

**Профилактика употребления  
психоактивных веществ:  
*табакокурение,  
электронные сигареты, снюс, насвай***

# О вреде табакокурения

## Цифры и факты

- Среди взрослого населения нашей страны курят 60% мужчин и от 23% женщин.
- От болезней связанных с курением ежегодно умирают 400 тысяч россиян.

**Мы не курим**

**и Вам не советуем!**



# КОМПОНЕНТЫ ТАБАЧНОГО ДЫМА



# Влияние курения на здоровье

Каждая сигарета сокращает жизнь на 8-15 минут.

Курящие люди

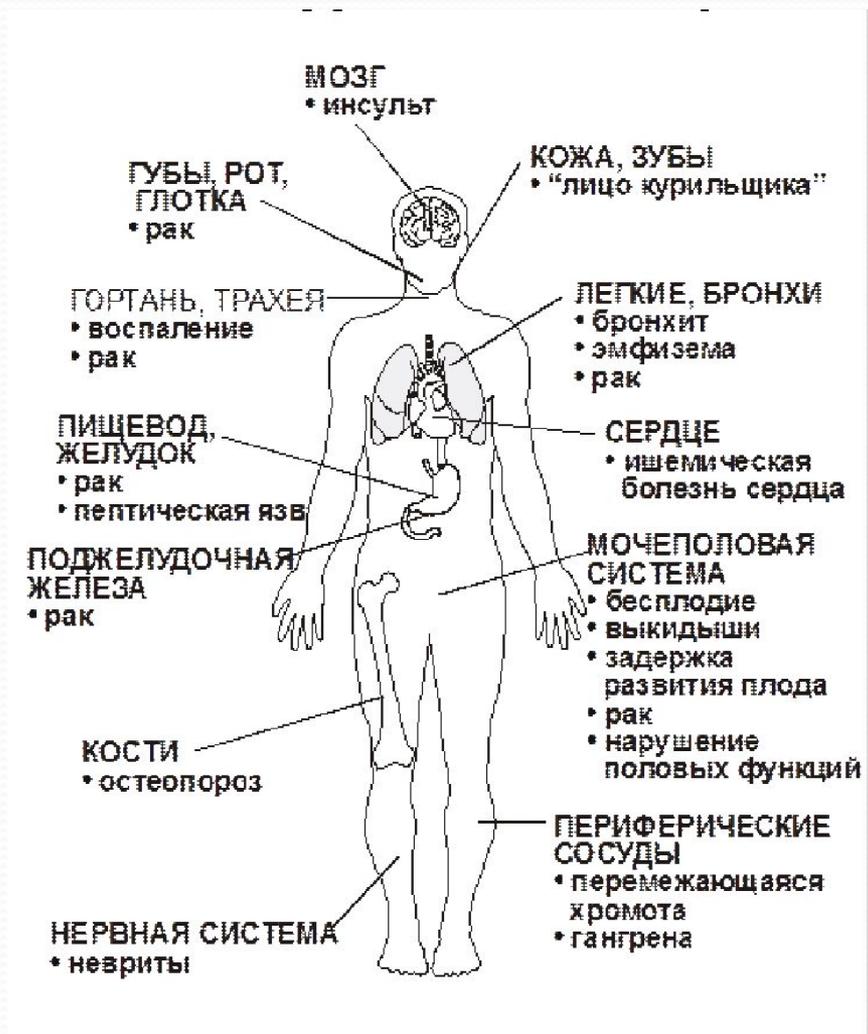
в **13** раз чаще заболевают

**Стенокардией,**

в **12** раз - **инфарктом миокарда,**

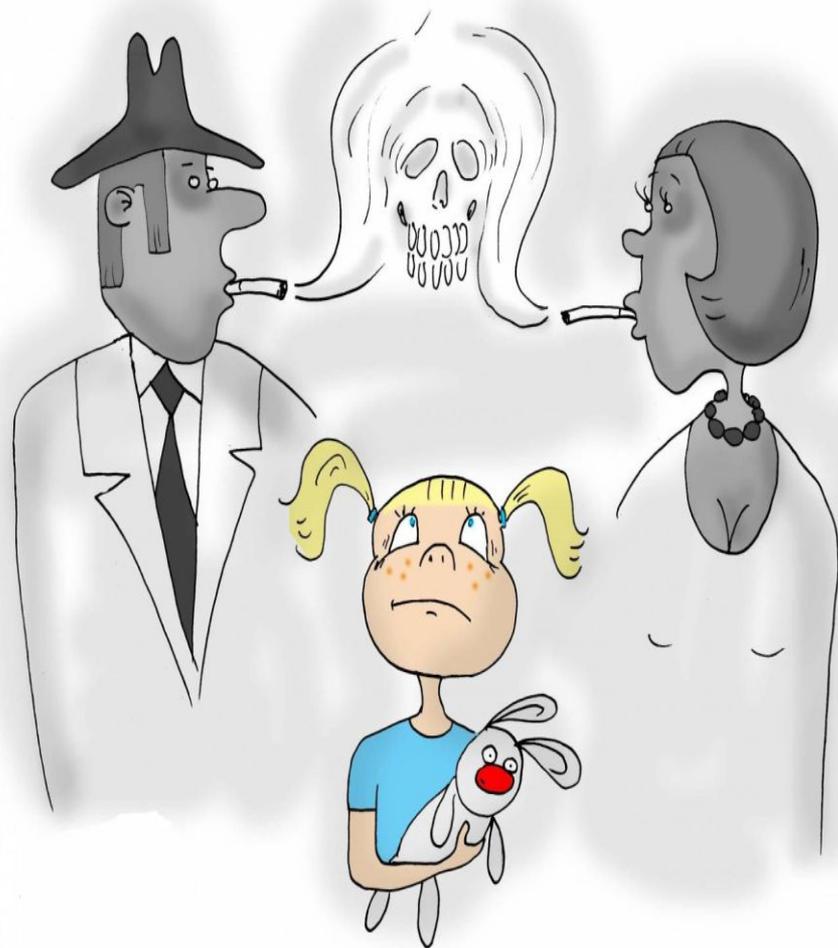
в **10** раз - **язвой желудка.**

Курильщики составляют **96 - 100%** всех больных раком легких.



# Пассивное курение

- ▣ Находясь в прокуренном помещении в течение 1 часа, человек как бы выкуривает 3 сигареты.
- ▣ 2/3 ядовитых веществ, образующихся при курении, попадает в воздух, оседает на одежде, продуктах питания, мебели и других поверхностях.



*Всякий курящий должен знать и помнить, что он отравляет не только себя, но и других.*

*Н.А. Семашко*

# Электронные сигареты

Состав наполнителя  
электронной  
сигареты:

- вода;
- пропиленгликоль;
- глицерин;
- ароматические добавки;
- красители;
- **НИКОТИН.**

Электронные сигареты,  
кальяны, легкие  
сигареты –  
также опасны для  
здоровья



**Снюс** – бездымный табачный продукт, который выпускается в разных формах и применяется как **жевательный табак**.



# СНЮС – ВИД БЕЗДЫМНОГО ТАБАКА



## ЖЕВАТЕЛЬНЫЙ ТАБАК

Вызывает раздражение слизистой рта и гортани, пожелтение зубов, кариес. При попадании со слюной в желудок поражает органы пищеварения, провоцирует рак поджелудочной железы



## САХАР

Используется как консервант, вредного воздействия не оказывает



## ПИЩЕВЫЕ АРОМАТИЗАТОРЫ

Синтетические аналоги могут вызывать поражение печени и других внутренних органов



## СОЛЬ

Используется как консервант, вредного воздействия не оказывает



## УВЛАЖНИТЕЛИ

Данных о воздействии на организм нет

# последствия употребления снюса :

- Заболевания десен и зубов ( кариес, пародонтоз);
- Болезни сердца и сосудов (тахикардия, гипертония, инфаркты и инсульты);
- Воспалительные процессы в области желудка и печени.



# Насвай

Насвай  
(насыбай, нас) —  
никотиносодержащий  
продукт.  
Состав: табачная пыль,  
куриный помет, клей,  
известь, вода.

- 



# Как уберечь детей и подростков от табакокурения?

- Личный пример – лучший способ уберечь детей.
- Ни при каких обстоятельствах не разрешайте употреблять табачные изделия детям и подросткам.
- Не позволяйте гостям курить у себя дома.
- Не храните дома запасы табачных изделий.
- Расскажите детям о вреде табачных изделий. Создайте установку на ведение здорового образа жизни.
- Помогите детям в организации содержательного досуга.
- Не забывайте, что главные потребности ребенка не только в пище, сне, одежде, но и в вашем внимании, понимании и участии.



# Куда обращаться?

Адрес областного  
наркологического диспансера:  
г. Курган, ул. Кирова, 78.

По вопросам получения  
помощи специалистов или  
анонимной консультации  
можете обращаться по  
телефонам:

**46-64-54, 46-13-76.**





***Спасибо за внимание!  
Всем гармонии и  
здоровья!***