

Влияние вредных привычек на организм человека

Предмет: Физкультура
Ученица класса: (В)
Мохова Анастасия



Курение

Самой распространённой вредной привычкой является курение.

В России курит: - 65 % мужчин. - 30 % женщин. - всего курят 44 млн взрослых. Это составляет 40% населения страны – самый высокий показатель употребления табака .

Интенсивность курения в России: в среднем мужчины выкуривают по 18 сигарет в день, женщины по 13 сигарет- 7, 3% млн. человек в России начали курить в возрасте моложе 15 лет, самый ранний возраст приобщения к курению 8-10 лет.



Почему подростки начинают курить?

- Любопытство
- Престиж
- Предлагают или заставляют друзья
- Курение в семье
- За компанию
- Желание выглядеть более круче(более старше)



У курильщика развиваются болезни:

- Рак губы, рта, горла, лёгких, гортани; сердечно сосудистые заболевания (инфаркт, инсульт, тромбоз артерии)
- Дыхательные органы (бронхит, бронхиальная астма, воспаление голосовых связок, туберкулёз лёгких)
- Пищеварительной системы (хронический гастрит, язва, цирроз печени)
- Нервной системы (невриты, полиневриты)



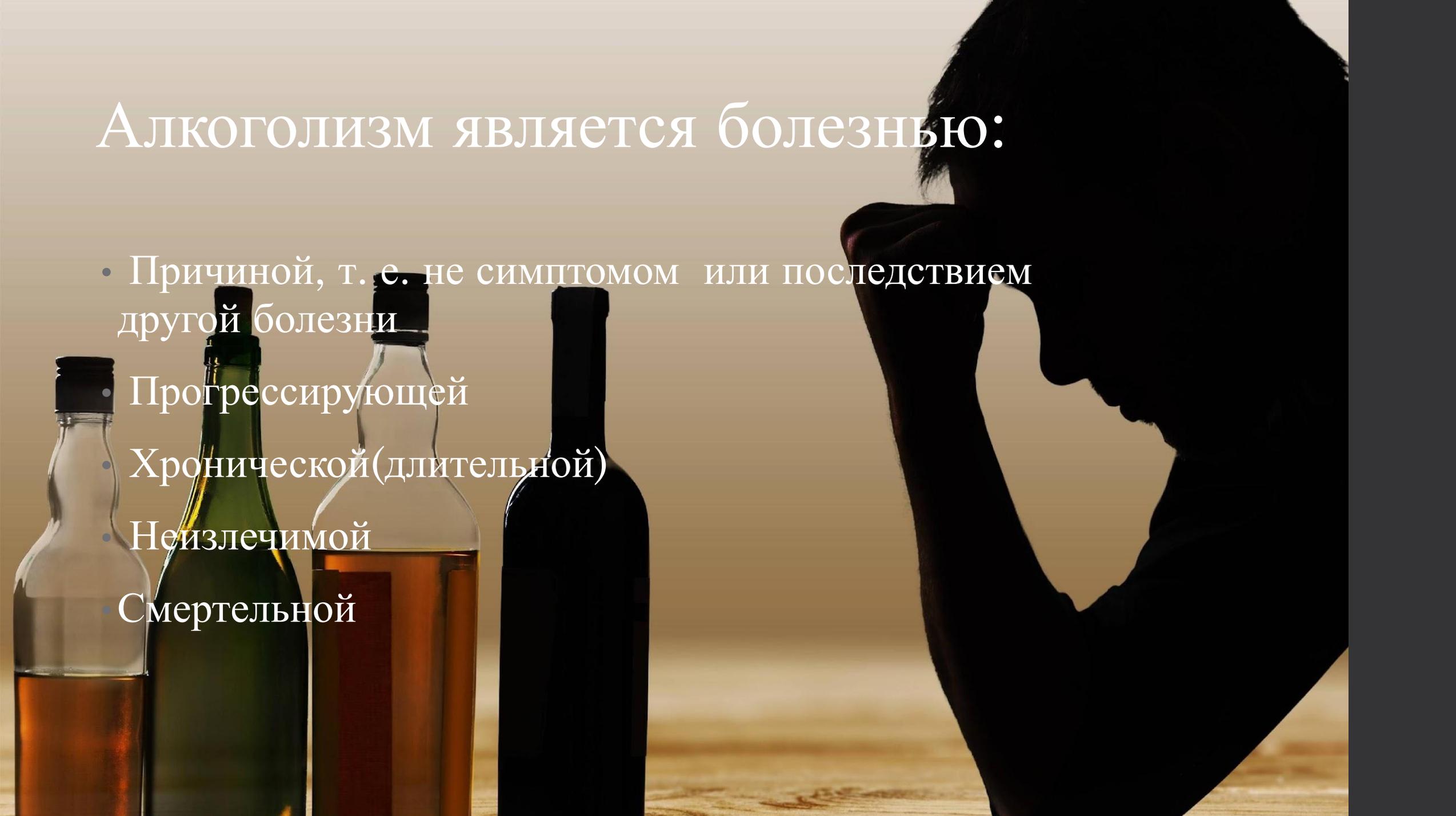
АЛКОГОЛЬ

Алкоголизм является болезнью химической зависимости, с теми же чертами, что и наркомания и поражает все сферы проявления человеческой сущности. Поведение больного алкоголизмом нарушает представление о норме и часто рассматривается как порок. Существует предположение, что в настоящее время в России 40% взрослого населения зависит от алкоголя.



Алкоголизм является болезнью:

- Причиной, т. е. не симптомом или последствием другой болезни
- Прогрессирующей
- Хронической (длительной)
- Неизлечимой
- Смертельной



Наркотики



Накрóтик — химический агент, вызывающий ступор, кому или нечувствительность к боли.

Реальная статистика наркомании В регулярных отчетах ФСКН за минувший 2016 год фигурируют следующие цифры: Тот или иной опыт употребления наркотиков имеют около 18 000 000 россиян. Ежегодно наркотические средства начинает употреблять около 90 000 жителей РФ. Около 8 000 000 человек принимают наркотики регулярно. 90% зависимых принимают наркотики посредством инъекций. Средний возраст наркозависимых — 16 — 18 лет.

Причины употребления наркотиков

- Пристрастились к транквилизаторам, назначенных врачом
- От скуки, от нечего делать
- Демонстративный протест перед старшими
- Стимуляция творчества
- Желание показать своим ровесникам свою незаурядность
- Любопытство, желание узнать неизведанное
- Стремление (забыться), уйти от неприятностей
- Желание не отстать от компании, быть как все

Пагубное влияние наркотиков

Все наркотики не зависимо от пути введения в организм в большей или меньшей степени обязательно повреждают:

- Нервную систему
- Иммунную систему
- Печень
- Сердце
- Лёгкие
- Головной мозг

Вывод

Вредные привычки — это наши коварные враги они доставляют нам удовольствие и потихоньку отравляют нам жизнь, наносят огромный вред нам и нашему здоровью и внешнему виду.

Я считаю, что вредные привычки болезненные, пагубные пристрастия человека и не дают ему в течение его жизни успешно себя реализовать как личность, сокращают продолжительность жизни, и могут стать причиной трагедии.