

**Курить –
здоровью 
вредить**

Цель проекта:

- изучить состав табачных изделий

- изучить влияние курения на жизнь человека,
- пропагандировать здоровый образ жизни .



Задачи проекта:

- - показать вред, наносимый курением человеку;
- - исследовать причины курения подростков;



Проблема подросткового курения становится все острее год от года. Врачи считают, что если человечеству не удастся остановить распространение табака среди молодежи, то, в конечном счете, курение юных приведет к «санитарной катастрофе третьего тысячелетия».

Курение - это ЯД!!!



Если учащийся знает о вреде курения, его пагубном влиянии на здоровье, составе табачного дыма, свойствах никотина, о последствиях курения, то это приведет к изменению его отношения к курению.





Из истории табака

- Табак родом из Америки.
 - Привёз его мореплаватель Колумб.
 - Растение получило название от имени провинции Табаго острова Гаити.
- 



Что такое курение

Курение – это вдыхание дыма некоторых тлеющих растительных продуктов.

Курение табака – одна из наиболее распространённых вредных привычек, отрицательно влияющая на здоровье курильщика и окружающих его людей.

Химическая структура табачных изделий



На что влияет курение

МОЗГ

глаза

лёгкие

сердце

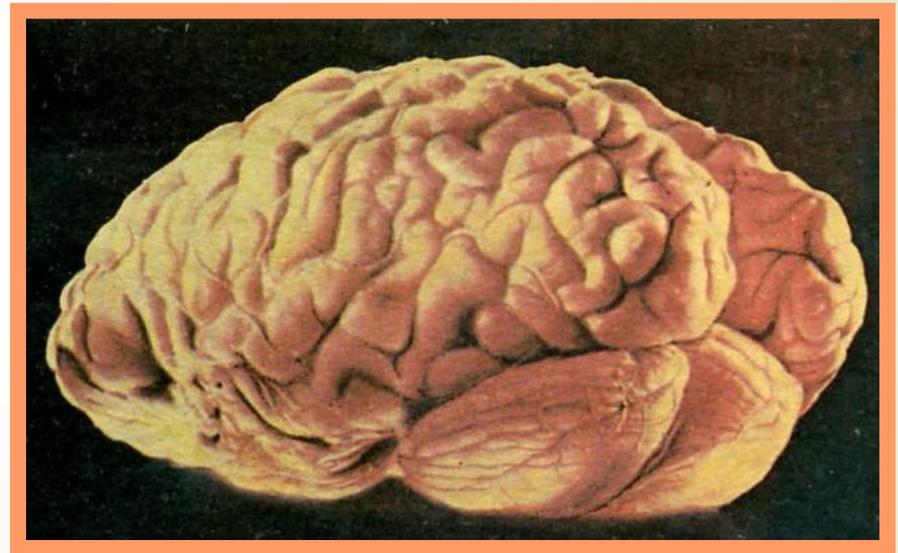
желудок

кожа

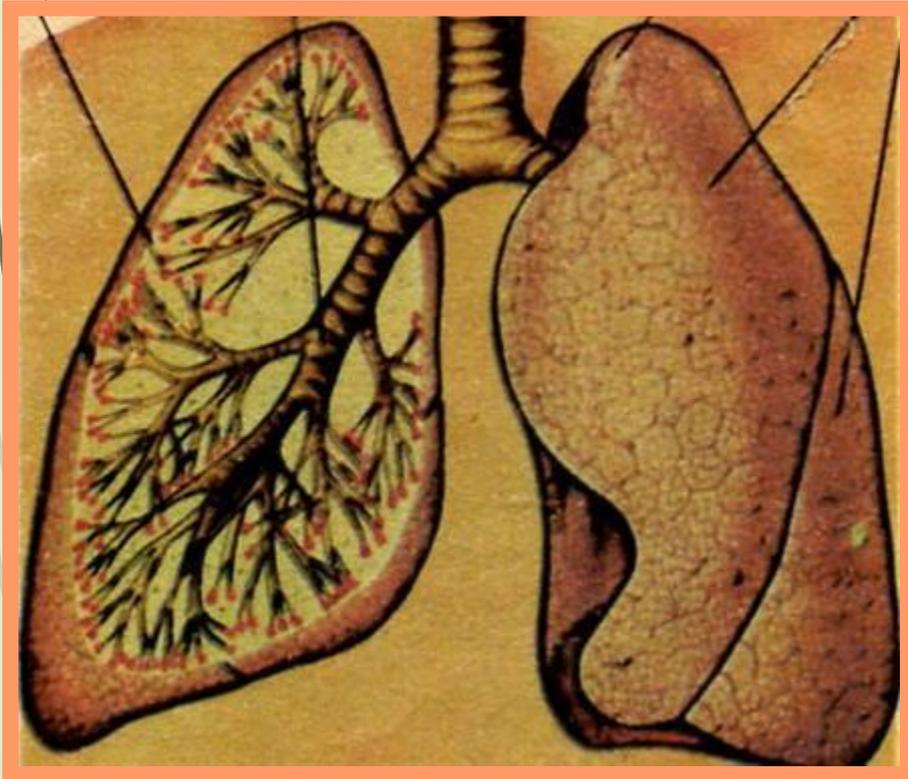


Влияние курения на мозг

- **Нарушаются память и внимание (недостаток кислорода заменяется окисью углерода);**
- **Снижаются интеллектуальные способности (из-за отложения кальция в сосудах).**



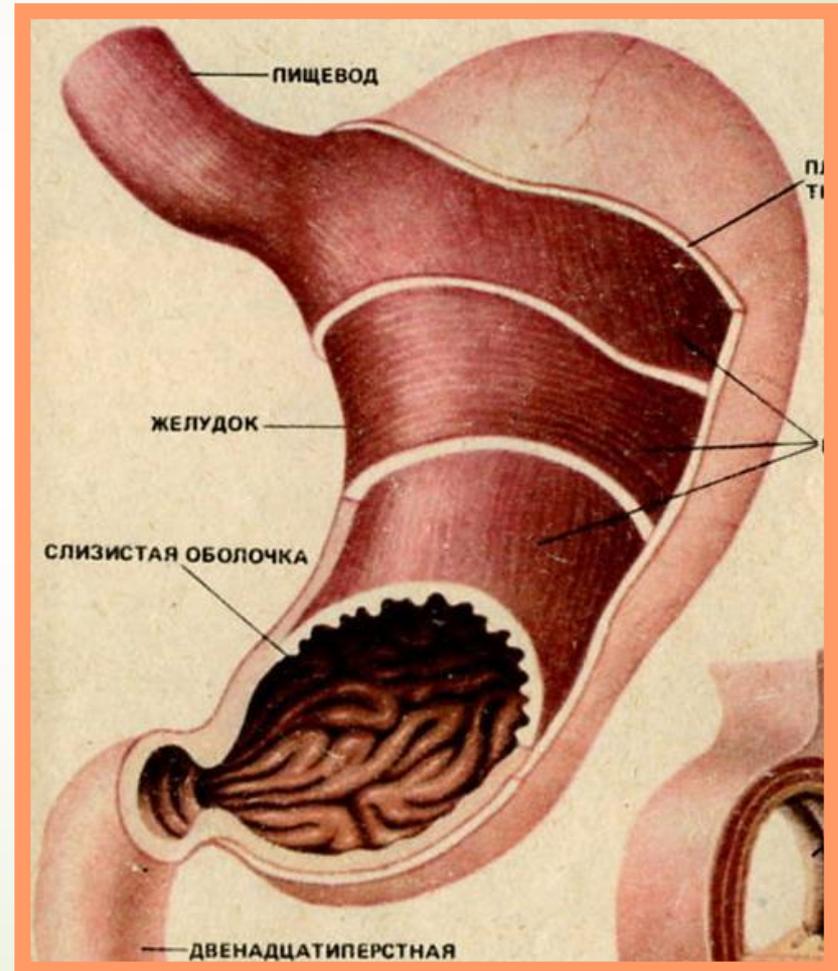
Влияние курения на лёгкие



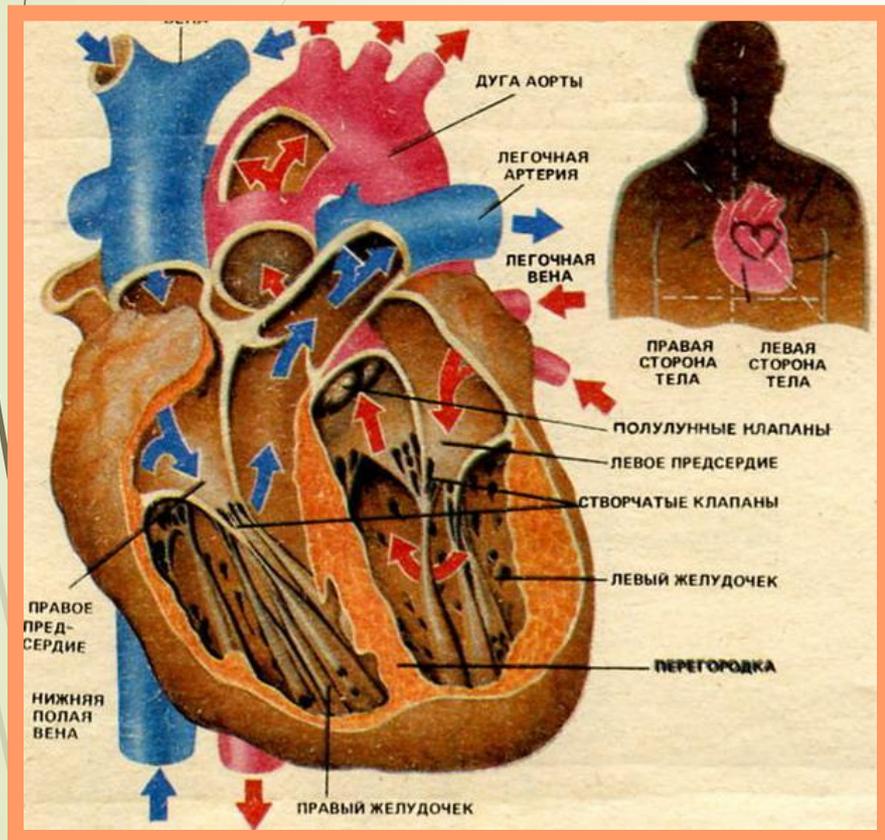
- Дым оседает в виде смол (именно поэтому лёгкие курильщика тёмного цвета);
- Повышается риск заболеть раком (в каждой затяжке – более 4 тысяч химикатов);
- Риск пневмоний, эмфиземы, хронического бронхита.

Влияние курения на желудок

- Табачная смесь приводит к выделению соляной кислоты;
- Никотин, дым, частички табака со слюной попадают в желудок и оказывают постоянное раздражающее действие на него.



Влияние курения на сердце



- Повышается риск сердечных заболеваний (особенно инфаркта миокарда);
- Возбуждается нервная система, что влияет на ритм сердцебиения;
- При больших дозах яда алкоида может случиться паралич, при котором есть опасность остановки дыхания и сердца.

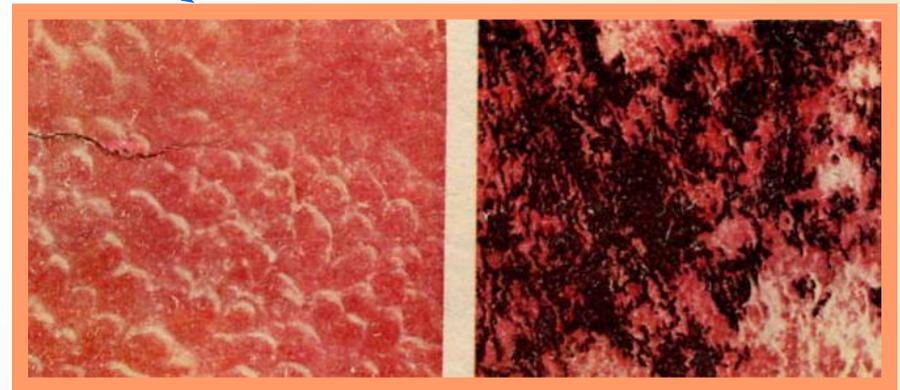
Влияние курения на глаза и кожу

- Сигаретный дым раздражает глазную оболочку;
- С возрастом у курильщиков перерождение глазной оболочки может привести к слепоте;
- Сухая, дряблая кожа (обезвоживается из-за недостатка кислорода).



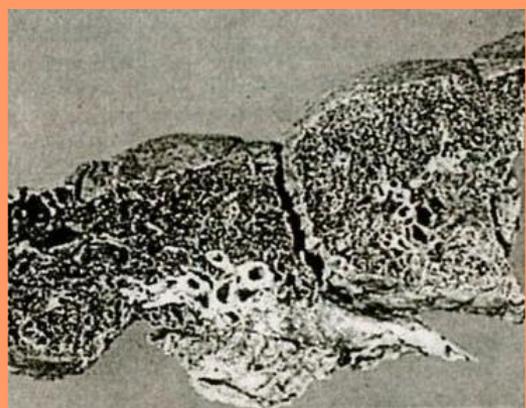
Лёгкие человека

Так выглядят лёгкие
здорового человека.



А так курящего
человека.

Так выглядят лёгкие курящего



Хозяин этих лёгких курил более 5-ти лет. Они заметно почернели.

Лёгкие курильщика с 15-летним стажем забиты смолой и никотином.



25 лет человек не расставался с сигаретой. Его лёгкие обожжены, как угольки.



Болезни, ждущие курильщика

- Рак лёгких, рак гортани, рак губ и языка;
- Хронический бронхит и эмфизема (поражение лёгких, одышка и свистящее дыхание);
- Ишемическая болезнь сердца;
- Болезни сосудов ног;
- Гастрит и язва желудка;
- Неприятный запах изо рта, преждевременное старение.



К сведению

- Ежедневно от курения умирают 10000 человек в мире;
- Курение сокращает продолжительность жизни и повышает смертность населения;
- 90% умирающих от рака – курильщики;
- Бросать курить полезно в любом возрасте.

К сведению

Большинство курильщиков любят приводить примеры такого типа: «Вот мой дедушка дымил как паровоз и дожил до 80 лет, а дядя Петя не пил, не курил, а до 50 не дотянул». Это глупейший вид самовнушения! Да, в жизни всё бывает. Но, во-первых, если бы ваш дедуля не курил, то прожил бы и все 100. Во-вторых, любое событие в этой жизни имеет некоторую вероятность, и эта вероятность зависит от множества факторов. Вероятность заболевания раком лёгких растёт с каждой выкуренной сигаретой!

Вывод

- Курение - не безобидное занятие, которое можно бросить без усилий. Это – настоящая наркомания, и тем более опасная, что многие не принимают ее в серьез. Курение и школьник не совместимы, так как школьные годы - это годы роста как физического, так и умственного.
- Для сокращения курения можно применять много разных мер, включая и строгое ограничение мест для курения, и штрафы на основе законов