



Профилактика курения

2012
ГОД

Учитель географии и ОБЖ
МОУ СОШ п. Восточный
Полещук Е. Б.

История

табакокурения

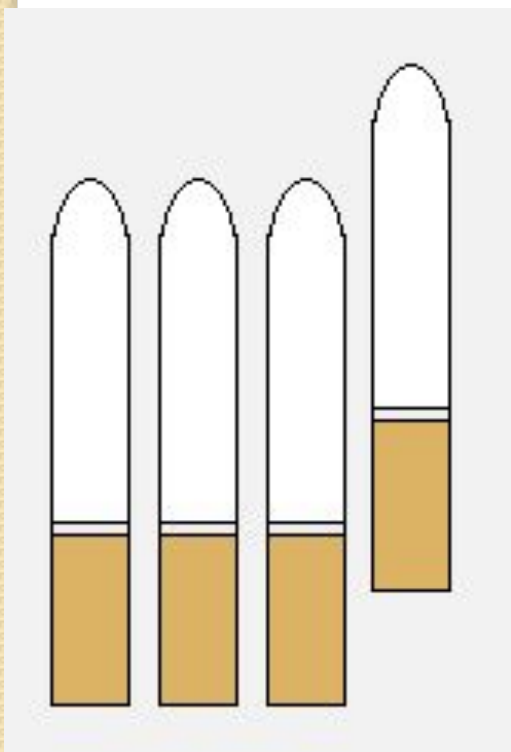
В древних цивилизациях, как и к табачному дыму приписывались магические, целебные свойства, а вдыхание его приравнивалось к общению с богами. Испанцы и португальцы завезли листья и семена табака в Европу, и несмотря на запреты Инквизиции, европейцы тоже начали культивировать табак.



Легализовать табак на Руси было суждено Петру I. Петр договорился в Лондоне с известным коммерсантом, лордом Ф. Кармартенем, о поставке в Россию крупной партии табачного сырья (1698 г.). Первые табачные мастерские в Петербурге открыли иностранцы.

Бьёт без промаха.

Никотин уносит
6 000 000 жизней каждый год



Количество курильщиков

- В Российской Федерации курит около 50% взрослого населения, а около 340.000 россиян ежегодно умирает от курения. Ученые полагают, что в настоящее время на нашей планете насчитывается около миллиарда курильщиков.





«С кем угодно, только не со мной,
этого не может быть потому, что этого
не может быть никогда»

Так говорят многие...

Причины курения

ПОДРОСТКОВ

- Подражание другим школьникам;
- Чувство новизны, интереса;
- Желание казаться взрослыми, самостоятельными;



60% девочек ответили, что это модно и красиво;
20% девочек ответили, что таким образом хотят
нравиться мальчикам;
15% девочек ответили, что таким образом хотят
привлечь к себе внимание;

Курящее детство



Резкий подъем количества курящих учеников происходит к концу школы – в выпускном классе курит половина учеников.

Откажитесь от нотаций



Как показывает практика, обычная лекция дает всего 10 процентов запоминания материала.

Но если по тому же вопросу состоялась дискуссия, ее содержание запоминается на

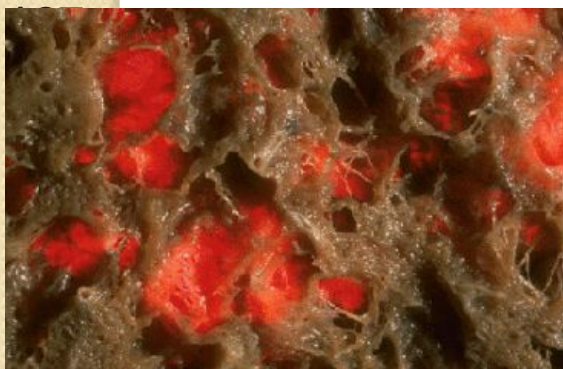
Придется импровизировать



Стаж курильщика – 5 лет



Стаж курильщика – 10



Стаж курильщика – 15 лет



Стаж курильщика – 20 лет



Срез раковой опухоли легкого

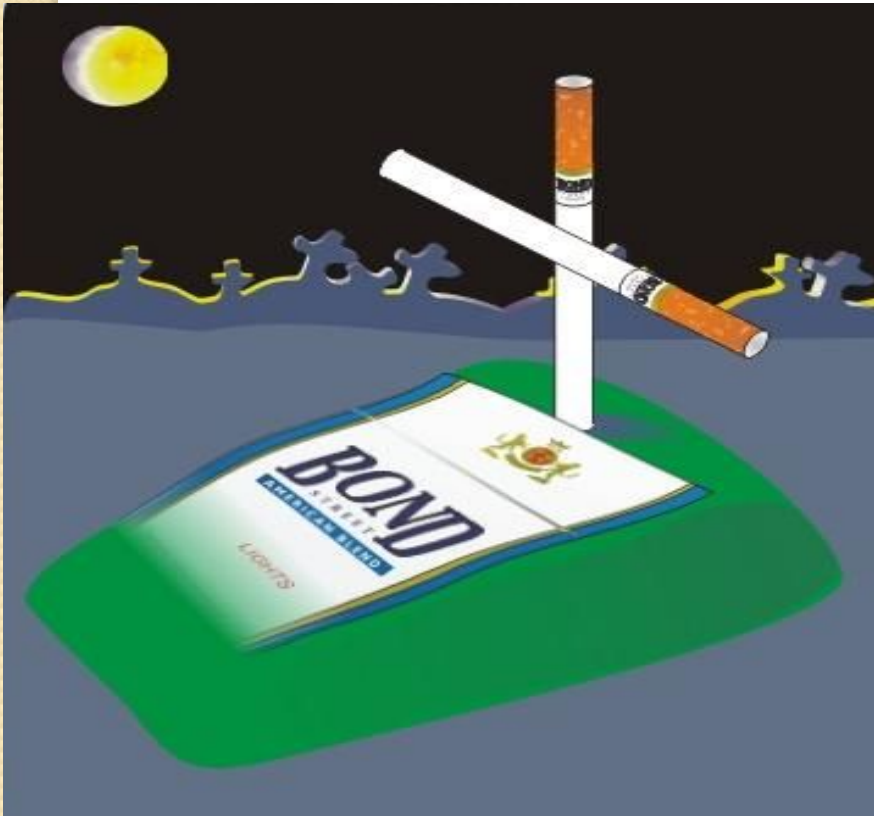
Если вы скажете школьнику, что через 40 лет он умрет от сердечно-сосудистых заболеваний, он вас поднимет на смех.

Зато, если девочке объяснить, как курение ухудшает состояние кожи и мнимая продвинутость способна затруднить общение с противоположным полом,

Здоровье – не ценность?

В России вообще отношение к своему здоровью наплевательское – в значительной степени оно определено исторически.

В иерархии жизненных ценностей здоровье всегда занимало далеко не первое место, а лидировала необходимость жертвовать собой ради высоких идеалов.



Когда пример заразителен

Курят многие родители. Не стесняются дымить на глазах у учеников и сами учителя – среди них курящих почти 40 процентов мужчин и около 10 – женщин. Даже среди учительниц начальных классов курит почти 7 процентов.

Самое важное

Одно из занятий по курсу патологической анатомии в медицинском университете. Профессор показывает на трупе лёгкие курильщика. Они были пепельно-серые, а местами как бы обуглившись, с вкраплениями настоящего угля. Разрезая такие лёгкие, секционный нож страшно скрежетал, как будто бы натыкался на камни – это была склерозированная ткань бронхов.

Начинать профилактику курения среди школьников нужно как можно раньше – и не в виде лекций, а в формате дискуссий, ролевых игр, интерактивных бесед.

Подавать информацию надо в виде конкретных примеров и максимально честно.



Советы родителям и учителям.

Как определить: курит ли Ваш ребенок?

- Цвет зубов. Как правило зубы приобретают подозрительно желтый цвет.
- Неприятный запах изо рта
- Запах табака от одежды.
- Цвет пальцев. Те два пальца которыми Ваш ребенок часто держит сигарету, а конкретно зона соприкосновения сигареты с кожей имеет более темный (желтоватый) цвет. Меняется и цвет ногтей.
- Цвет лица. Если ребенок курит более 2 пачек в день, то лицо будет довольно красное; если не более одной пачки сигарет с фильтром, то оно будет бледноватое, а иногда землистого цвета.
- Голос грубеет.
- Пассивность, вялость.



Как уберечь ребенка от пристрастия к курению

- Не курите сами
- С самого раннего возраста объясняйте ему, что такое табак и сигареты, историю табакокурения, принцип действия, сопровождая рассказ наглядными примерами.
- Формируйте в своей семье здоровый образ жизни, занимайтесь совместно спортом, поощряйте посещение ребенком спортивных секций и кружков





SOS!!!

«Дети до...»

становятся всё младше!

