

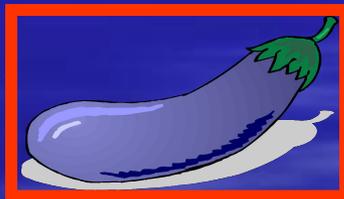
Курение убивает

- **Вредным привычкам – нет!**
Скажи всем друзьям.
Вредным привычкам – нет!
- **Скажи себе сам.**
Вредные привычки – плохо!
- **Знай всегда.**
Вредные привычки – смерть!
- **Убьёшь себя.**



Немного о растении табак

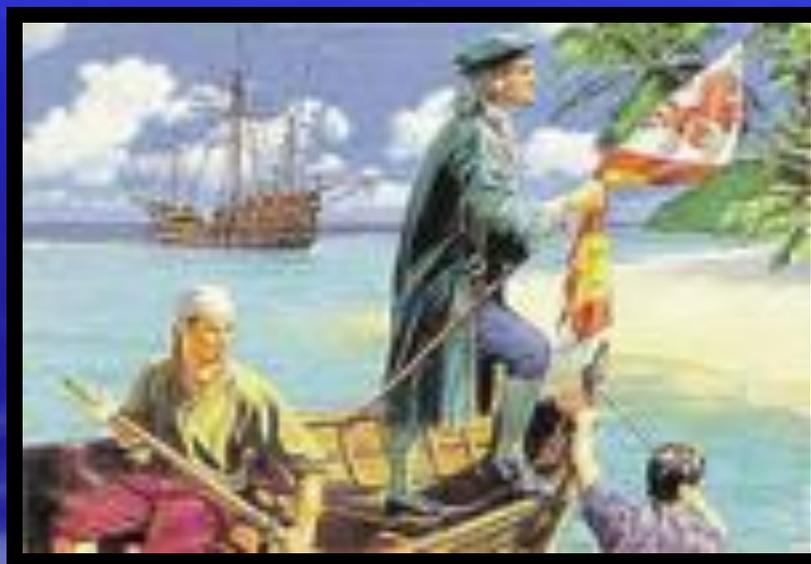
Табак (латинское название *Nicotiana tabacum*) – это многолетнее травянистое растение семейства пасленовых, в листьях которого содержится никотин. *Ближайшие родственники табака* – картофель, томат, баклажаны, красный перец, белладонна, белена, дурман.



Историческая справка



Христофор Колумб



Один из первооткрывателей табака



Петр I

Отменил запрет на табакокурение

Курить или не курить? Вот в чем вопрос.



Листья табака обладают способностью избирательно накапливать радиоактивные элементы, выпадающие с осадками, и в первую очередь радиоактивный полоний.



**Табакокурение –
самая распространенная
форма применения
психоактивных веществ**

Человек живет столько,
сколько живет его сердце



- 8 лет жизни!!!

№	Признаки	Курящие	Некурящие
1.	Нервные	14	1
2.	Понижение слуха	13	1
3.	Плохая память	12	1
4.	Полое физическое состояние	12	2
5.	Плохое умственное состояние	18	1
6.	Нечистоплотны	12	1
7.	Плохие отметки	18	3
8.	Медленно соображают	19	3

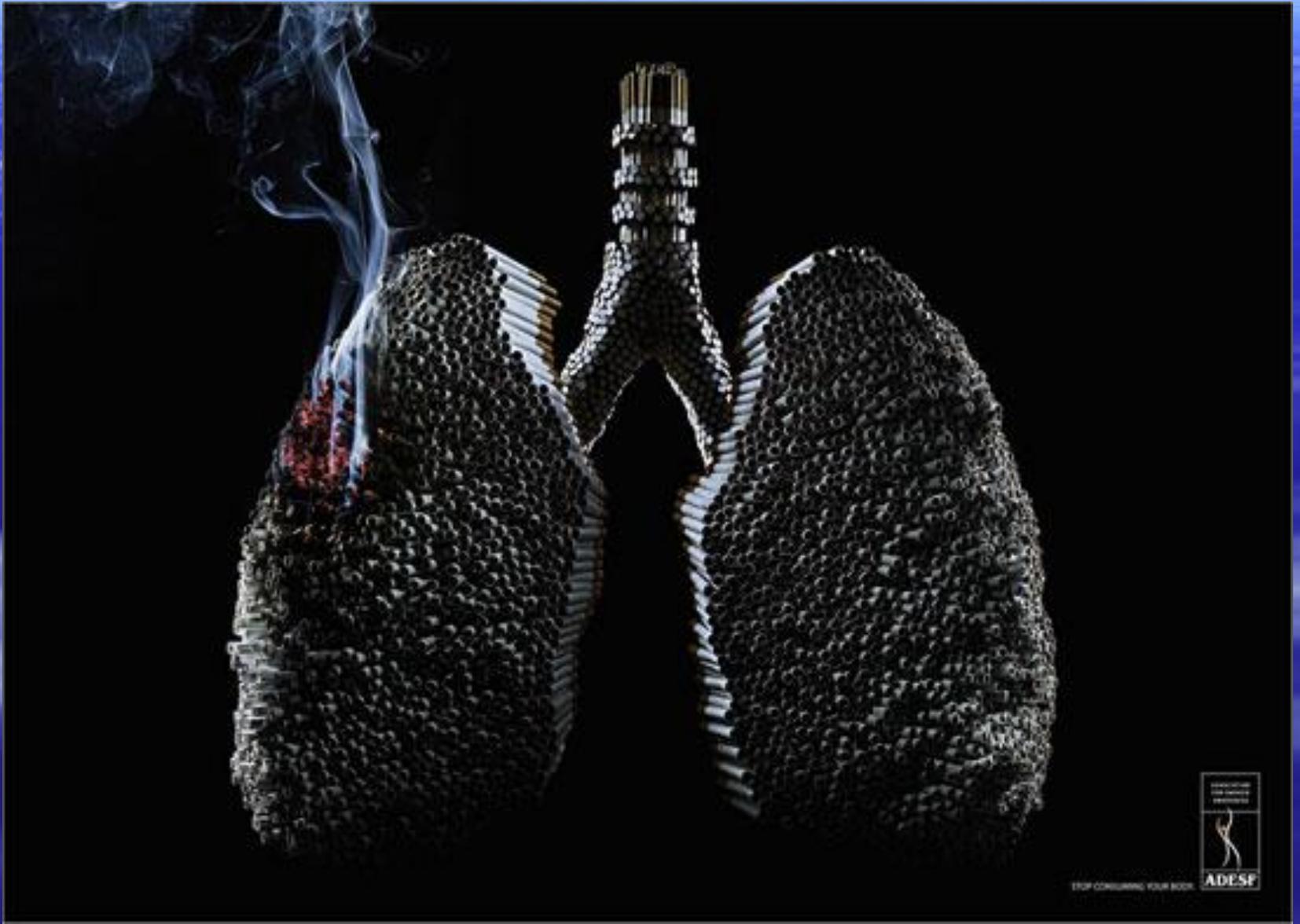
Курение и Рак губы



Курение портит кожу



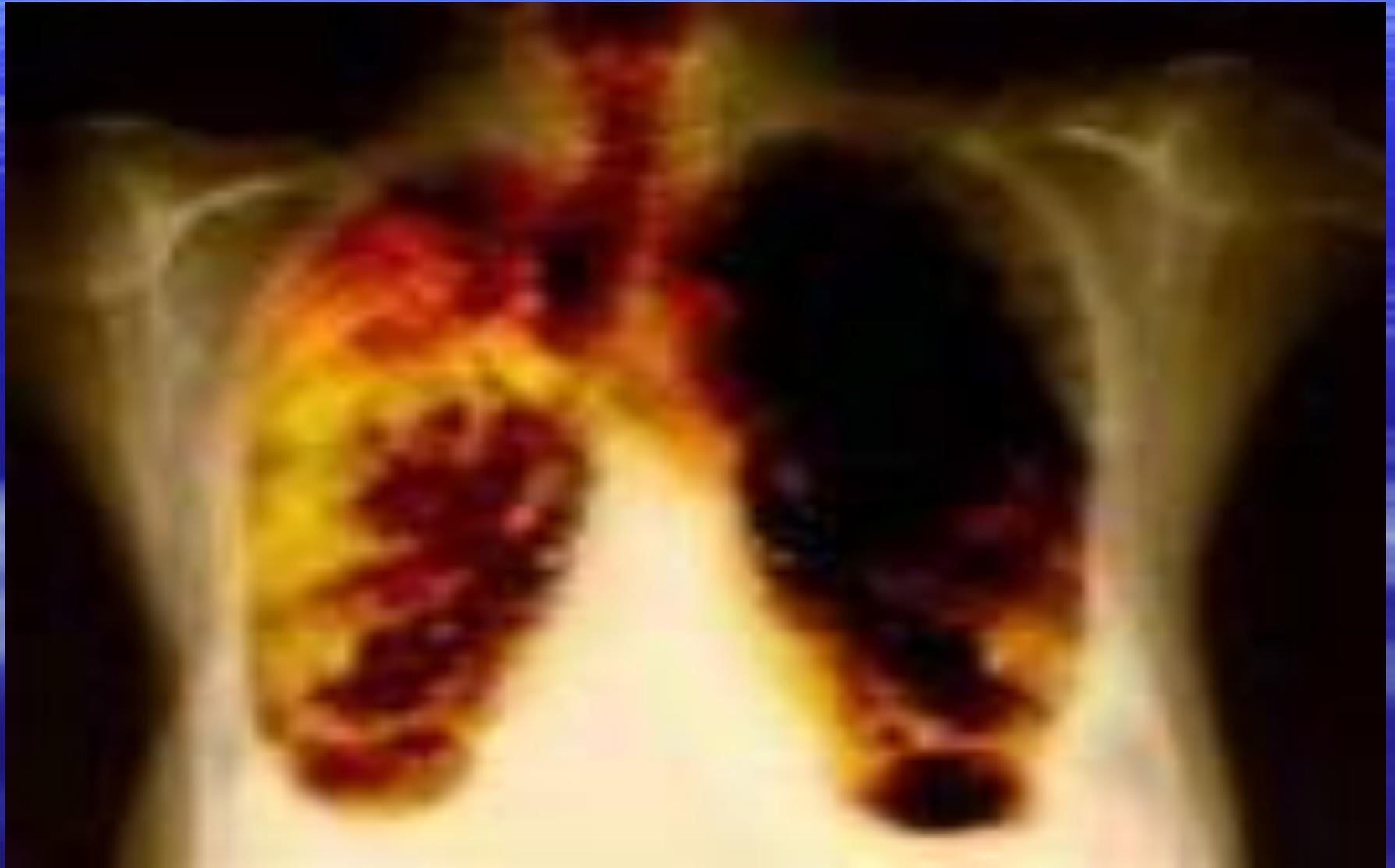
Легкие курильщика



STOP CONSUMING YOUR SOUL



Рак легкого у курильщика



Курение разрушает зубы



Сигареты может купить любой человек,
достигший 18 лет. Так гласит Закон.



А на самом деле?

Откуда берутся курящие дети???



**Сигарета –
самое доступное и наименее вредное
из всех психоактивных средств**



«Пассивый курильщик» - кто это?



«Пассивное курение» - это вдыхание дыма от курящих

«Пассивный курильщик»,
который в течение 1 часа находится в помещении
с активными курильщиками,
вдыхает такую дозу дыма, которая равносильна тому,
если бы человек выкурил сигарету сам.



Будущим мамам курить нельзя



Курение вызывает гибель плода



Курение – причина пожаров



- Если человек начал курить в 15 лет, то продолжительность его жизни уменьшается более чем на 8 лет. Начавшие курить до 15 лет в пять раз чаще умирают от рака, чем те, кто начал курить после 20 лет. Но мы знаем, что сегодняшний курильщик стал намного младше 15 лет.
- Одна сигарета сокращает жизнь на двадцать минут и курильщик в среднем живет на восемь лет меньше.
- Длительность жизни человека, выкурившего пачку и более сигарет за один день, уменьшается на 7 лет по сравнению с некурящими.
- Известно, что человек живет столько, сколько живет его сердце. За 70 лет оно делает 2575 миллионов сокращений. А сердце курильщика несколько ускоряет свой ритм. Если человек выкуривает ежедневно 20 сигарет, то его сердце около 10 часов работает в ускоренном темпе. Следовательно, курильщик стареет раньше некурящих

Курение сокращает жизнь на 6 лет



- Вот некоторые факты про курение:
- • “Каждая сигарета укорачивает жизнь на 8 минут.
- • За последние 5 лет бросили курить 30 миллионов человек.
- • Ежегодно в России умирает около миллиона человек от болезней, вызванных курением.
- • От курения страдают некурящие люди. Во многих странах приняты законы, запрещающие подросткам курить.
- • Никотин вызывает большое количество заболеваний, таких как инсульт, инфаркт миокарда, болезни крови и артерий ног, поражает органы чувств, пищеварения и дыхания, поражает нервную систему.
- • Сейчас в Америке курить считается “немодным”
- • День 31 мая объявлен как **Всемирный ДЕНЬ БЕЗ ТАБАКА**”

- Хронический бронхит.
- • Рак легких и гортани.
- • Хронический гастрит и язва желудка
- • Инфаркт и инсульт
- Угнетение нервной системы. Раздражительность, агрессивность.
- • Снижение сексуальной потенции.
- • Пародонтоз.
- • Нарушение вкусовых ощущений, обоняния
- • Понижение остроты слуха.
- • Иногда возникает потеря зрения, нарушается цветоощущение.
- • “Синдром хронической усталости”.

Курить или не курить – это совсем не личное дело. От этого страдают и окружающие. Существует более 10 способов бросить курить. А еще лучше – не начинайте курить вообще!

Присоединяйтесь к тем, многим миллионам человек, которые уже бросили курить в мире за последние годы !!!