

Классный час

О вреде курения



Цель и задачи презентации

-
- - влияние курения на организм человека, и окружающих его людей, а также пропаганда приобщения людей к процессу курения, перечень болезней, возникших от употребления курева;
- - путем проведения презентации донести до слушателей о необходимости не курить, вести целенаправленную и систематическую борьбу с курением, воздействуя на различные возрастные группы.
-

Курение - одна из глобальных угроз здоровью и благополучию населения планеты. Ежегодно от связанных с курением болезней умирают более **5 миллионов** человек. Каждые восемь секунд в мире преждевременно умирает курильщик. Пока вы это читали умер один курильщик...



Состав табачного дыма.

Табачный дым содержит азот, метан, водород, аргон и цианистый водород, смертельный коктейль ядовитых химических веществ, включая мышьяк и полоний-210.



- Каждые 10 секунд еще один человек в мире умирает в результате потребления табака.

Состав табачного дыма и его действие на организм



Никотин – алкалоид, содержащийся в листьях и стеблях табака. При курении вдыхается с дымом, через легкие попадает в кровяное русло, преодолевает гематоэнцефалический барьер и через несколько секунд попадает в центральную нервную систему. Другой точкой приложения действия никотина являются вегетативные ганглии.

Оксид углерода (угарный газ) является весьма токсичным компонентом табачного дыма. Механизм патогенного действия окиси углерода достаточно прост: вступая в связь с гемоглобином, оксид углерода образует соединение карбоксигемоглобин. Он препятствует нормальной доставке кислорода к органам и тканям, в результате чего развивается хроническое кислородное голодание.

Аммиак и табачный деготь (смолы) при сгорании табака попадают в трахею, бронхи и легкие. Аммиак растворяется во влажных слизистых оболочках верхних дыхательных путей, превращаясь в нашатырный спирт, раздражающий слизистую и вызывающий ее повышенную секрецию. Итог постоянного раздражения – кашель, бронхит, повышенная чувствительность к воспалительным инфекциям и аллергическим заболеваниям. Причем, наряду с самим курильщиком, страдают и «принудительные» курильщики: они получают огромную дозу вредных веществ.

**Чем страдают люди,
употребляющие никотин?**



Рак легких

Курение причина трети всех смертей от злокачественных заболеваний, опухолей. Если вы ежедневно выкуриваете более 10 сигарет, то тем самым в 24 раза повышаете вероятность заболеть раком легкого.

Легкие
некурящего

Легкие
курильщика



Какие из этих легких тебе больше нравятся?



▼ Пораженный участок легкого курильщика.



Бедные лёгкие! В течение года у курильщика в лёгких накапливается около 1 кг веществ от табачного дыма.

Хронический бронхит

При этом заболевании дыхательные пути, ведущие к легким, сужены и повреждены, а большая часть легочной ткани разрушена. К моменту, когда появляется отдышка, почти вся поверхность слизистой бронхов **разрушена.**



Болезни сердца и сосудов



Причиной умерших внезапной смертью людей, на фоне общего благополучия, является спазм сосудов в результате курения и как следствие ишемической болезни сердца (ИБС). **Курящие люди в два раза чаще умирают, чем не курящие.**

Облитерирующий эндартерит

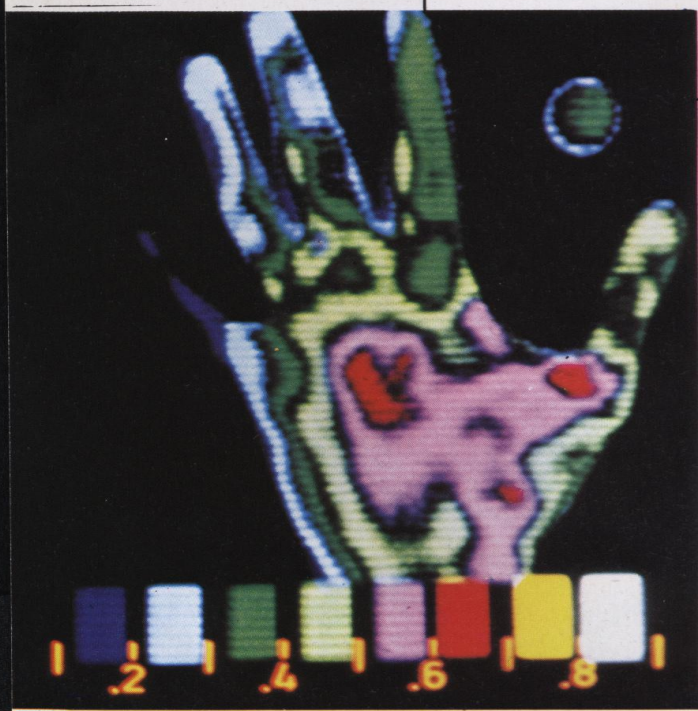
- *Курение вызывает закупорку крупных и мелких сосудов, что приводит к гангрене конечностей и инфаркту миокарда*



Курильщики составляют
96-100% всех больных раком
легких

- Каждый седьмой заядлый курильщик болеет облитерирующим эндартеритом- тяжким недугом кровеносных сосудов.





- На этих термограммах показано сужение кровеносных сосудов
- Черным цветом обозначены участки с самой низкой температурой, а красным с самой высокой.
- Рис.2- после выкуренной сигареты
(снижение температуры очень заметно)

Рак груди

- «Ужасы курения". Рак груди. Неужели это самое лучшее, что можно сделать с грудью? И этому вина - курение. "



Рак гортани

- А знаешь что такое рак гортани???

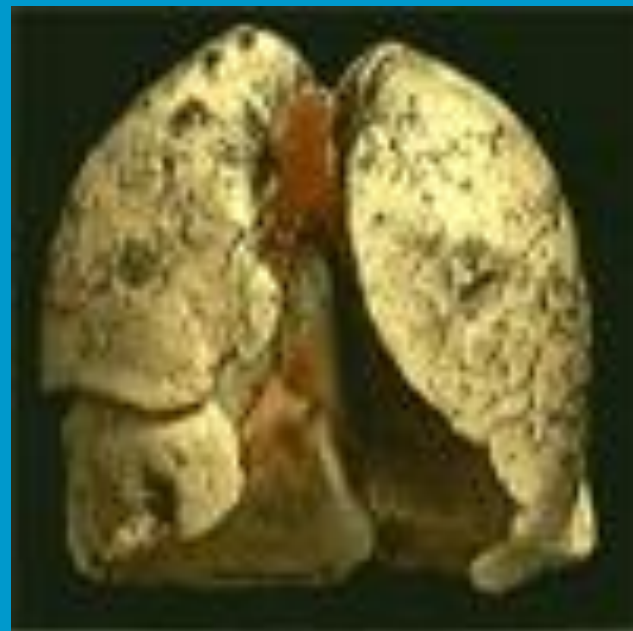


- Существует 14 болезней, появление которых у человека связывают именно с курением:
- болезни бронхо-легочной системы на 92% ;
- рак губы, гортани, глотки – на 90%;
- облитерирующий эндартерит, когда артерии зарастают и наступает гангрена конечностей 95%;
- 72% рака поджелудочной железы
- 70% рака мочевого пузыря ;
- 25% ишемической болезни сердца .



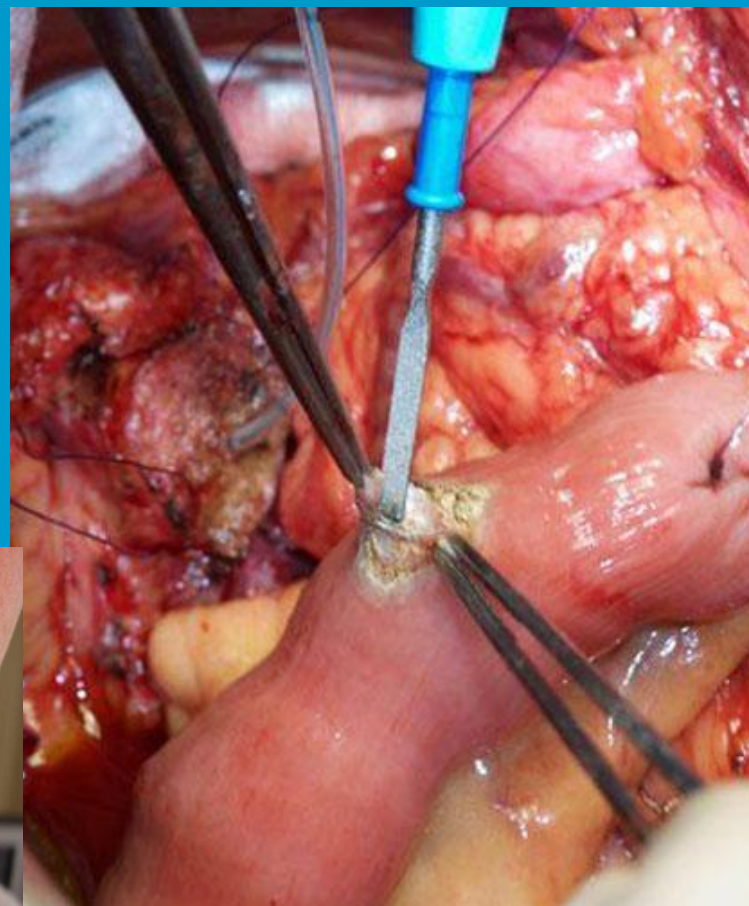
Курение ускоряет рак

- Курение способно не только спровоцировать рак легких, но и подстегнуть рост уже существующих опухолей.



Рак поджелудочной железы и полости рта.

- Удаление опухоли.



Органы пищеварения.



Mouth Cancer

Табачный дым, воздействуя на органы пищеварения, вызывает раздражение слизистой оболочки полости рта. В результате этого появляется кровоточивость десен, трескается эмаль (защитный покров зубов), открывая доступ к проникновению микробов в полость рта. Меняется цвет зубов. Губы сохнут, на них появляются трещины. Вредные вещества табачного дыма, растворяются в слюне, попадают в желудок и вызывают раздражение слизистой оболочки. Развиваются гастрит, язвенная болезнь. Увеличивается вероятность возникновения раковых заболеваний.

Табак требует жертв.

- Курение ускоряет старение кожи и увеличивает число морщин. Вещества, содержащиеся в табачном дыме, увеличивают синтез ферментов, разрушающих коллаген — основной компонент здоровой кожи.



Кожа, зубы, дыхание

Дым сигарет имеет отвратительный запах, который прочно въедается в одежду, пропитывает кожу и дыхание. У вас есть все шансы приобрести **желто-серые зубы, дурной запах изо рта**, от которого не избавят ни полоскания, ни жвачка - целовать курильщика, все равно, что вылизывать пепельницу. Кожа рук и лица, из-за никотина, приобретет желто-серый цвет. **Кожа лица будет напоминать**



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

- Ученые выяснили, что курение в 2 раза опаснее для растущего организма, чем для взрослого.



Нет такого органа, который бы не поражался табаком: почки, мочевой пузырь, половые железы и кровеносные сосуды, головной мозг и печень



В течение нескольких лет ученые проводили наблюдения над 200 курящими и 200 некурящими школьниками

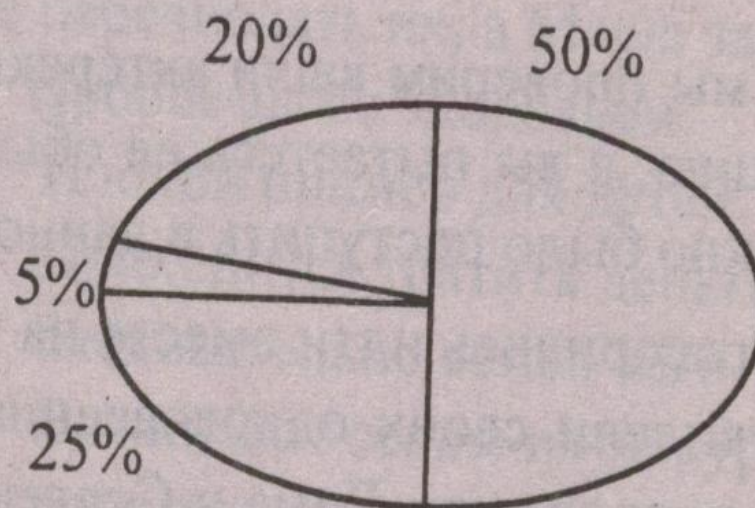
Болезни	Курящие	Не курящие
1. Нервные	14%	1%
2. Понижение слуха	13%	1%
3. Плохая память	12%	1%
4. Плохое физическое состояние	12%	2%
5. Плохое умственное состояние	18%	1%
6. Нечистоплотны	12%	1%
7. Плохие отметки	18%	3%
8. Медленно соображают	19%	3%

- Человек- живое существо, обладающее даром мышления и речи.
- $\frac{1}{3}$ часть интеллекта ребёнка формируется до 6 лет,
- $\frac{1}{5}$ часть- до 12 лет,
- $\frac{2}{3}$ части до 18 лет и полное формирование интеллекта завершается 20 лет



В состав никотина входят такие канцерогенные вещества, как бензпирен и дибензпирен – способствующие возникновению злокачественных опухолей, углекислый газ-9,5 %(в атмосферном воздухе- 0,046%) окись углерода- 5 %(в атмосферном воздухе ее нет)

Пассивные курильщики -тоже страдают



20% – попадает в организм;
5% – остается в окурке;
25% – сгорает и разрушается;
50% – уходит в атмосферу.

Под влиянием
табака
кровеносные
сосуды у
подростков
сжимаются. Вот
почему у курящих
ребят **слабеет**
память, вот
почему среди них
чаще встречаются
неуспевающие в
учебе



курильщик

пассивный курильщик



Don't kill yourself and us too.

Не убивай себя и нас
тоже.

Issued in public interest by

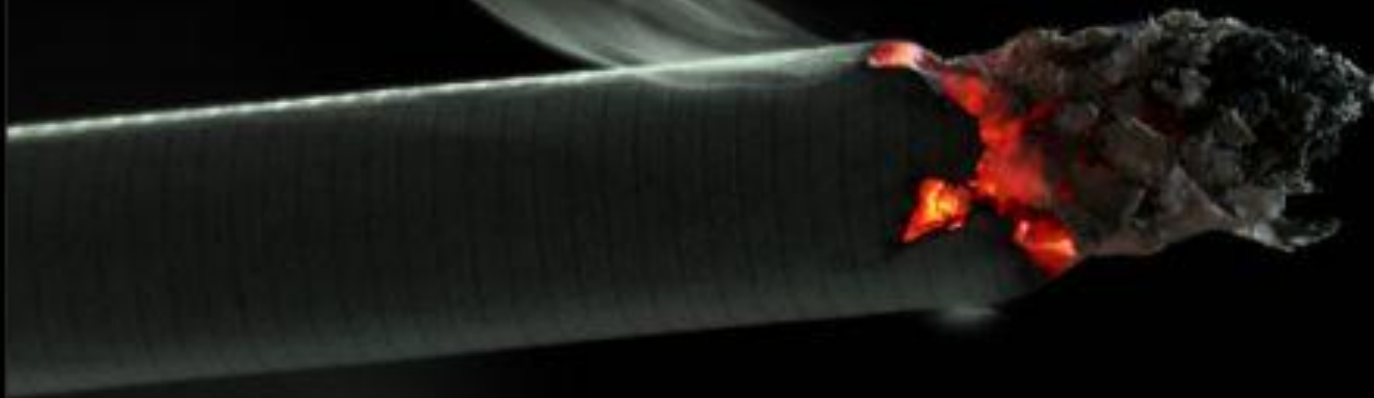
Паника

По результатам исследований Колумбийского Университета (Нью-Йорк) выявлен новый вредный эффект от курения: беспричинный страх. Тинэйджеры, которые выкуривают в день больше одной пачки сигарет, подвержены приступам беспричинной паники в 15 раз больше, чем их некурящие сверстники.



Курение ведет к переохлаждениям

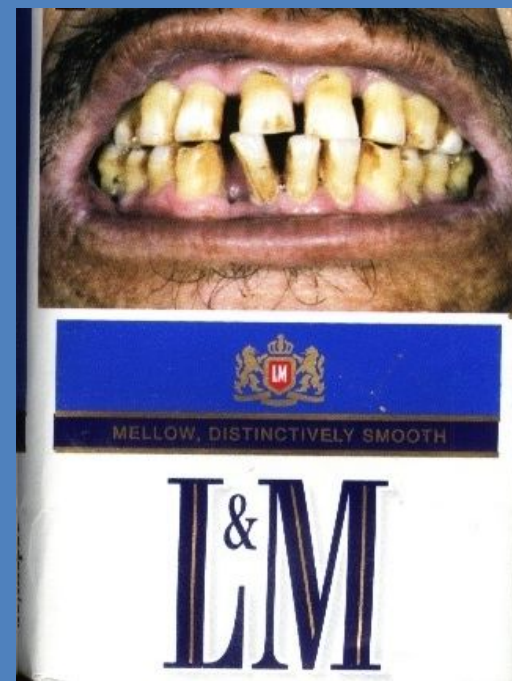
Ученые из Университета Вейля показали, что у курильщиков нарушается регуляция кожного кровотока, из-за чего они чаще, чем другие люди, страдают от переохлаждения.



Почему же люди, несмотря на очевидный вред курения, продолжают соблазняться курением?

Почему они забывают, что именно действия табака приводят к разрывам сосудов, инфарктам, ампутациям, и т.п.?

Было бы большим упрощением проблемы сказать, что это происходит потому, что они не дают себе отчета в том, что они делают...





Памятка

Аргументы против курения

1. Курение приводит к неизлечимым болезням.
2. Курение разрушает организм.
3. Курение снижает физическую активность.
4. Курение портит цвет кожи.
5. Никотин забирает свободу.
6. Человек становится его рабом.

