



**ТЫ ВСЕ ЕЩЕ
ХОЧЕШЬ ЗАКУРИТЬ?**

**ИНТЕРАКТИВНЫЙ УРОК ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
КУРЕНИЯ ДЛЯ СТАРШЕКЛАССНИКОВ**

ГУЗ «ЛИПЕЦКАЯ РБ» 2017

**ИСПОЛНИТЕЛЬ М.А.КИСЛОВА
ВРАЧ-МЕТОДИСТ**

ФАКТЫ О КУРЕНИИ

- Курение убивает - курящие люди живут в среднем на 14 лет меньше некурящих
- Курение- самый значимый фактор развития инфаркта миокарда, рака, инсульта, сахарного диабета
- Курение вызывает преждевременное старение
- У курильщиков в 3 раза выше риск внезапной остановки сердца
- Курящие мужчины чаще страдают импотенцией
- Курение повышает риск бесплодия и выкидыша
- Табачный дым содержит более 4000 тысяч соединений, 250 из них



Добро пожаловать, сынок!

СОСТАВ ТАБАЧНОГО ДЫМА

- 1 сигарета содержит более 4000 химических соединений
- 43 из них- карциногены

- Самые опасные из них:
- Стирол
- Радиоактивный полоний
- Синильная кислота
- Угарный газ
- Канцерогенные смолы
- Никотин
- Мышьяк
- Аммиак



ПОСМОТРИ И ЗАПОМНИ!



А ЕЩЕ КУРЕНИЕ ЭТО...



- Причина спонтанных абортов, преждевременных родов, Мертворождений и младенческой смертности
- Отставание в физическом развитии, снижение интеллекта
- Просто некрасиво, ты ведь не хочешь быть таким?

Уложила 400 000 россияян

© vk.com/sobno



В МОГИЛУ ЗА 1 ГОД

МАЛАЯ ЧАСТЬ ПОСЛЕДСТВИЯ КУРЕНИЯ

- Учащенное сердцебиение
- Повышение артериального давления
- Раздражение слизистой оболочки горла
- Проникновение в кровь угарного газа
- Развитие рака легких, полости рта, пищевода мочевого пузыря, гортани, поджелудочной железы
- Заболевания сердца
- Язвы
- Инсульты
- Бронхиты и эмфизема легких

НЕ ДУМАЙ, ЧТО ЭЛЕКТРОННАЯ СИГАРЕТА - ЭТО ЛУЧШЕ!

- У электронной сигареты нет сертификата ВОЗ
- Содержание никотина в электронной сигарете выше заявленного
- После перехода на электронную сигарету не происходит отказа от привычки курить
- В состав электронной сигареты входят:
 - Пропиленгликоль
 - Глицерин
 - Свинец
 - Хром
 - Формальдегид
 - Ароматизаторы

ТОЛЬКО ВДУМАЙСЯ!

Результаты исследований
Гонконгского университета
В электронных сигаретах обнаружены:



PBDE

пента-бромдифениловые
эфиры

- **Нарушают** выработку гормонов щитовидной железы
- **Вызывают** аномалии в развитии плода
- **Раковые** заболевания

ВОЗ



РОССИЯ

- ЭС - это новый виток наркомании.
- ЭС содержат «умеренно опасные вещества» в чудовищных концентрациях.
- Некоторые вещества цитотоксичны.
- Запретить утверждения, что ЭС ослабляют вред курения.
- Минздрав РФ: ЭС доставляет никотин непосредственно в легкие.
- ЭС опасны и тем, что они способны вернуть социальный имидж курения.
- В России продажа ЭС, имитирующих табачные изделия, запрещена с 1.06.2013г.



УЖЕ КУРИШЬ? ОБРАТИСЬ ЗА ПОМОЩЬЮ!

Телефон «горячей линии» по вопросам оказания медицинской помощи при отказе от курения табака Управления здравоохранения Липецкой области

8(4742) 43-00-98

8(4742) 43-22-13

Кабинет по лечению табачной зависимости на базе «ГУЗ Липецкий областной наркологический диспансер» расположен по адресу: г. Липецк, ул. Крупской, д.2

Телефон консультативного федерального центра помощи в отказе от потребления табака, организованный Министерством здравоохранения Российской Федерации в Санкт-Петербургском НИИ фтизиопульмонологии

8-800-200-02-00

E-mail: ktc01@mail.ru

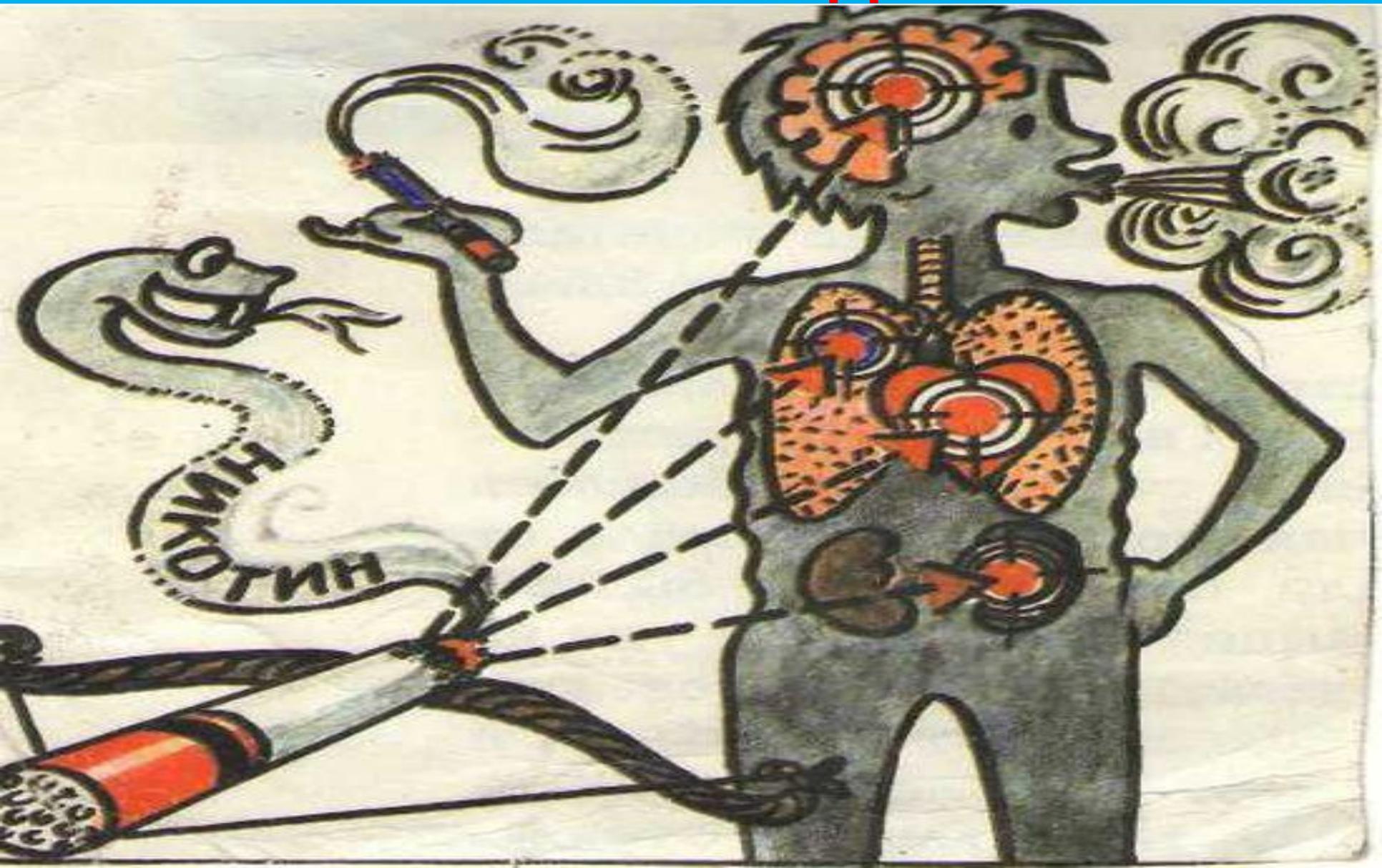
Часы работы федеральной «горячей линии»

Понедельник-пятница с 9-00 до 21-00

Суббота с 9-00 до 18-00.

Или, просто приходите в отделение медицинской профилактики «ГУЗ Липецкая РБ», кабинет №10 поликлиника №2 по адресу г.Липецк, ул.Монтажников д.3а, тел.регистратуры (4742) 41-92-54

**РАССКАЖИ ПРАВДУ О ВРЕДЕ
КУРЕНИЯ СВОИМ ДРУЗЬЯМ!**



**ПОМНИ! КУРИТЬ-НЕ МОДНО!
МОДНО - НЕ КУРИТЬ!**



ВОТ ЭТО - ПО НАШЕМУ!



**КТО НЕ КУРИТ И НЕ ПЬЁТ
РОВНО ДЫШИТ СИЛЬНО БЬЁТ**

ОТВЕТЬ ЧЕСТНО НА НАШИ ВОПРОСЫ, А МЫ ПОСТАРАЕМСЯ ПОМОЧЬ!

- ▣ Курение- вредная привычка или нет?
- ▣ Пробовал ли ты курить?
- ▣ Если куришь- почему?
- ▣ Про какие отрицательные последствия курения ты узнал?
- ▣ Назови хоть одно положительное последствие
- ▣ Электронные сигареты- решение проблемы?
- ▣ Добьешься ли ты положительных результатов в спорте, жизни, профессии- если будешь курить?
- ▣ Хотел бы ты бросить курить и что этому мешает?
- ▣ Где ты куришь?
- ▣ Нужны ли подросткам такие лекции?
- ▣ Расскажешь о лекции друзьям?
- ▣ Куда можно обратиться за медицинской

ВОПРОСЫ ВИКТОРИНЫ

- Какие отрицательные последствия курения Вы знаете?
- Какие положительные?
- Какие заболевания вызывает курение?
- Что можно вылечить курением?
- Как отрицательно влияет курение на внешний вид курильщика?
- А положительно?
- Какие вредные вещества и соединения содержит табачный дым и электронная сигарета?
- А полезные вещества там есть? Назовите!
- Убедите нас, что курить –полезно , модно и хорошо и наоборот.
- Назовите номер телефона или адрес, куда можно обратиться по вопросам табачной зависимости.

**БЛАГОДАРИМ ЗА
УЧАСТИЕ!**

