

# О вреде курения



# Состав сигарет



Табачные изделия содержат около 4000 химических соединений, а табачный дым - около 5000 химических соединений, из которых примерно 60 вызывают рак

# Причины курения подростков

«Все курили, и я попробовал», - это классическое оправдание среднестатистического школьника, которого застукали за курением. С одной стороны можно сказать, что это банальная отговорка, но с другой – в этих словах кроется первая причина, почему подростки начинают курить еще со школьной скамьи.

Есть и вторая причина курения подростков, которая кроется в чрезмерном любопытстве, свойственном многим подросткам. А почему бы не попробовать, тем более, все взрослые делают это? Одна затяжка, за ней следует другая, и вот уже на исходе первая пачка сигарет.

Сначала кажется, что никотиновая зависимость отсутствует, но со временем курильщик приходит к выводу, что без дымящейся сигареты уже не представляет своей жизни. Приходится признавать проблему, вот только решать ее он не собирается – ведь по его мнению «модно и стильно быть курящим». А нужно вести Здоровый Образ Жизни!



# Курение девочек-подростков

Отдельно хочется коснуться темы «Курение девочек-подростков». На самом деле такая проблема в современном обществе действительно существует и стоит достаточно остро. Юные прелестницы, желая понравиться парням и казаться старше, выбирают для себя путь никотиновой зависимости, а если взглянуть правде в глаза – «путь в никуда». Таким способом они стараются привлечь мужское внимание, продемонстрировать свой бунтарский и независимый характер, быть в центре всеобщего внимания и вызывать восхищение. Но этот способ не работает, поскольку далеко не всем парням приятно целоваться с «пепельницами».

Остается только задуматься, а оно того стоит? Чтобы правильно ответить на этот философский вопрос, требуется понять, в чем именно заключается вред курения?



Девушка, взявшая в руки сигарету, может забыть о естественной красоте. Ухудшается состояние кожи, появляются синяки и мешки под глазами, ускоряется процесс старения, появляются ранние глубокие морщины. Причиной этому является кислородное голодание, возникающее в результате курения. Про желтые зубы, ломкие, слоющиеся ногти, неприятный запах от волос и изо рта лишний раз не стоит упоминать — после нескольких месяцев употребления табака это неизбежно.

Риск развития серьезных заболеваний легких, сердца и сосудов или наступления слепоты у женщин в 2-3 раза выше, чем у представителей мужского пола. Но наибольший вред своему здоровью женщина причиняет при курении во время беременности. Никотин негативно воздействует как на будущую мать, так и на ребенка. Недостаточная масса новорожденного, высокая смертность, недоношенность плода, врожденные нарушения, задержки в развитии ребенка, выкидыши — вот только малая часть неблагоприятных последствий увлечения табаком.

Токсичные вещества, содержащиеся в сигаретах, замедляют образование женских гормонов, снижают вероятность зачать ребенка. Если зачатие все же происходит, возникает риск гибели плода на ранних сроках, выкидыша или рождения ребенка раньше срока. При этом на массу тела ребенка влияет курение не только в процессе беременности, но и до ее начала. У курящих девушек в 1.5 раза чаще, чем у некурящих происходит выкидыш — особенно велик риск появления мертворожденного ребенка в семье, где курят и мать и отец. А нужно вести Здоровый Образ Жизни!

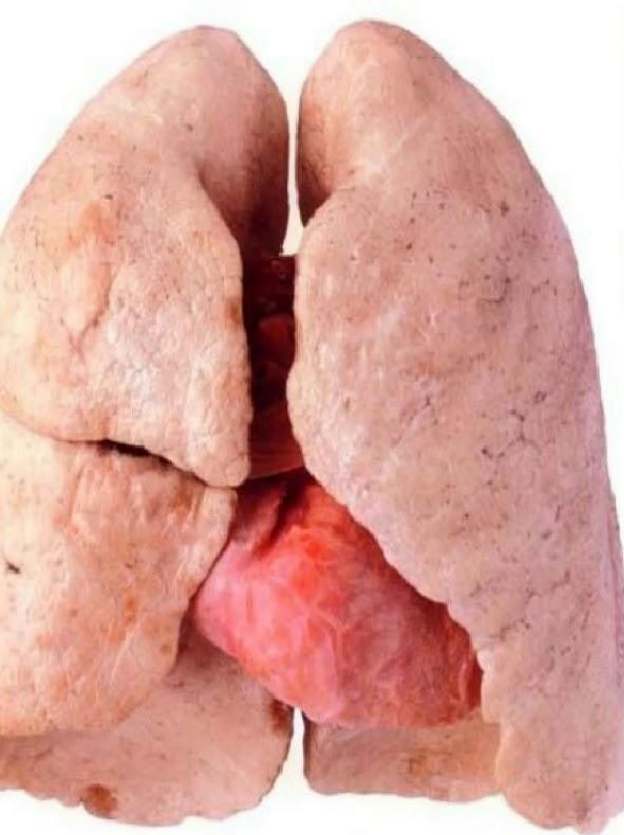
**Над ЭТИМ СТОИТ  
задуматься...**



**Иначе**

**завтра может  
стать СЛИШКОМ  
ПОЗДНО!**





**ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЕ  
СТАРЕНИЕ**



**ОНКОЗАБОЛЕВАНИЯ**



**ПАРОДОНТОЗ**



**САМОУНИЧТОЖЕНИЕ**



**СТРАДАНИЕ**



**ИМПОТЕНЦИЯ**



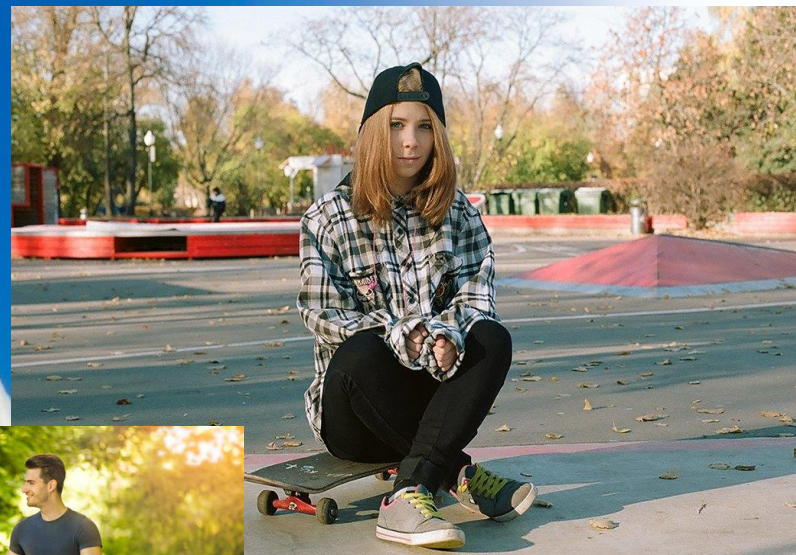
Сигареты зло.

Семечки спасут мир от сигарет.

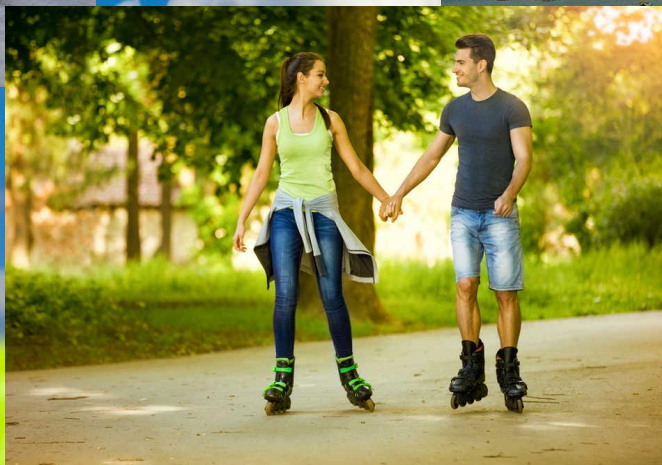




ЗОЖ -



ЭТО



КРУТО !



Спасибо за внимание !

