

«Курение – привычка или зависимость?»

Работу выполнил
студент группы "св1-17"

Мурашов Никита

Обоснование

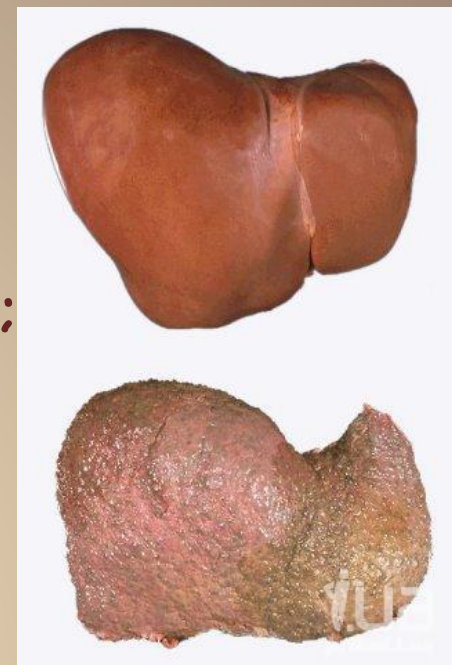
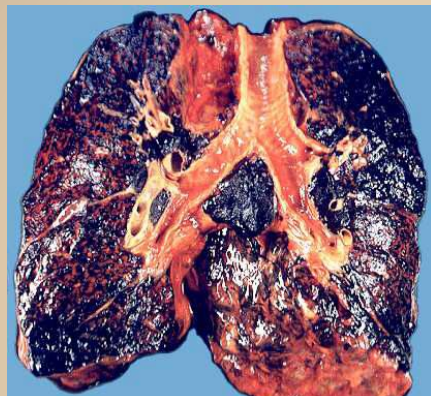
Выбор
Я заметил, что курение стало
молодеть и на улицах появилось
много курящих детей и подростков.
Вот я и решил разобраться, в чём
заключается вред курения и зачем
люди курят?



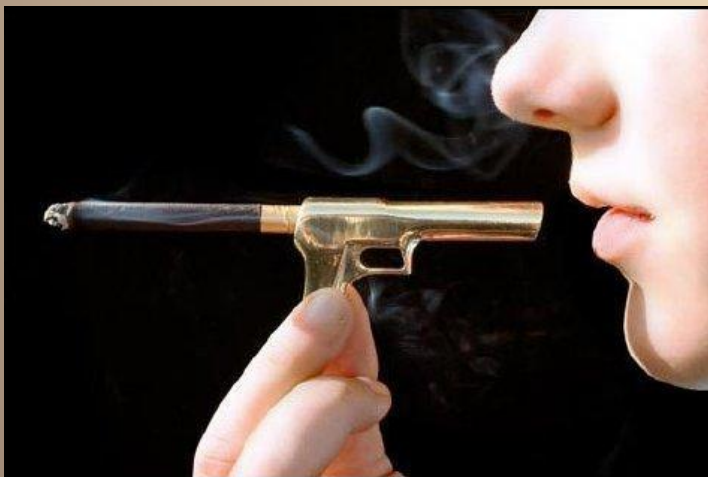
Цель проекта:

Узнать:

- Какой вред наносит курение здоровью человека;



- Курение – это зависимость или привычка?;



Задачи:

- Собрать необходимый материал по теме, освоить навыки поиска сведений через интернет, анкетирование, СМИ.
- Проанализировать собранную информацию.
- Оформить материал.
- Представить результаты исследования.



Этапы работы над проектом:

Узнать, что такое табак
и его влияние на
здоровье человека.



Проанализировать
собранную
информацию.



Научиться работать с
разными источниками
информации,
пользуясь Интернет-
ресурсами;

Защитить проект.

Научиться применять
информационные
технологии,
подготовить
презентацию по
теме;



Основные вопросы:

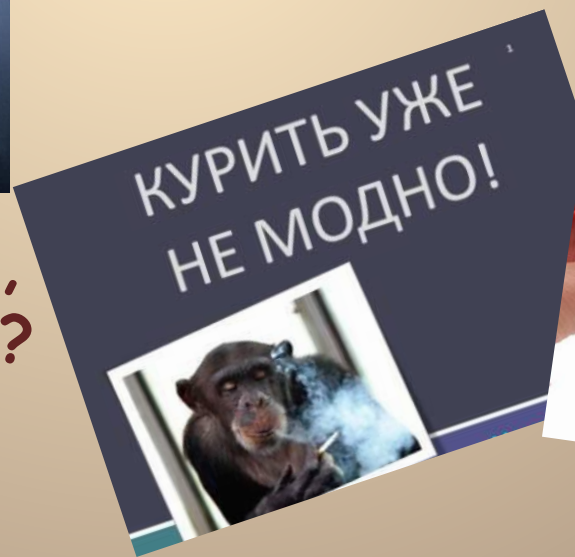


Что такое табак?



Курение – привычка
или зависимость?

Курить или не курить,
чтобы быть здоровым?



Табак -

род однолетних и многолетних кустарников и травянистых растений семейства паслёновых.



Цветки розовые, красные или белые, собраны в соцветия



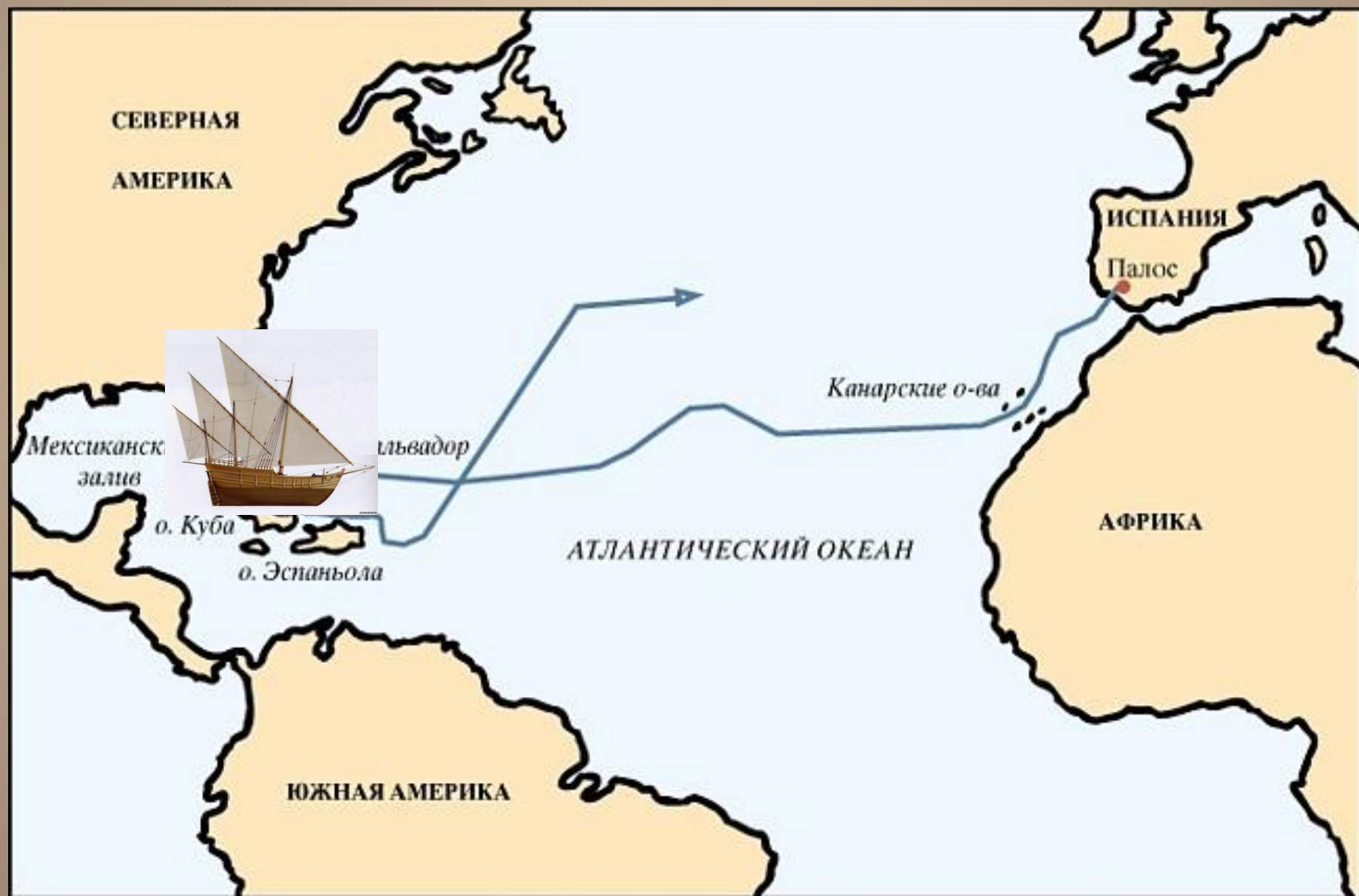
Плод — коробочка с многочисленными мелкими буровато-коричневыми семенами



Широко возделывают как растения, содержащие наркотические вещества.

Из истории:

Табак был завезён Х. Колумбом в Испанию и Португалию из Америки в конце 15 в



В 16 в. получил распространение и во Франции, после того как был подарен королеве в качестве лечебного средства послом в Португалии Ж. Нико (отсюда "никотин").



Неумеренное потребление табака вызвало случаи отравления, что побудило власти преследовать курение.

В Россию табак был завезён в начале 17 в., и его курение преследовалось властями. Царь Михаил Романов приказал наказывать курильщиков палочными ударами и плетью, а Алексей Романов в 1649 году внёс запрет на курение.



Петр I, перенявший курение во время пребывания в Голландии, разрешил продажу табака, наложив пошлину в пользу государства. Курение постепенно распространялось и стало бытовым пороком.

Из медицины:

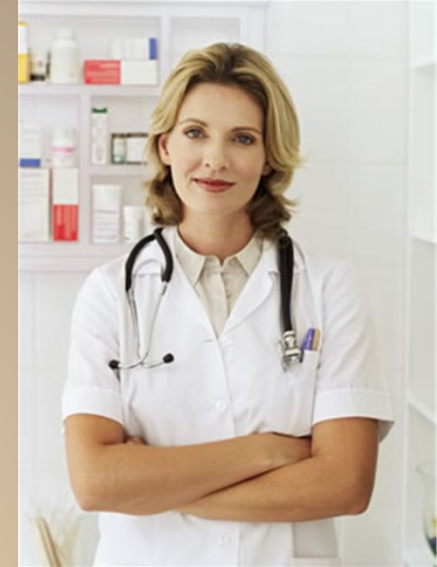
развиваются гастриты,
язвенная болезнь желудка;
при вдыхании табачного дыма
повреждается зубная эмаль, в связи с
чем может развиваться кариес;

установлено вредное влияние на
организм продуктов,
образующихся в процессе
курения:

под влиянием никотина на
вегетативную нервную систему
возникают общие вегетативные
нарушения;

постоянное раздражение
слизистой оболочки бронхов
приводит к бронхиальной
астме;

доказано, что возможность заболеть
раком лёгких у курящих в 20 раз
больше, чем у некурящих;



Это надо знать!

Курение поражает органы дыхания, сердечнососудистую систему, желудочно-кишечный тракт.



Курильщики болеют раком лёгких в несколько раз чаще, чем некурящие и составляют 96-100% всех больных раком лёгких.

Курение увеличивает вероятность других видов злокачественных опухолей (полости рта, пищевода, гортани, поджелудочной железы, желудка, толстой кишки, почки, печени).



Курение способствует развитию инфекционных заболеваний органов дыхания.



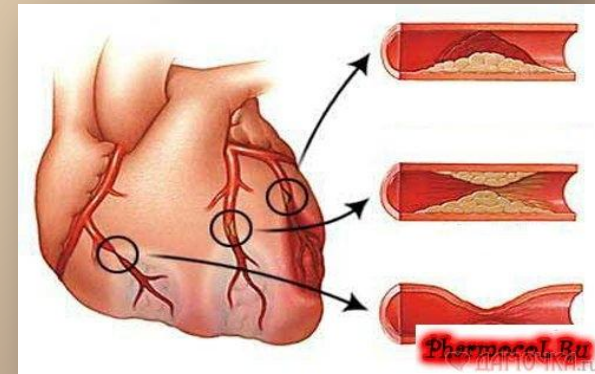
Курение является фактором риска для осложнений при беременности



Курение увеличивает вероятность рака лёгких у окружающих (пассивное курение).



Каждый седьмой долго курящий болеет тяжким недугом кровеносных сосудов

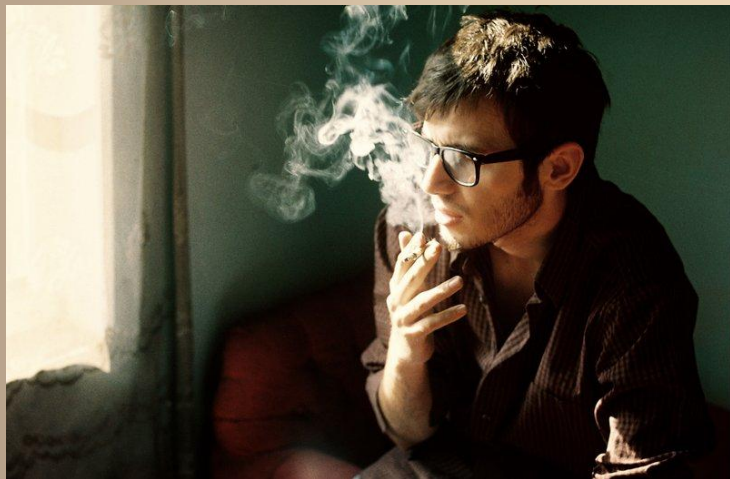


Из

Каждый из 600 опрошенных участников одного анкетирования на тему «Зачем я курю?» ответил:

ПСИХОЛОГИИ:

курящий старается поддержать себя, успокаивая своё раздражение.



чувствует себя человеком, наделённым большей властью и силой.



В нашей стране начинают курить до 18 лет около 80 %.

Курение является привычкой, от которой нелегко избавиться даже с помощью специалиста.

Курение табака вызывает физиологическую и психологическую зависимость.

Причины начала курения:

Возможность свободно
покупать сигареты



Курящая семья и
друзья



Реклама табачных изделий



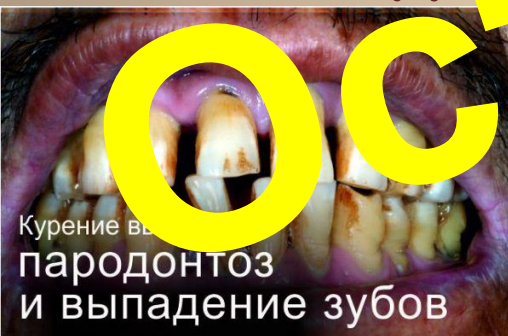
ВЫВО

Курение – это никотиновая зависимость!

Курение – вредная привычка!



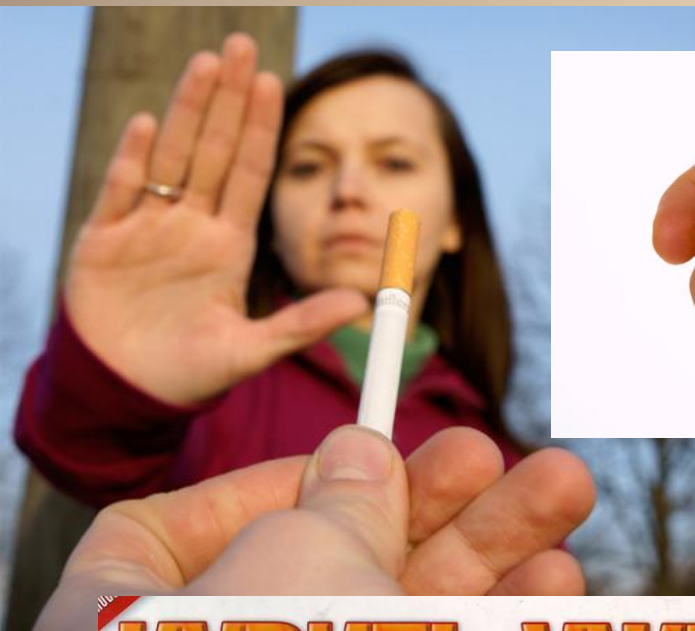
Курение вредит нашему здоровью!



Курение сокращает жизнь!



Скажем дружно курению нет!



Здоровый образ жизни – это:

- Регулярные физические нагрузки, активный отдых.
- Отказ от вредных привычек, употребления наркотиков (в том числе алкоголя и табака).
- Умение справляться со стрессом.
- Собственное усвоение хороших привычек.
- Правильное питание.
- Защита окружающей среды.



Берегите здоровье!

Спасибо за внимание!

Интернет – ресурсы:



<http://www.hr-portal.ru/article/profilaktika-kureniya-rol-i-mesto-psikhologa>

<http://www.greek.ru/tur/guide/evros/ac.php>

<http://www.scirt.ru/index.php?str=47&rubrika=1&type=2>

http://www.ayurvedaplus.ru/food/mat_1679.htm

<http://www.advschool.ru/articles/article2110.htm>

<http://www.svastour.ru/aktivnie/aktiv-otd-pri.htm>

<http://www.punkt-a.info/news/news/view/13593>

<http://cellulitu-net.narod.ru/r106.htm>

http://vishenka3215.ya.ru/replies.xml?item_no=8255

<http://govacation.ru/author/admin/page/11836/>