

«Курение - вред»

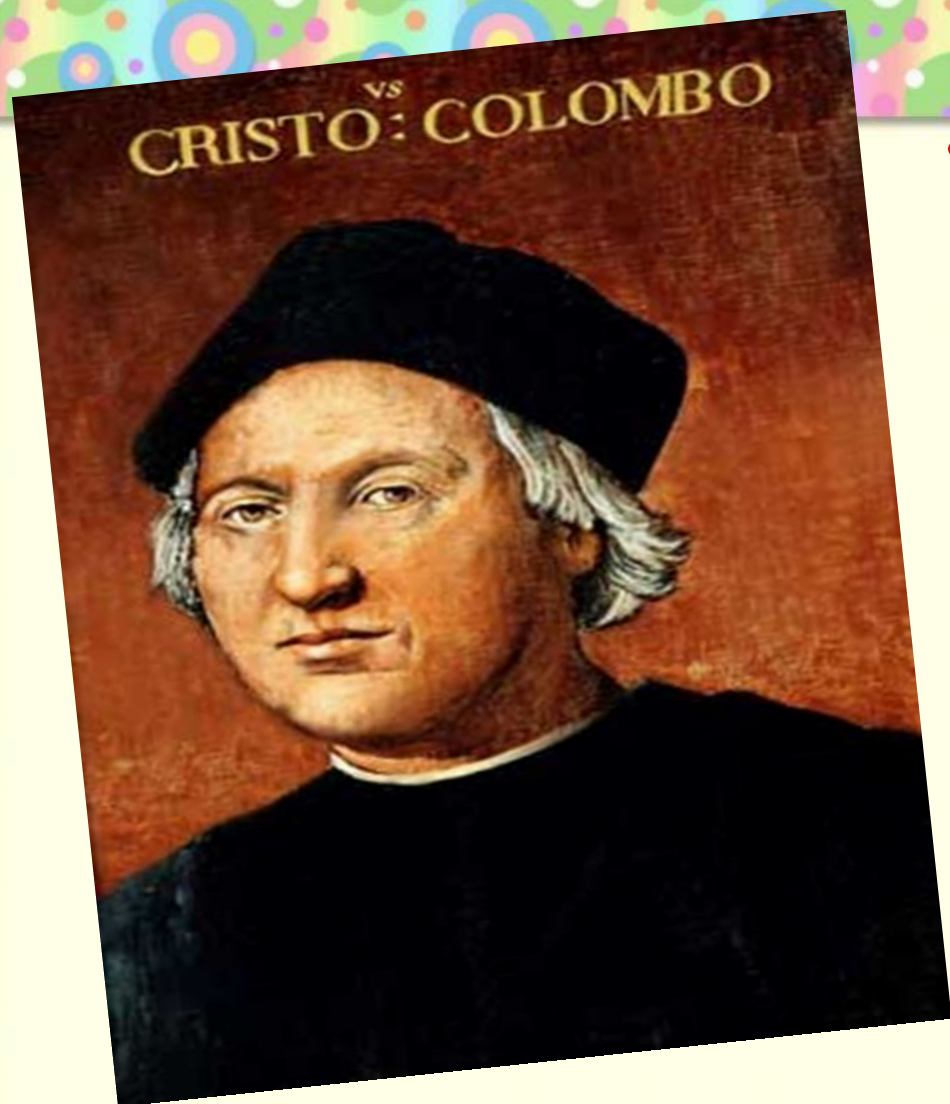


**«Табак приносит вред телу,
разрушает разум, отупляет
целые нации»**

О. де Бальзак.



Из истории



- В Европу табак попал из Америки, где побывал мореплаватель Христофор Колумб. Высадившись на незнакомый берег, Колумб и его спутники увидели, что туземцы - взрослые и дети - держали в зубах дымящиеся пучки тлеющих листьев неизвестного европейцам растения. Выяснилось, что "дикари" традиционно используют его листья для частого вдыхания дыма





ИСТОРИЯ ТАБАКА В РОССИИ
началась с Ивана Грозного



Петр I
(1672-1725)

В России табак получил
широкое распространение
благодаря Петру I



Смерти от курения

КУРЕНИЕ — ОПАСНО!



В мире от курения ежегодно умирают **5 миллионов** человек, в России - от **300 до 500 тысяч** человек.

Источник: «РИА Новости», ria.ru

IMPROVE
ALLIANCE

Никотин

Один из самых сильных ядов растительного происхождения.

Птицы погибают, если к их клюву всего лишь поднести стеклянную палочку, смоченную никотином.

Кролик погибает от $1\frac{1}{4}$ капли никотина, собака – от $1\frac{1}{2}$ капли.

Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг, или 2-3 капли.

Именно такая доза поступает ежедневно в кровь после выкуривания 20-25 сигарет.





СТАТИСТИКА



- По оценкам социологов, Россия сегодня – одна из самых курящих стран мира.
- А наши школьники в «табачном» смысле также впереди планеты всей: 80% российских учащихся рано или поздно пробуют сигареты.
- Более того, по оценкам независимых экспертов, за последние 10 лет средний возраст ребенка-курильщика снизился на 3–4 года.
- Начинают теперь с младших классов школы в 7–8 лет.
- К 17–18 годам многие превращаются уже в заядлых курильщиков.

Почему курят подростки



Почему курят взрослые люди





Курение – одна из наиболее распространенных привычек, наносящих урон здоровью человека и целому



КАК СИГАРЕТНЫЙ ДЫМ ВОЗДЕЙСТВУЕТ НА ЧЕЛОВЕКА?



У курильщика очень большой риск заболеть раком легких.

Появляется страшный кашель, голос становится некрасивым.

Зубы от никотина желтеют, появляется неприятный запах изо рта.

Возникает болезнь сосудов, болеет сердце.

Расстройство нервной системы проявляется снижением трудоспособности, ослаблением памяти.

Наблюдается снижение физической активности.

Ухудшается обмен веществ

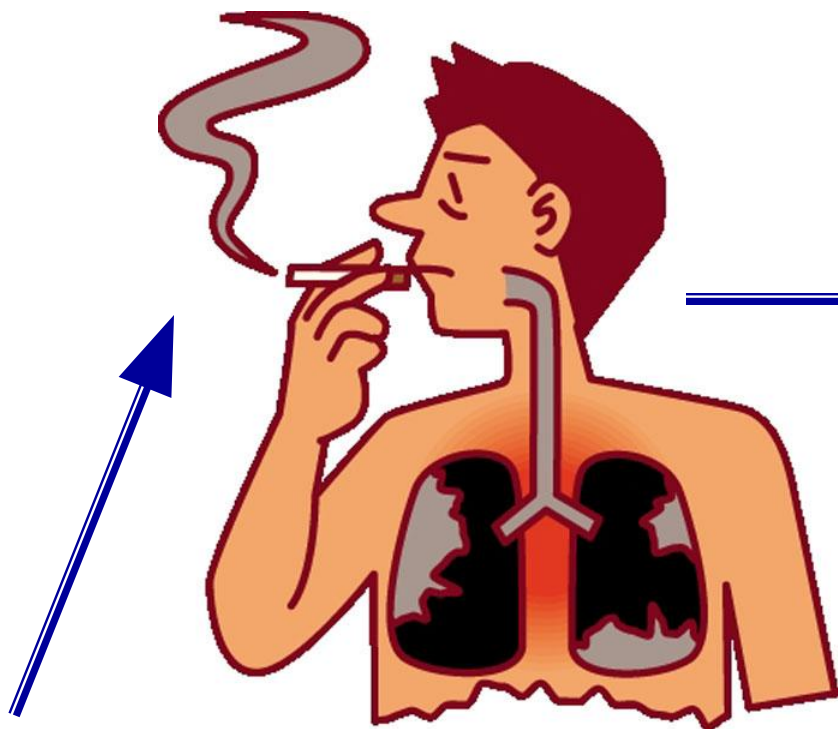
Появляются аллергические заболевания.

К ЧЕМУ ПРИВОДИТ КУРЕНИЕ



Рак легкого является одной из самых распространенных злокачественных опухолей. Факторы, влияющие на заболевание раком легкого: усиление загрязнения атмосферного воздуха и табакокурение.

Влияние табака на органы дыхания.

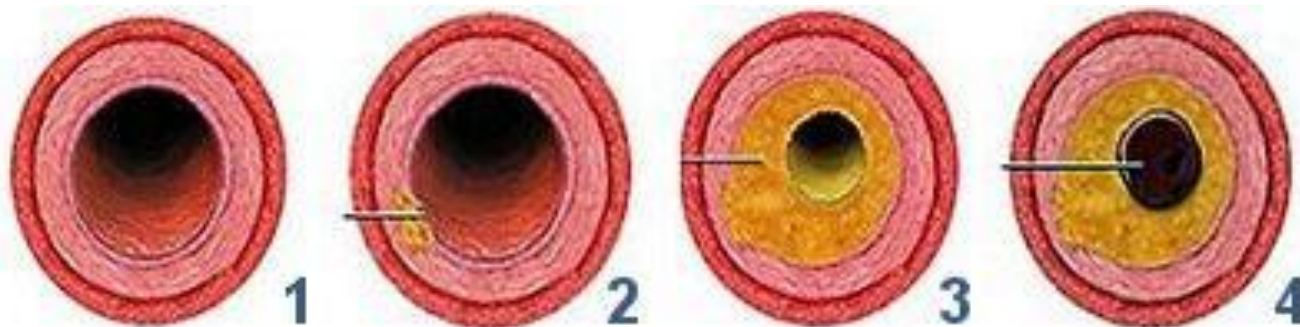


**доза
радиации, в
7 раз выше
ПДК**



**16 часов дышать
выхлопными газами на
автостраде**

Влияние табачного дыма на кровь и мозг.



После выкуривания одной сигареты у курящих, сужаются кровеносные сосуды, наступает кислородное голодание, которое длится около часа.

Погибают клетки мозга, нарушается память.



Как влияет курение на женщин

Женщины
курят,
потому что..

Боятся
располнеть

Хотят быть
красивыми и
стройными

Только в развитых странах от болезней, вызванных курением, умирает более полумиллиона женщин. В этот мрачный список болезней входят болезни сердца.

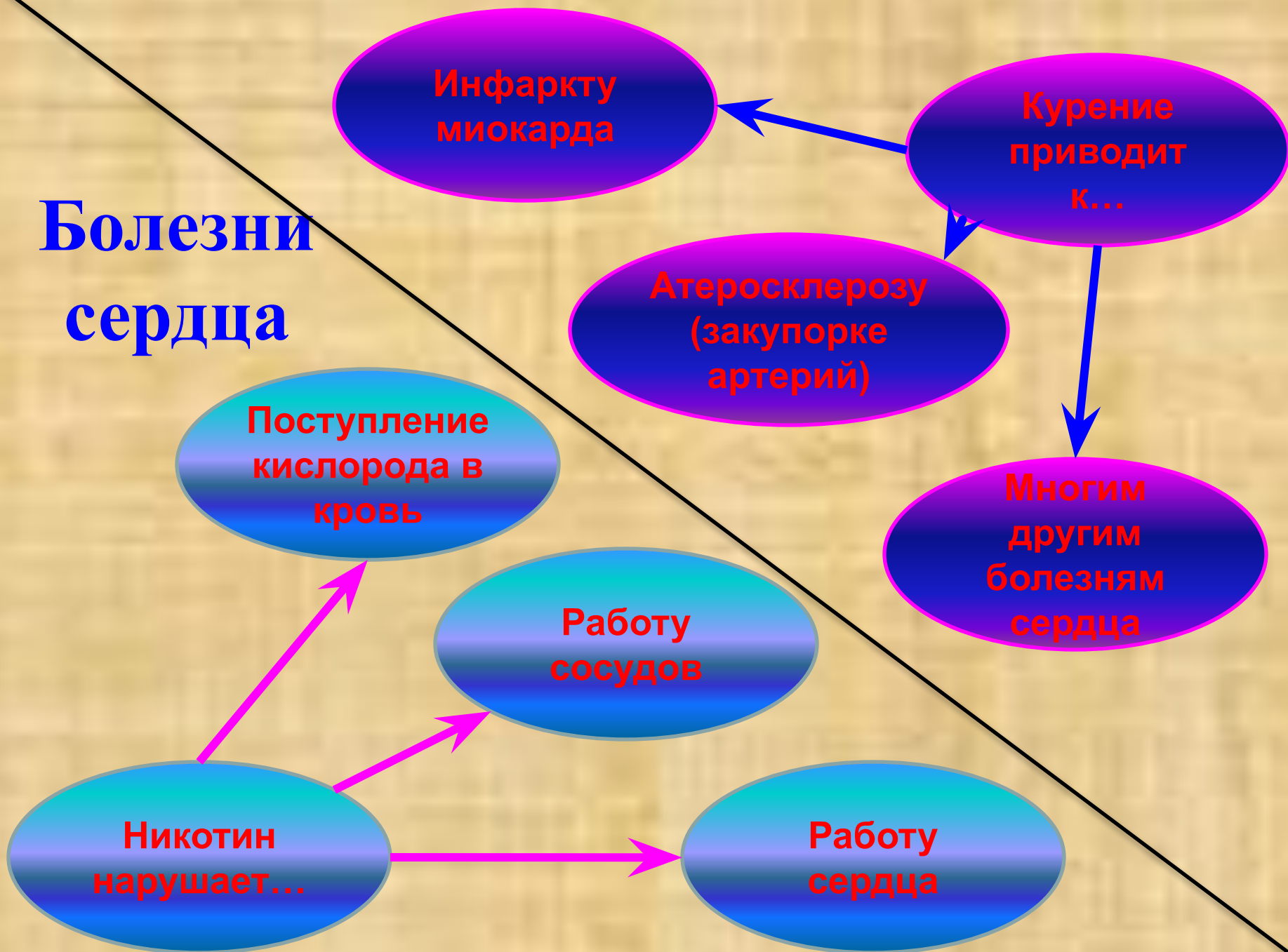


Курение и беременность



Курение во время беременности может крайне негативно отразиться на здоровье будущей мамы и ее малыша. У будущего ребенка проблемы со здоровьем могут возникнуть еще в утробе матери и проявляться вплоть до совершеннолетия.

Болезни сердца



Рак мочевого пузыря

Рак мочевого пузыря встречается в основном у курильщиков старше 40 лет. У мужчин риск в 4 раза выше, чем у женщин. Самый частый ранний симптом - появление крови в моче без боли.

Рак пищевода

Симптомы:

Затрудненное глотание, боль или дискомфорт в груди, похудание.

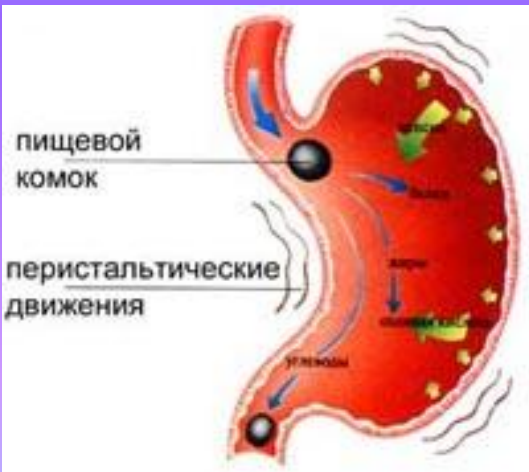
Курение может вызывать рак пищевода за счет повреждения клеток, расположенных внутри органа. Чем дольше курит человек, тем выше риск.

Язва желудка

Симптомы:

Ноющая или жгучая боль в животе, тошнота, рвота, потеря аппетита и похудание.

Эффект длительного курения заключается в соляной кислоте в желудке, разъедающей защитный слой в его полости. Ноющая или жгучая боль между грудиной и пупком - самый частый симптом, возникающий после еды и рано утром. Боль может длиться от нескольких минут до нескольких часов; бывает, что боль облегчает еда. Курение замедляет заживление язв и способствует их повторному возникновению.



Курение отражается на внешности



- желтоватый, а иногда и землистый цвет лица;

- преждевременные морщины;

- кожа приобретает неприятный запах табачного дыма, теряет эластичность, упругость, свежесть;

- зубы темнеют и теряют блеск, развивается кариес зубов, гингивит, стоматит. Этим объясняется неприятный запах изо рта, который отличает курильщиков. В ротовой полости на слизистой щёк иногда появляются белесоватые пятна - предшественники злокачественных новообразований, т.е. рака;

- грубый, хриплый голос, «прокуренные» жёлтые пятна на пальцах;

- всегда пахнущие дымом волосы

Пассивное курение



- Пассивное курение ещё опаснее. 4000 химических веществ, содержащихся в табачном дыме, наносят непоправимый вред здоровью не только курящим, но и тем, кто находится рядом с ними. Пассивное курение увеличивает риск развития рака легких, ишемической болезни сердца, заболеваний органов дыхания. Наиболее тяжелые последствия пассивного курения наблюдаются у детей. Уровень смертности от сердечных заболеваний в семье, где курит один из супругов, на 20% выше, чем в некурящих семьях.

Сигареты и окружающая среда



**Общая масса
выбрасываемых окурков -
2,5 млн. т. в год.**

**Курильщики ежегодно
выкуривают в атмосферу:**

108 тысяч тонн никотина,

720 тонн синильной кислоты,

384 тысячи тонн аммиака,

600 тысяч тонн дегтя

и других составляющих дыма.

Для первой части населения проблемой является бросить курить, для второй – не «заразиться» привычкой курить, избежать влияния курящего общества и сохранить свое здоровье.

Так будьте здоровы!



**Скажи
НЕТ!
курению**

Всемирный день
борьбы с курением!