



«Курение – добровольное безумие»

Автор: Величко Т.И.

п. Мирный, 2008 г.



Содержание

- Вступление
- Историки
- Социологи
- Медики
- Химики
- Итог
- Источники информации



- **Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации.**
- **Яд, который не действует сразу, не становится менее опасным.**
- **Люди курят не потому, что хотят курить, а потому, что не могут перестать.**
- **Настоящий мужчина не тот, который курит, а тот, который смог бросить курить.**

В начало



Историки

История табакокурения известна достаточно хорошо. Некоторые исследователи утверждают, что первыми на земле курильщиками были египетские фараоны.

В одной из гробниц II тысячелетия до нашей эры найдены глиняный кальян и другие курительные принадлежности.





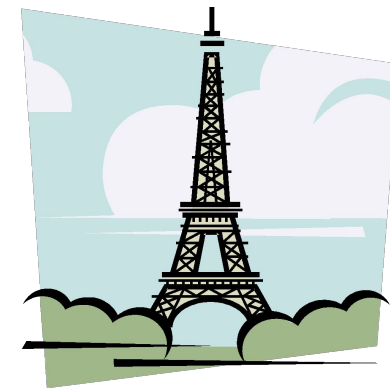
В конце XV столетия (в 1492 году) Христофор Колумб на одном из Багамских островов увидел, как местные жители втягивали в себя дым из тлеющего листа, свернутого в трубочку, и затем выпускали его из ноздрей. Такие трубочки они называли «сигаро».

Считается, что слово “табак” происходит от названия провинции Табаго на острове Гаити, где произрастало это растение.

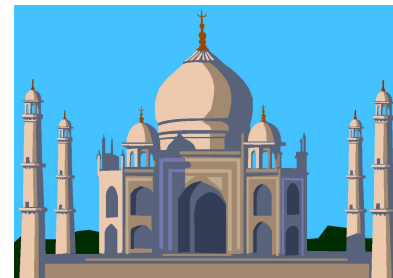




Табак шагает по Европе



- **Монах Роман Панэ побывал в Америке в качестве миссионера. Он привез в Испанию табачные семена и стал выращивать это растение как декоративное.**
- **Уже в 1496 г. первые табачные плантации появляются в Испании.**
- **В Португалии первое появление табака было замечено в 1559 г.**
- **1560 г. – впервые табак попал во Францию.**



В конце XVI - начале XVII вв. курение распространилось и на другие материка.

В Средней Азии и странах Востока табак закладывали под язык или за щеку, из высушенных листьев готовили нюхательный порошок.

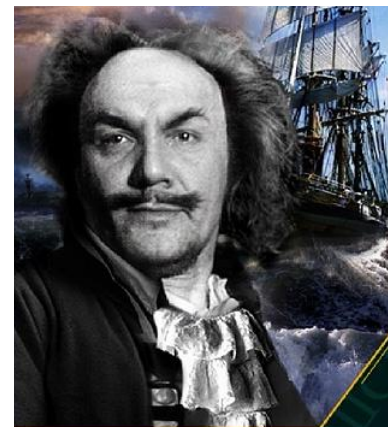




Табак в России

- В Россию табак был завезен во второй половине XVI в.
- В XVII в. курильщиков наказывали 60-ью палочными ударами по пяткам, а торговцам табаком “пороли ноздри и резали носы”.
- В конце XVII - начале XVIII вв. Петр I, который был заядлым курильщиком, упразднил все законы, запрещавшие курение и разрешил ввозить табак из-за рубежа.

В начало





СОЦИОЛОГИ

На вопросы анкеты отвечали 42 учащихся
классов, в возрасте 12-14 лет,
среди них мальчиков – 27, девочек – 15.

7-8

№	Вопрос	Да	Нет
1	Курят ли дома родители?	Папы – 85,7% Мамы – 23,8 %	Папы – 14,3 % Мамы – 76,2 %
2	Пробовал ли курить сам?	Мальчики – 77,7% Девочки - 40 %	Мальчики – 22,3 % Девочки – 60 %
3	Понравилось или нет? (Если пробовал)	Мальчики – 71,4% Девочки – 66,6 %	Мальчики – 28,6 % Девочки – 33,4 %
4	Собираешься ли курить в будущем, когда станешь взрослым?	Мальчики – 80,9 % Девочки – 50 %	Мальчики – 19,1 % Девочки - 50 %
5	Как ты думаешь, почему люди начинают курить?	За компанию – 83 % Желание выглядеть современно – 76% Привлечь к себе внимание – 64% Стремление все попробовать – 61%	



Статистика



В мире систематически курит
60% мужчин и 20% женщин.

Из систематически курящих мужчин
16,9% начали курить в 8-9 лет.

Большинство подростков начинают курить

- под влиянием товарищей в компании - **27%,**
- из любопытства - **40%,**
- в подражание взрослым - **17%.**

Показательно, что **85%** курящих подростков
- из семей,

где хотя бы один родитель курит,
остальные **15%** - из некурящих семей.



Еще в начале XX века курящая женщина была редкостью, сейчас среди 17-18-летних курящих девушек столько же, сколько курящих парней.

**Среди девушек причины курения такие:
желание привлечь к себе внимание,
выглядеть модно, современно, эффектно,
казаться окружающим независимой,
уверенной в себе.**





Установлено,
что **80%** закуривших детей
не бросают этой привычки,
а если подросток выкурил
2 сигареты,
то в **70%** случаев он будет
курить систематически.

В начало



Медики



- В **год** от курения умирает **2 500 000 человек**, то есть каждые **13 секунд – 1 человек**.
- Активное курение сокращает жизнь **на 10 - 18 лет**
- Каждая сигарета сокращает жизнь **на 8-15 минут**
- За **год** курильщики выбрасывают в атмосферу **1 642 720 тонн** ядовитых веществ.
- **Смертельная** доза никотина для человека **2 - 4 капли**, однако **внутривенно** достаточно ввести никотин из **1 сигареты**, чтобы **вызвать смерть** человека.



Установлено:

Люди, начавшие курить **до 15-летнего** возраста, **умирают** от рака легких **в 5 раз чаще**, чем те, которые начали курить после 25 лет.



Лёгкое слева поражено эмфиземой, справа — раком. Оба от курения.



Длительно и много курящие

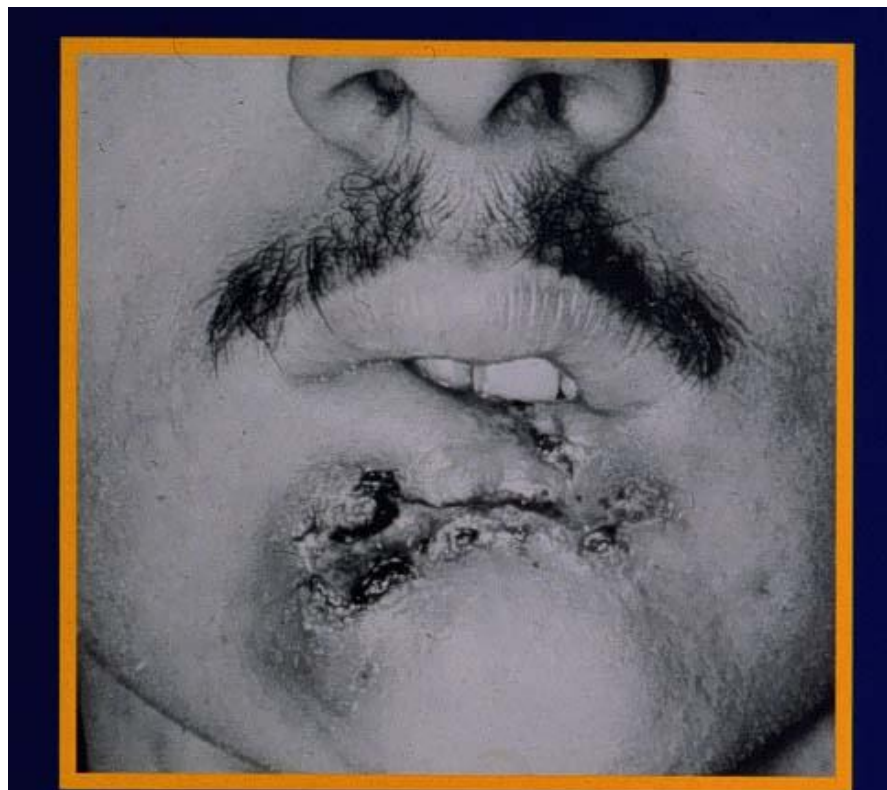
- в 13 раз чаще заболевают стенокардией,
- в 12 – инфарктом миокарда,
- в 10 раз – язвой желудка
- в 30 раз – раком легких.

Курильщики
чаще болеют ОРЗ, бронхитами,
астмами;
у них нарушается зрение и слух.





Часто у курильщиков развивается
рак губы, гортани, голосовых связок, пищевода.

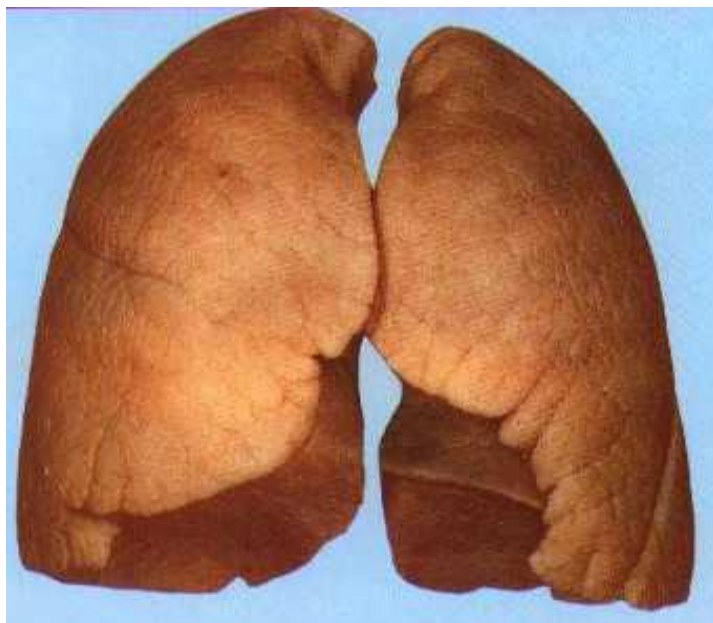


Рак у 28-летнего мужчины,
курившего по пачке сигарет в день
на протяжении 10 лет



Известно:

- В легкие из сигареты попадает сажа.
За **20 лет** в легких курильщика **скапливается до 6 кг сажи**.
- Выкуривая **1 пачку** сигарет в день, курильщик **получает дозу облучения, в 3,5 раза превышающую предельно допустимую**.



лёгкие некурящего



лёгкие курящего



Ученые выяснили:

- Курение **в 2 раза опаснее** для растущего организма, чем для взрослого.
- **Смертельная доза** для **взрослого** человека содержится **в одной пачке** сигарет, если ее выкурить сразу, а **для подростков – в половине пачки.**





Результаты наблюдений ученых за школьниками

Болезни и другие проблемы	Курящие школьники (200 чел.)	Не курящие школьники (200 чел.)
1. Нервные	14%	1%
2. Понижение слуха	13%	1%
3. Плохая память	12%	1%
4. Медленно соображают	19%	3%
5. Физическая отсталость	12%	2%
6. Нечистоплотны	12%	1%
7. Плохие отметки	18%	3%



«Курение мужчины – беда, курение женщины – дважды беда...»

- **42%** курящих женщин не могут иметь **детей**.
- **Дети**, родившиеся у курящих матерей, **ослаблены и больны**.
- Под действием ядов табака **ребенок** у курящей женщины может родиться **мертвым**.
- Дети курящих родителей часто **отстают** в интеллектуальном развитии, чаще **заболевают** эпилепсией.





80% людей желающих бросить курить, не могут сделать этого самостоятельно

- **Бросать курить можно разными способами. Можно резко прекратить курить, а можно постепенно уменьшать число выкуриваемых за день сигарет.**
- **Для бросающих курить выпущена специальная жевательная резинка с небольшим количеством никотина, лекарства, снимающие абстинентный синдром.**
- **Существует условно-рефлекторный способ лечения табакозависимости, пациент принимает препараты, которые при закуривании вызывают рвоту.**



- Примерно **65%** курильщиков хотят бросить курить, но **80%** из них не могут сделать этого самостоятельно.
- Некоторые не пытаются бросить курение, так как считают, что это не вредит их здоровью, а наоборот, помогает успокоиться, сосредоточиться, снять напряжение.
- Примерно **20%** молодых людей не знают о негативных последствиях длительного курения.
- Часть курильщиков считают, что действие табака избирательно и на них он не действует.





- **Некоторые врачи избавляют от табакозависимости психотерапией, гипнозом, иглоукалыванием.**
- **Главное условие избавления от этой привычки – желание самого курильщика.**



В начало



Химики

- В момент затяжки на кончике сигареты развивается температура **600-900 °С**.
- При этом происходит сухая перегонка табака, при которой образуется около **6000** веществ, из которых **120** ядовиты.
- **28,7%** общей токсичности приходится на никотин. При медленном курении в дым переходит **20%** никотина, при быстром - **40%**.
- Никотин всасывается слизистыми оболочками и разносится по всему организму в течение **21-23** секунд.
- Обезвреживается никотин в почках и печени.





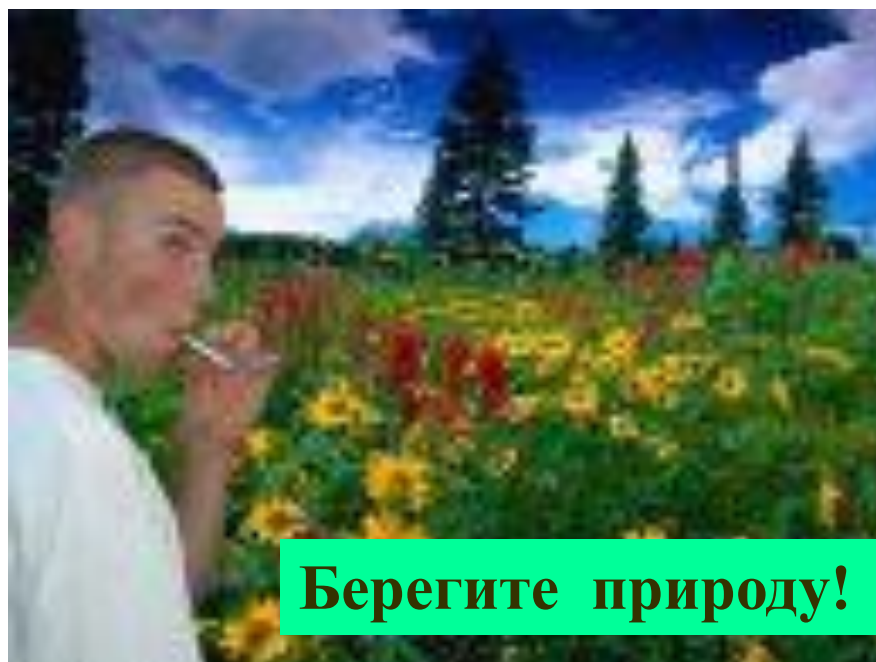
За **30 лет** курильщик поглощает
от **800 г - 1 кг** никотина.

Кроме никотина в табачном дыме содержатся:





- **25%** веществ в табаке сгорает и разрушается;
- **50%** попадает в воздух;
- **20%** в организм курильщика;
- только **5%** остается на фильтре.





За год курильщики Земли выбрасывают в атмосферу:

- **720 т синильной кислоты,**
- **384 000 т аммиака,**
- **108 000 т никотина,**
- **600 000 т табачного дегтя,**
- **550 000 т угарного газа.**

В начало





Сделай свой выбор!

Твое здоровье в твоих руках.



[В начало](#)



Литература:

- Биологический энциклопедический словарь М.: Советская энциклопедия, 1986.
- Деларю В.В. Губительная сигарета. М.: Медицина, 1987.
- Казьмин В.Д. Курение, мы и наше потомство. М.: Советская Россия, 1989.
- Морозов Г. В. Курение как «фактор риска». М.: Знание, 1983.
- Спасибо, не курю! М.: Молодая гвардия, 1990.
- Тарнавский Ю.Б. Курить – здоровью вредить. М.: Медицина, 1978.
- Углов Ф. Г. Береги здоровье и честь смолоду. М.: Педагогика, 1988.
- Энциклопедия для детей. Биология. М.: Аванта +, 1994.
- Ягодинский В.Н. Школьнику о вреде никотина и алкоголя. М.: Просвещение, 1986.

Веб - сайты:

- <http://www.bydzdorov.ru/19kur.html>
- <http://www.stopsmoke.ru/index>
- <http://www.sport.kharkov.ua/smoking/kurenje.php>
- <http://www.imam.ru/save/15html>
- <http://www.DEBRYANSK.ru>
- <http://dontsmoke.narod.ru>
- <http://antikurenje.narod.ru>