



Классный час
на тему

Жизнь без

табака



Граждане, у меня
огромная радость.

Разулыбьте
сочувственные
лица.

Мне обязательно
поделиться надо,
Стихами хотя бы
поделиться.

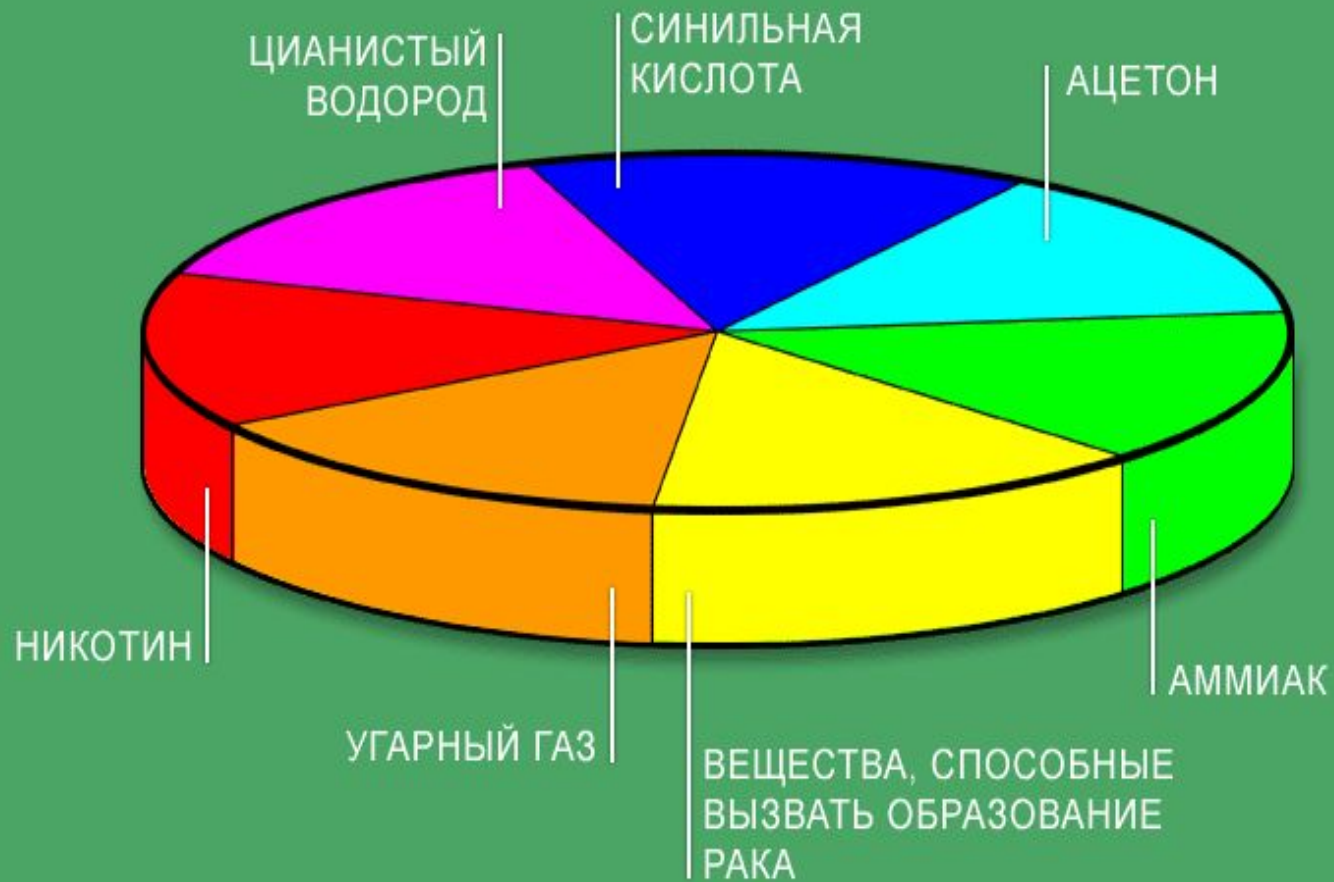
Сообщаю: граждане,
Я сегодня

Бросил курить.

В. Маяковский



СОСТАВ ТАБАЧНОГО ДЫМА

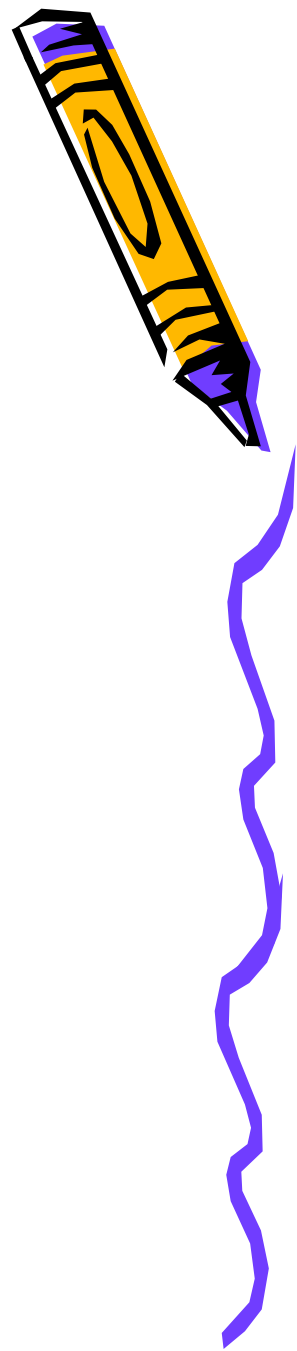


Общие последствия курения



Лёгочно-дыхательная система

лёгкие курильщика через
5 лет



Лёгкие курильщика через 15 и 20 лет



Рак легкого



Онкологические заболевания (ротовая полость)

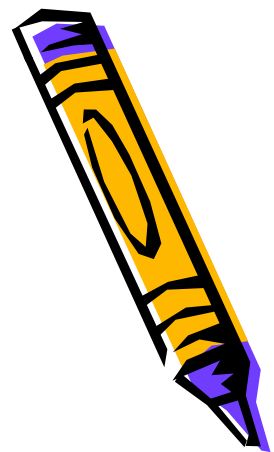




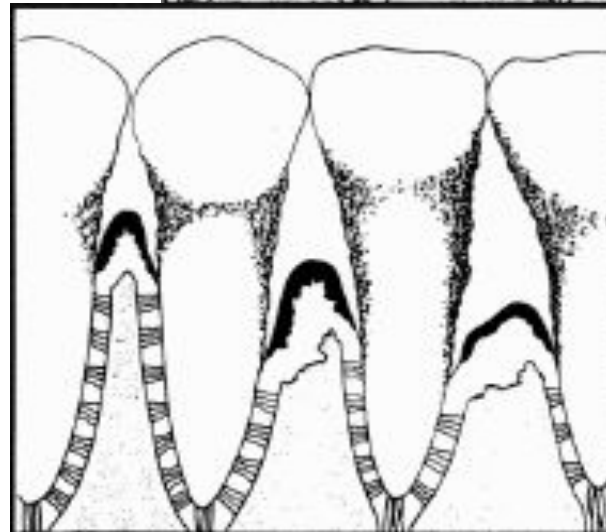
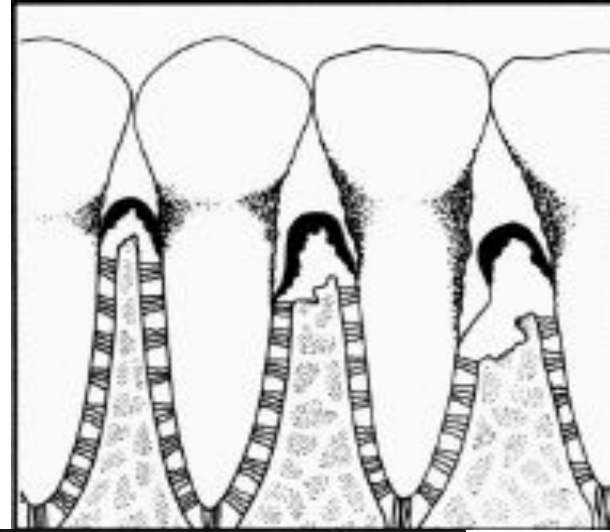
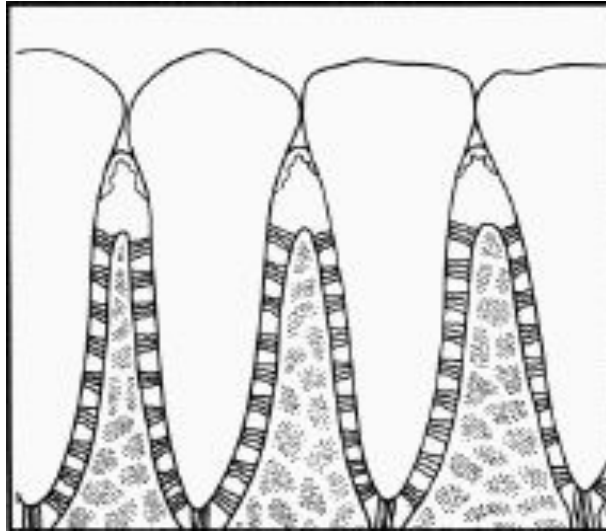
Сердечно-сосудистая

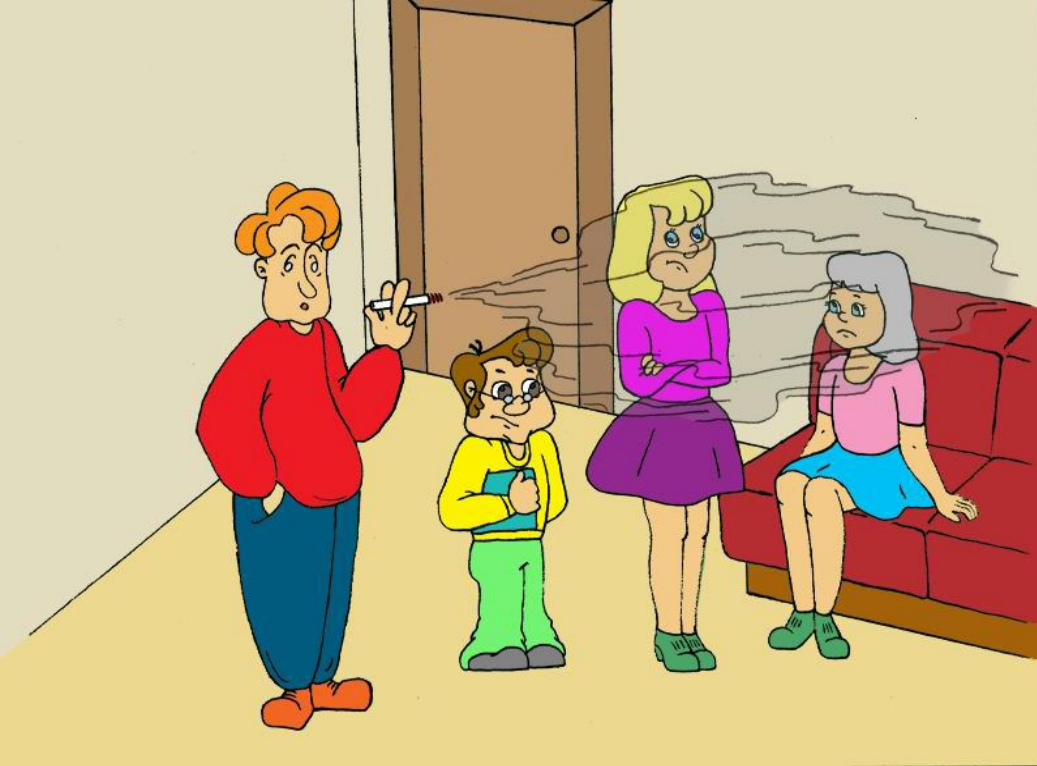
система

Длительно и много курящие в 13 раз чаще заболевают стенокардией, в 12 - инфарктом миокарда



Курение и заболевание дёсен



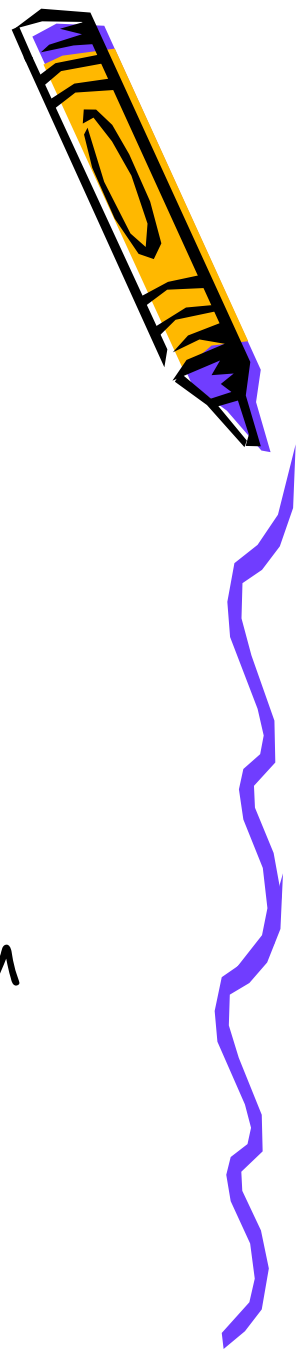


За последние десятилетия ученые выяснили, что у людей не курящих стали обнаруживаться болезни, присущие курильщикам. Причина?

Не курящие люди длительное время находились в помещении вместе с курильщиками. При курении в организм человека проникает 20-25% ядовитых веществ, а 50% вместе с выдыхаемым дымом поступают в воздух. А им дышат окружающие. Получается, что не курящие «курят». Появился даже специальный термин - «пассивное» курение.



Мир и курение



- В США ежегодно от курения умирают **345 тыс человек**
- На лечение болезней, связанных с курением в Великобритании тратится **150 млн. фунтов стерлингов**
- Европа теряет более **800 тыс. жизней** = ежедневным авиационным катастрофам



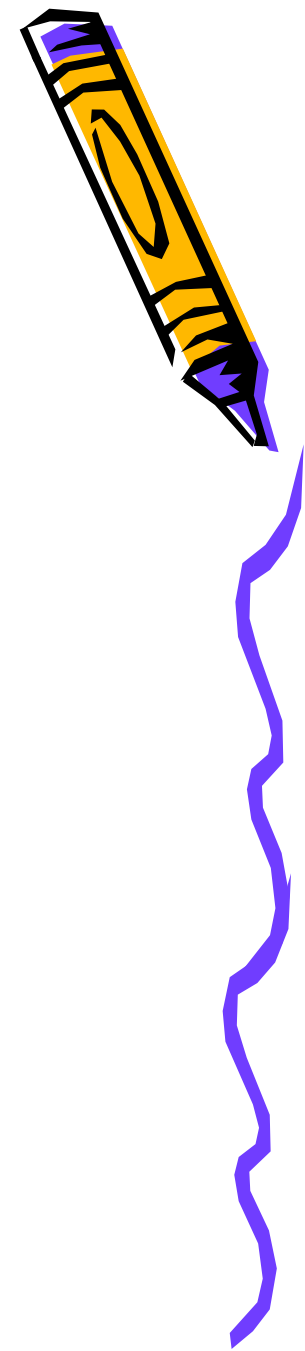
Жизнь и сигарета



1. 1-9 выкуренных сигарет в день сокращает жизнь на 4,6 года
2. 10-19 сигарет - на 5,5 лет и тд.



Статистические данные



1. Смертельная доза никотина для человека = **50-100 мг=20-25 сигарет**
2. В течении 30 лет курильщик выкуривает **20.000** сигарет = **160 кг табака (800 гр никотина)**



куритель. 40-летний мужчина ночью, во время трудной работы, выкурил 14 сигар и 40 сигарет. Утром ему сделалось плохо, и, несмотря на оказанную медицинскую помощь, он умер.

Если некурящий человек в один прием получит значительную дозу никотина, может наступить смерть. Такие случаи наблюдались в разных странах. Нашим крупным ученым - фармакологом Н. П. Крафковым описана смерть молодого человека после того, как он впервые в жизни выкурил большую сигару.

В Англии зарегистрирован случай, когда длительно курящий 40 - летний мужчина ночью, во время трудной работы, выкурил 14 сигар и 40 сигарет. Утром ему сделалось плохо, и, несмотря на оказанную медицинскую помощь, он умер.



Первая помощь при отравлении никотином

→ Напоить пострадавшего водой (чаем или соком, но не содержащими газировку), ни в коем случае не давать молоко, помогающее усвоению организмом ядов

→ Вызвать рвоту (чтобы вывести яды из организма). Сначала дать отравленному попить воду, чай или сок, наклонить верхнюю часть туловища вперед, вызвать раздражение неба пальцем или чайной ложкой

→ Дать таблетку активированного угля (чтобы связать оставшийся в организме яд). Запивать таблетку можно водой или лимонадом

Викторина



1. Кто впервые познакомил европейцев с курением?

Колумб





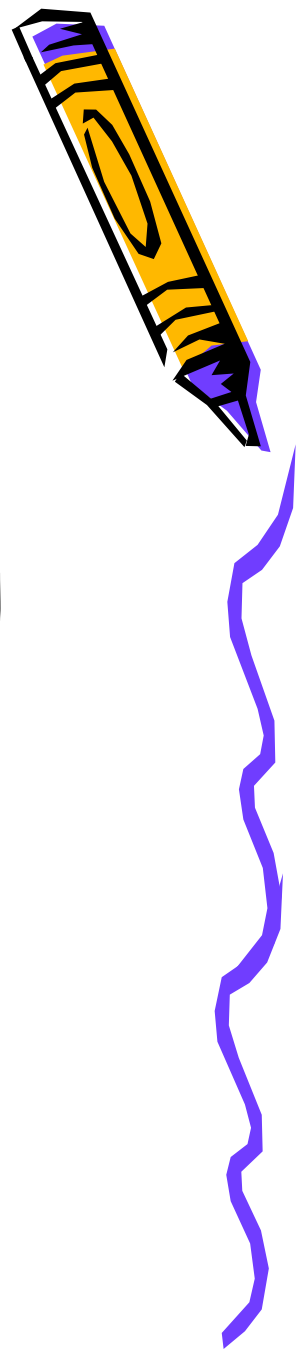
2. К какому семейству
относится табак?

паслёновых



3. С какой целью
первоначально применяли
табак в Европе?

как средство от всех
болезней



4. Как в России в 17 века наказывали учеников, уличённых в курении?

били кнутом, а торговцу отрезали нос, рвали ноздри, ссылали

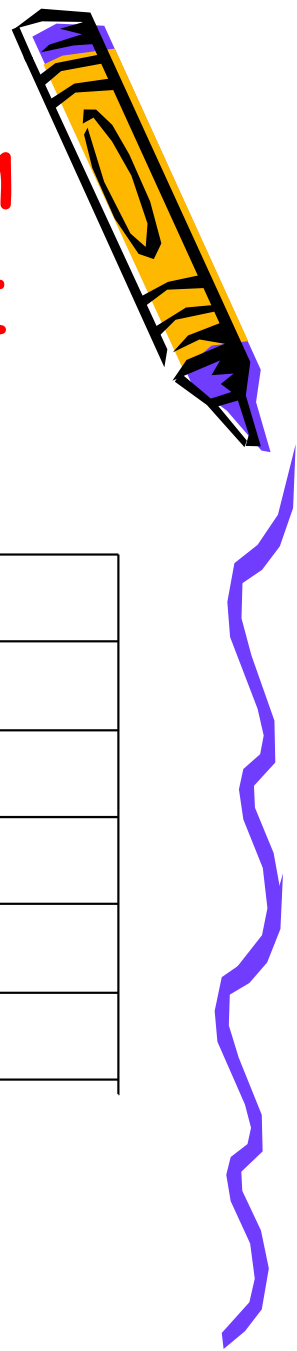


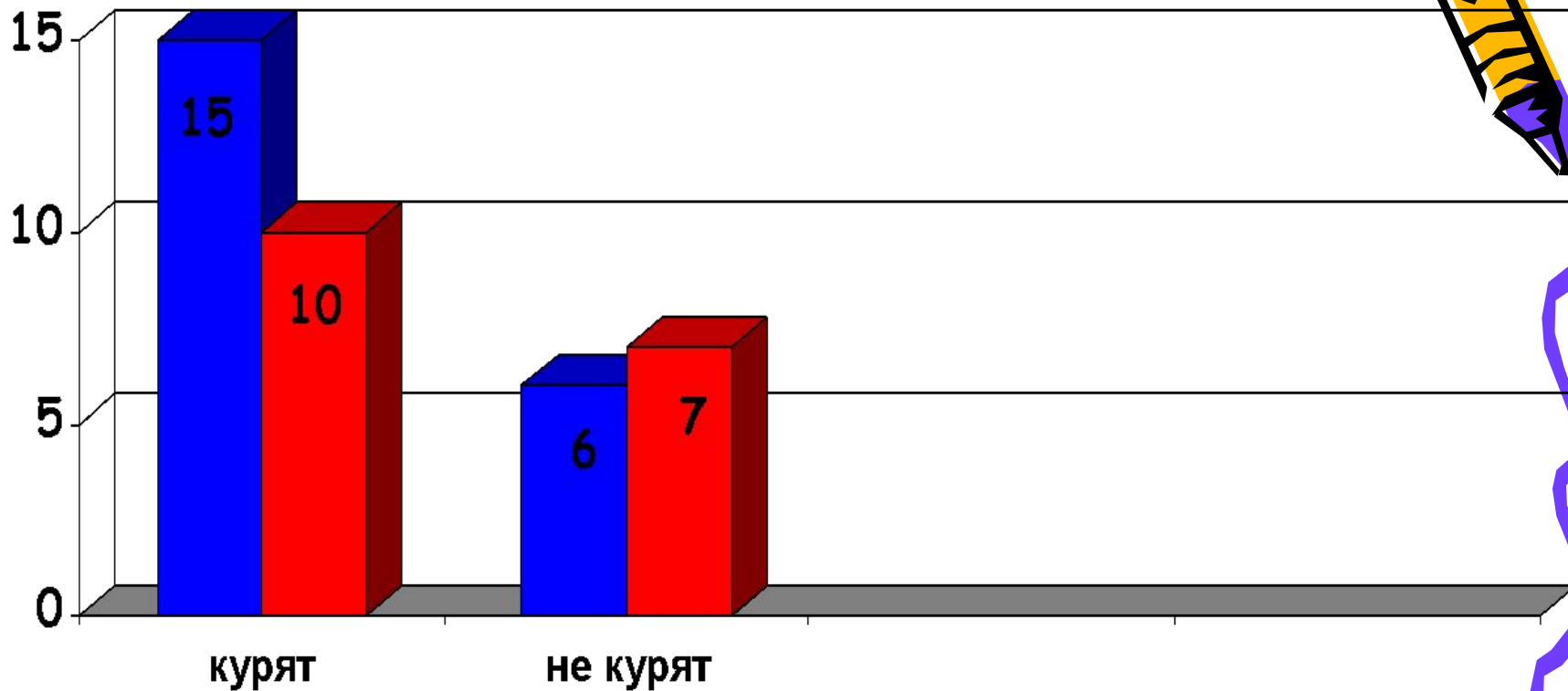
5. Кто отменил запрет на курение на Руси?

Пётр I

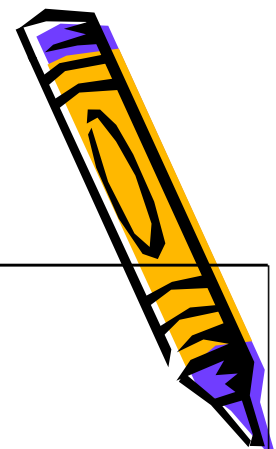


В анкетировании принимали участие **38** учащихся школы

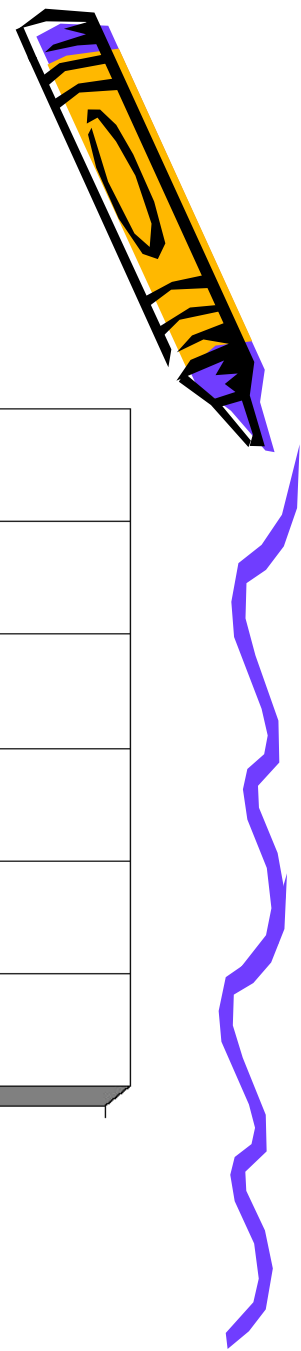
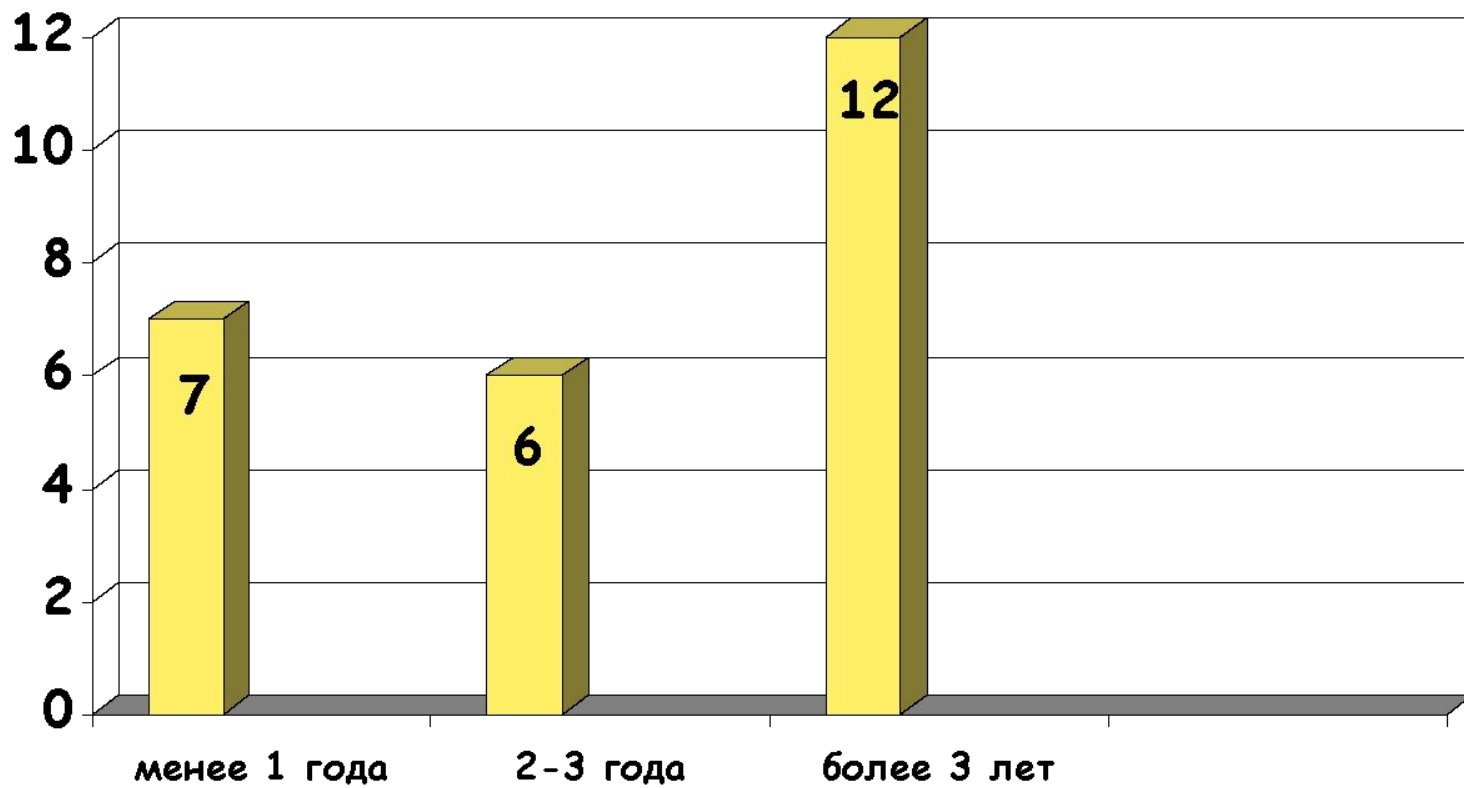




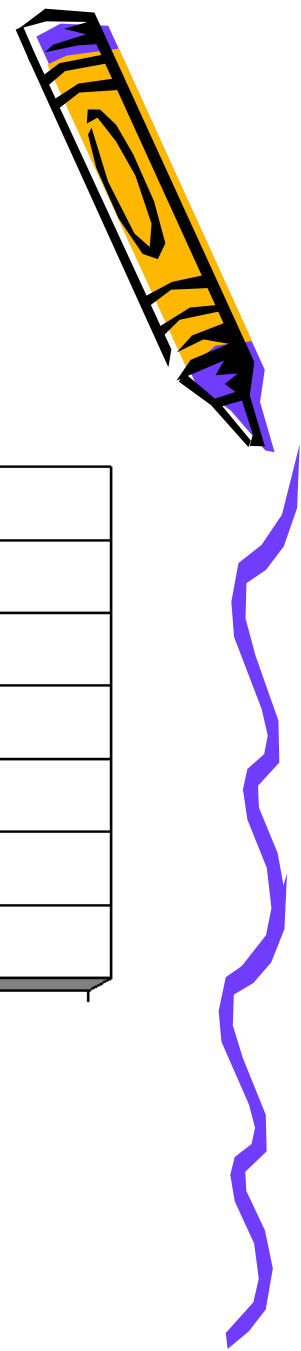
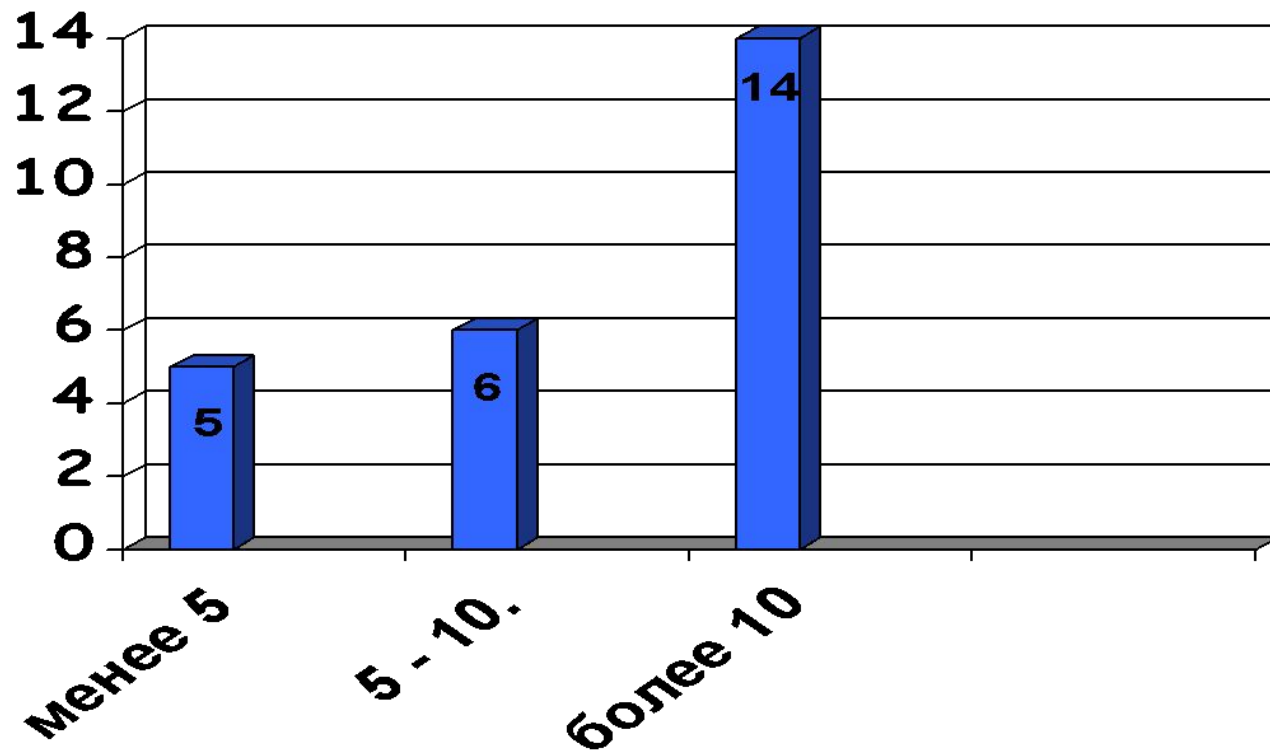
■ юноши ■ девушки



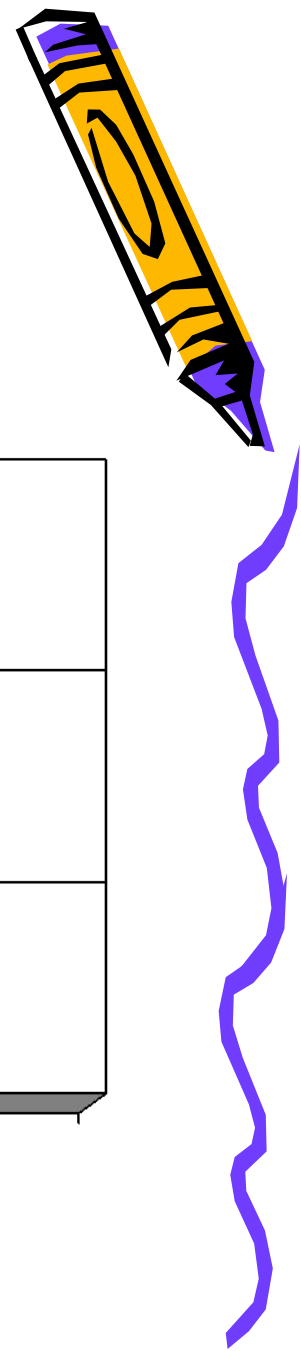
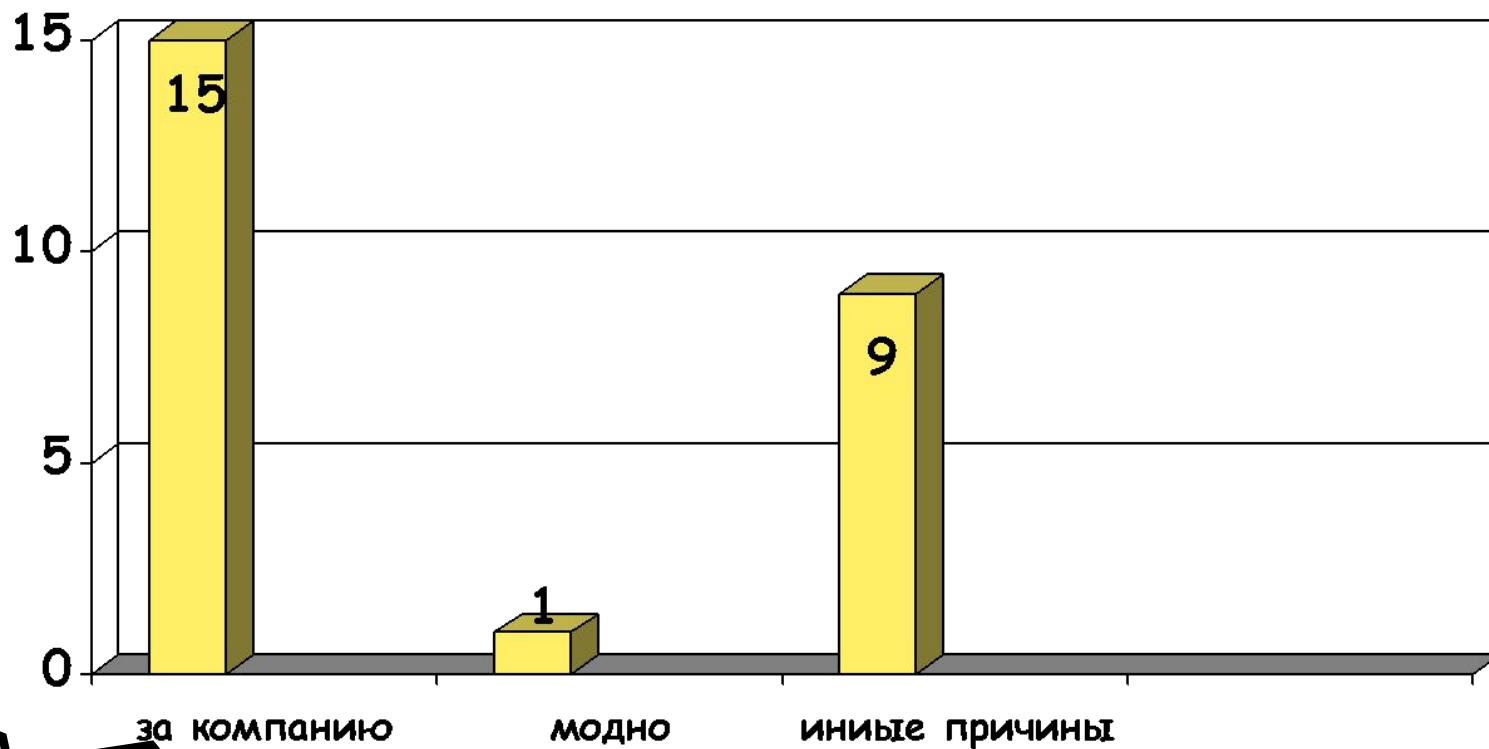
курят



Сколько сигарет выкуриваете в день?



Причины, по которым начали курить

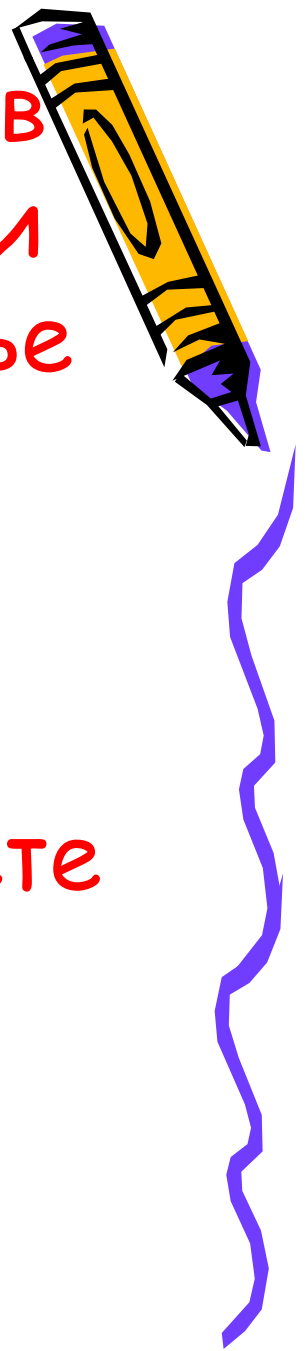


Эээ

Дети- это чудо света.
Я увидел это сам
И причислил чудо это
К самым чудным чудесам.
Мы пред будущим в ответе,
Наша радость, боль и
грусть,
Наше будущее - дети
Трудно с ними, ну и пусть.
В наших детях наша сила
В неземных мирах огни,
Лишь бы будущее было
Столь же светлым, как они.



Неужели мы , будем плестись в хвосте мирового сообщества и тратить свои деньги и здоровье в угоду чужим интересам?



Подумайте,
какие преимущества вы можете приобрести , если не будете курить?



Будьте

здоровыми!

