

**Научно-исследовательская
работа
«О вреде курения»**

Цель проекта:

- Привлекать молодежь к здоровому образу жизни
- Сократить число курящих среди молодежи
- Сделать так, чтобы молодежь не начинала курить
- Повысить культурный уровень курящего человека



Задачи проекта:

- Провести анкетирование
- Подсчитать статистику по результатам анкетирования
- Аргументировать плохое влияние сигарет на здоровье

1.Курите ли вы?	Да	Нет	Не знаю
2.Хотели бы вы бросить курить?			
3.Знаете ли вы о вреде курения?			
4.Курят ли у вас родители?			
5.Курят ли родители при вас?			
6.Знают ли родители, что вы курите?			
7.Во сколько лет вы начали курить?	С 10-14	С14	
8.Причина по которой вы курите?	Курят друзья	Курят родители	Другое
9.Как часто вы курите?	Редко	Часто	Не замечаю
10.Как относятся родители к тому, что вы курите?	Отрицательно	Положительно	Не знаю
11.Сколько средств вы тратите на покупку сигарет?	Много	Мало	Не замечаю

«Я здоровье берегу – сам себе я помогу»

Быть здоровым – значит не иметь проблем с самочувствием, быть физически и духовно полноценным человеком.



В новом тысячелетии
Наступает момент,
когда
Мы за все бываем в
ответе,
Перелистывая года.
Человек, покоривший
небо,
Чудо техники
изобретая,
Приобщаясь к дурным
привычкам,
О здоровье своём
забывает.



Факты:

Одна
выкуренная
сигарета с
марихуаной
нарушает
память до 37
дней.



СТАТИСТИКА:

В России сегодня курят 70 млн. человек, а ежегодно умирает от курения 400 тыс. человек, 10 % средств, расходуемых на здравоохранение идут на борьбу с болезнями, связанными с хроническим отравлением табачным дымом.



Все знают, что курение вредно для здоровья и опасно для жизни. Каждый курильщик думает, что они его не коснутся, и он живёт сегодняшним днём, не думая о болезнях, которые его поразят через 10 – 20 лет.

Горящая сигарета – это маленький химический завод, выпускающий более 4000 разных химических соединений, 43 из которых являются канцерогенами, то есть вызывающими рак, и более 400 других токсичных веществ, включая никотин.



Угроза здоровью человека, которую формирует столь модная привычка, уже настолько очевидна, что вызывает серьезную озабоченность в разных направлениях медицины. Медики считают, что курение это не просто привязанность, а также определенная форма наркотической зависимости.



Многие считают курение привычкой, полагая, что бросить курить очень просто- это яд растительного происхождения, способный нарушать дыхание, сокращение сердечной мышцы и мышечной активности в целом.



Чем опасен никотин?

Никотин – один из самых опасных ядов растительного происхождения.



Кролик погибает от 1/4 капли никотина



Собака погибает от 1\2 капли никотина



Человек погибает от 2-3 капель никотина



Воздействие на дыхательную систему

Из 100 случаев
заболевших
туберкулёзом лёгких –
95% - курильщики



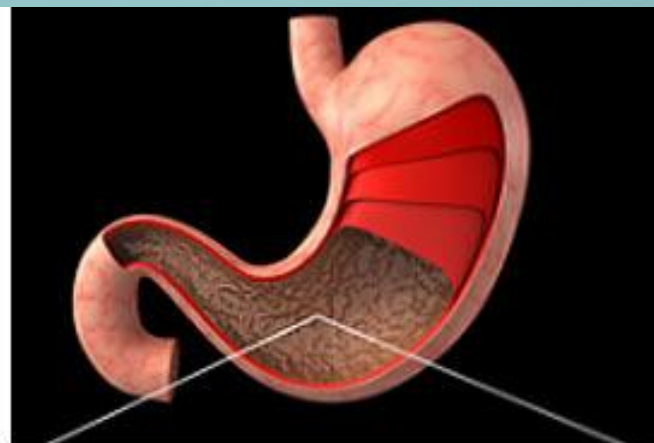
Язык покрывается грязно – серым налётом.



Зубы желтеют, трескается зубная эмаль, появляется неприятный запах изо рта, тошнота и изжога.



Установлено, что никотин, действуя через кровь, и попадает в желудок со слюной, вызывает повышение кислотности желудочного сока почти в 2 – 2,5 раза.



Среди курящих показатель смертности от рака органов полости рта, и пищевода в 4 раза выше, чем в группе некурящих.



- ▣ Курение вызывает сужение кровеносных сосудов в глубинных слоях кожи.
- ▣ Кожа становится сухой, морщинистой, дряблой.
- ▣ Имеет землистый оттенок.
- ▣ Курение ускоряет процессы старения в коже.



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



Результаты анкетирования

Было опрошено 30 знакомых нами людей. Им была предложена анкета из 11 вопросов

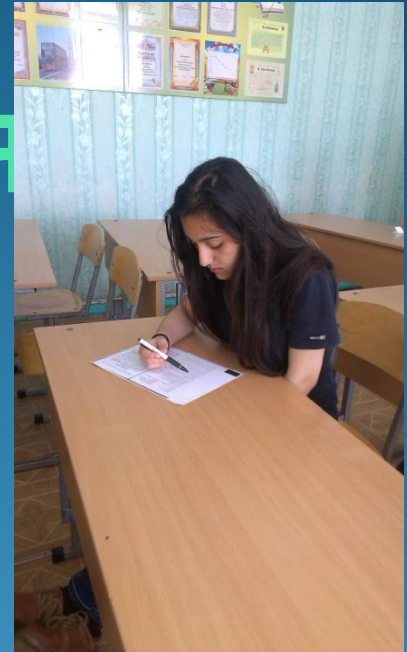
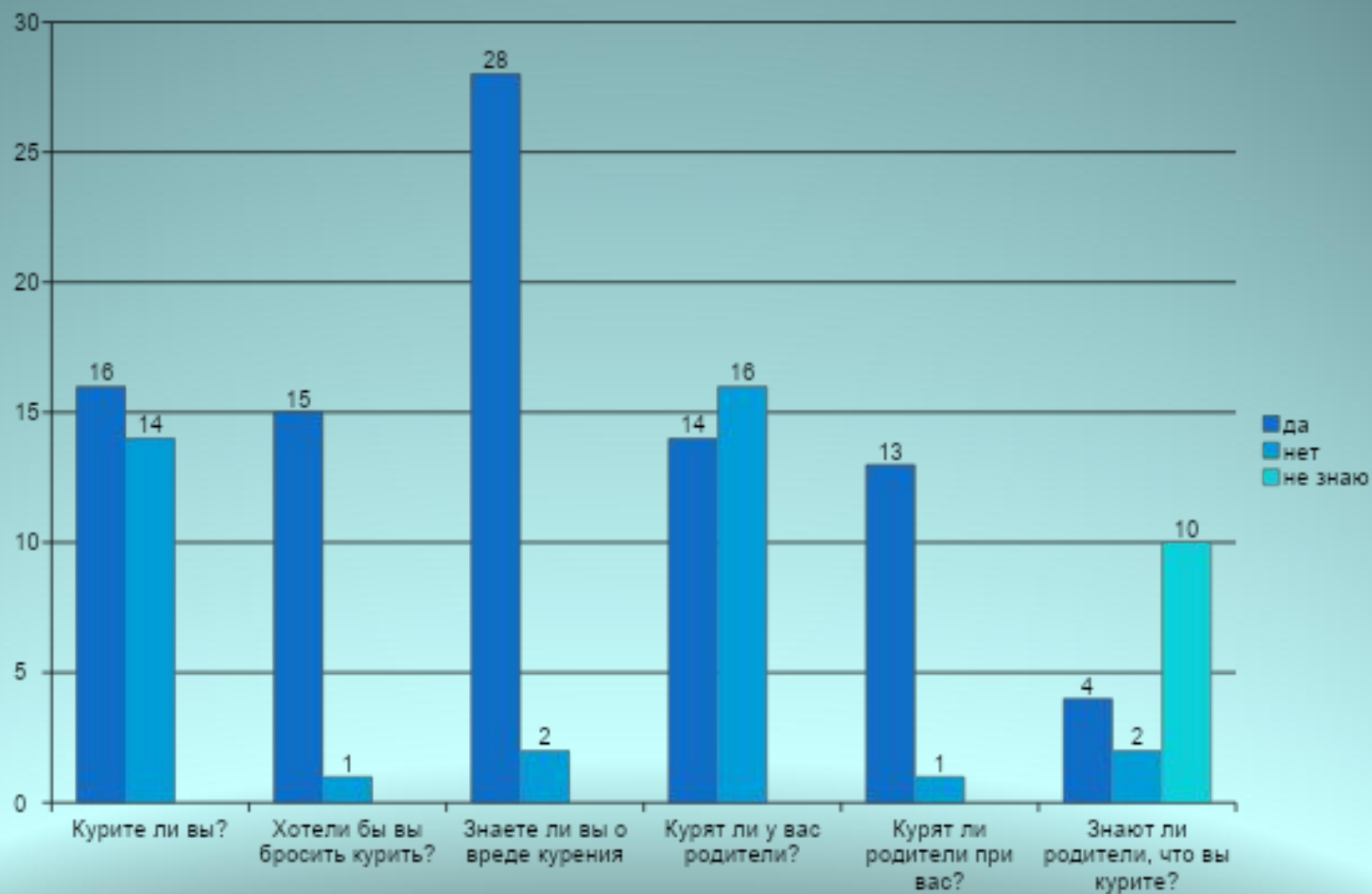
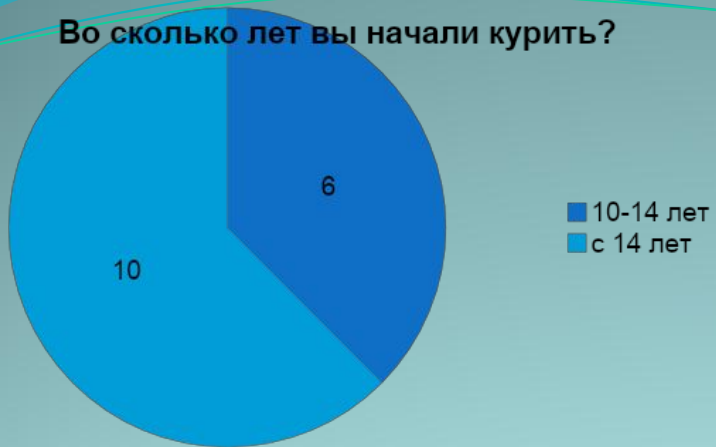


Диаграмма тестирования



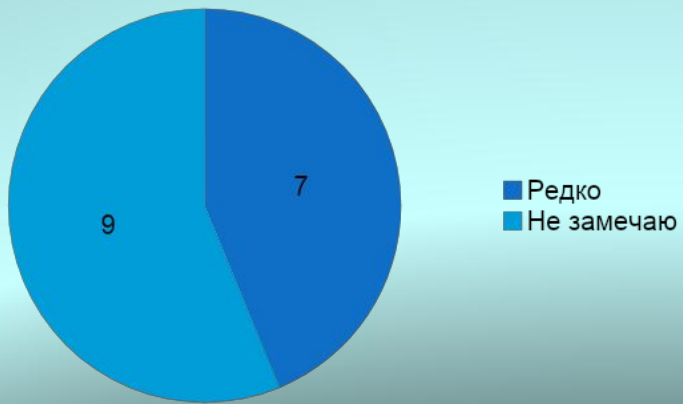
Во сколько лет вы начали курить?



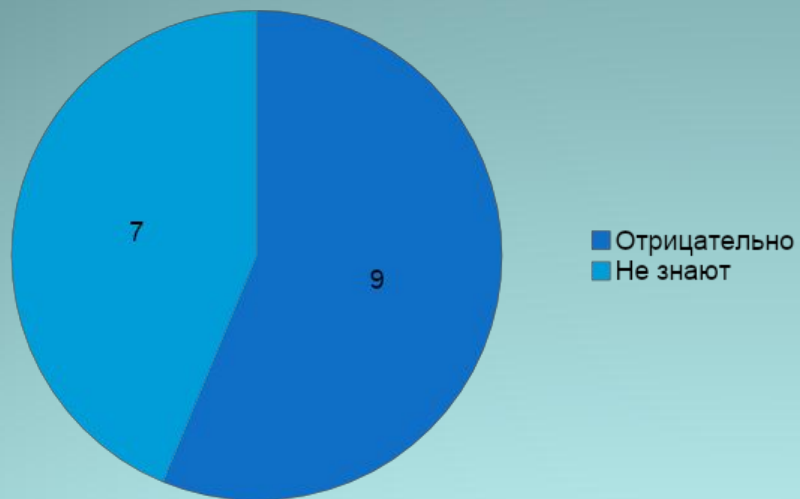
Причина, по которой вы курите



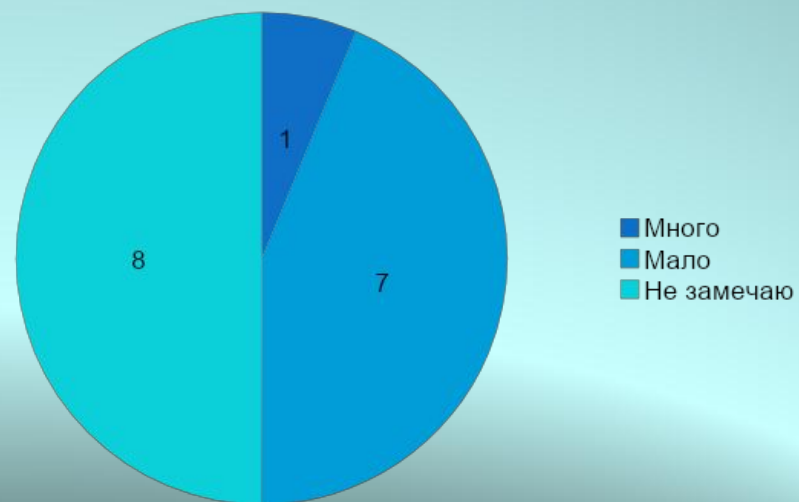
Как часто вы курите?



Как относятся родители к тому, что вы курите?



Сколько средств вы тратите на покупку сигарет?





Жизнь прекрасна !!!