

СМЕРТЕЛЬНЫЙ ДЫМ



Знаете ли вы что...

- Ежегодно люди выкуривают 3600 миллиардов сигарет.
- 3,5 миллиарда жителей планеты пропускают через легкие ядовитый дым от 5 миллиардов килограммов табака.
- Каждая сигарета сокращает жизнь на 5-6 минут.
- Человек выкуривающий в день по 9 сигарет уходит в мир иной на 5 лет раньше, выкуривающий по 10-19 сигарет на 5.5 лет, до 40 сигарет на 8.5 года.

Курение

- Это вдыхание дыма некоторых тлеющих растений
- Это процесс, при котором происходит выкуривание сигареты в которой находятся много вредных ядовитых веществ
- Это распространённая вредная привычка отрицательно влияющая на здоровье курильщика и окружающих его людей.

Причины:

Не курить

1. Не нравится
2. Вредно для здоровья
3. Неприятно выглядит
4. Дорого
5. Вызов другим, что я не курю
6. «Никто из моих друзей не курит»
7. Повредит спортивным достижениям
8. Неодобрение родителей

Курить

1. Нравится
2. Снимает раздражение
3. Привычка
4. «Вокруг меня курят»
5. Выглядеть старше
6. Избавление от лишнего веса
7. Скучно
8. Независимость

Виды курения:

Активное

Вдыхание курильщиком табачного дыма,
который вызывает привыкание



Пассивное

Вдыхание некурящим дыма чужих сигарет и дыма, выдыхаемого курильщиками



Вещества содержащиеся в сигарете:

1. Аммиак
2. Мышьяк
3. Угарный газ
4. Цианид
5. Никотин
6. Смола
7. Радиоактивные вещества



Скажи курению нет!



Стоит ли губить себя ?



Спасибо за внимание!

Литература

1. Романовой, О.Л. Пособие по профилактике приобщения к психоактивным веществам [Текст]: пособие для учителей и учеников / О.Л.Романовой, И.В. Иванниковой, О.В. Шведовой. – М.,1999 г.