

От лекарства к яду  
или - наоборот...



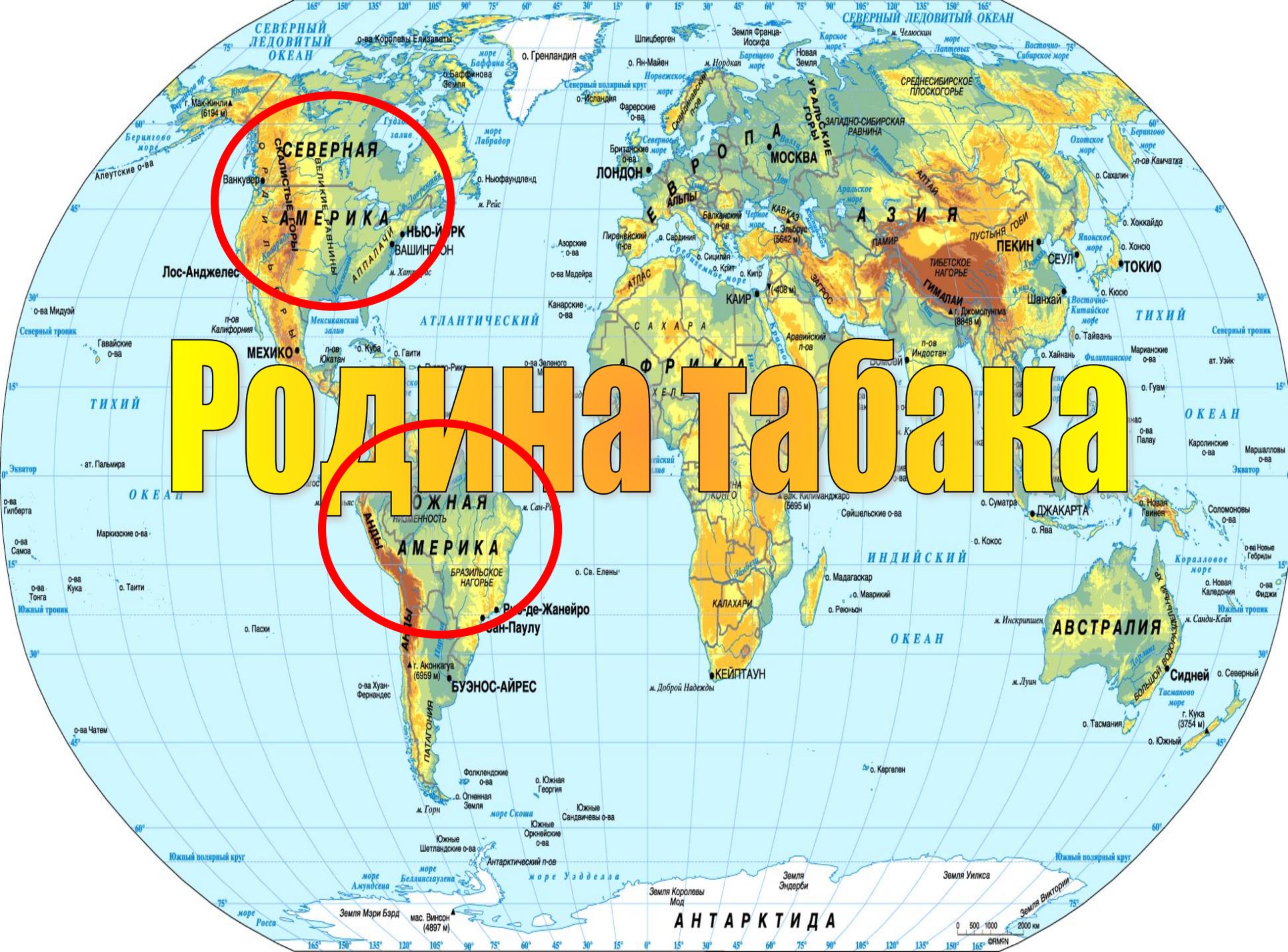
Табак – забава для  
дураков.

Гете

Человек сам себе часто  
злейший враг.

Цицерон

# Родина табака

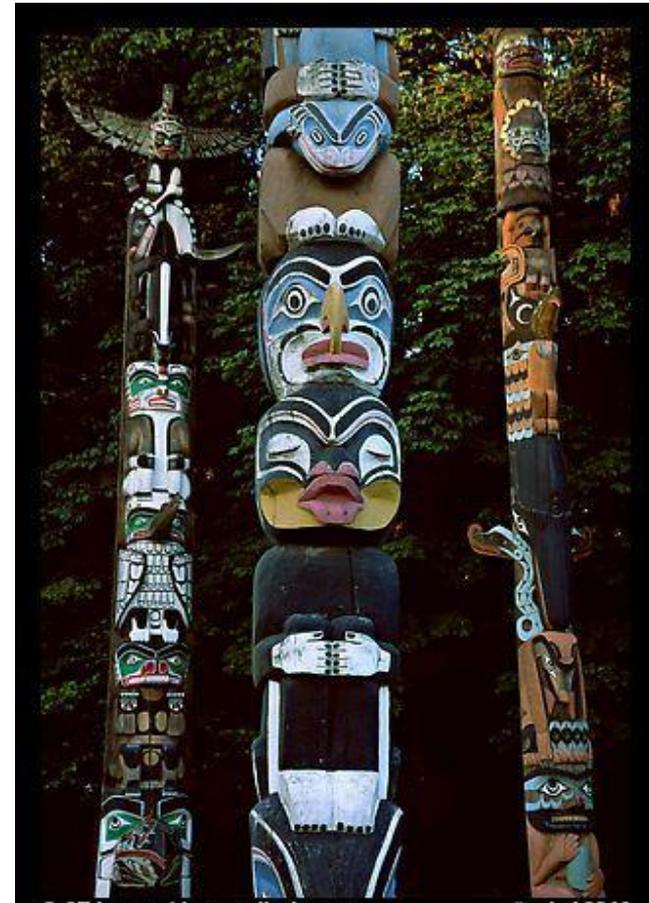




Первые изображения курильщиков табака, найденные в древних храмах Центральной Америки, датируются 1000 годом до нашей эры.



Использование табака вошло и в религиозные ритуалы древних цивилизаций Америки: их участники верили в то, что вдыхание табачного дыма помогает общаться им с богами



Табак был в большом почете у местных  
лекарей: ему приписывались целебные  
свойства, и листья табака применялись  
как болеутоляющее.





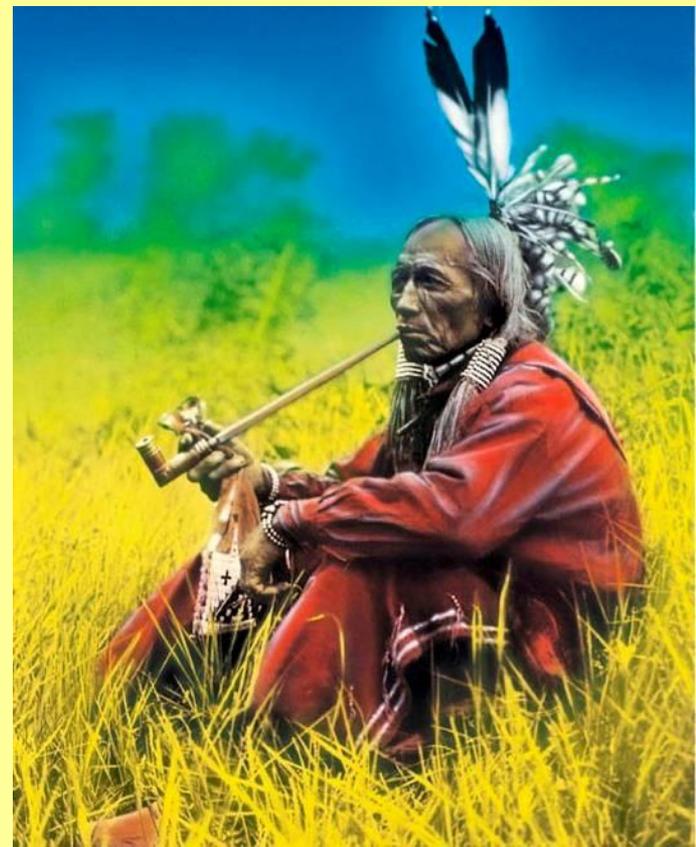
в Северной Америке  
стали популярными  
трубки, тогда как  
в Южной Америке  
большее  
распространение  
получило курение  
сигар, скрученных  
из цельных  
табачных листьев.





Выражение  
**"выкурить трубку мира"**, —  
означает заключить мирные  
соглашения.

Выражение пошло от индейского обряда завершения войны, когда враждующие вожди и представители племён садились рядом и пускали "на круг" курительную трубку



# 1493 г

Кто был первым европейцем, познакомившимся с табаком?



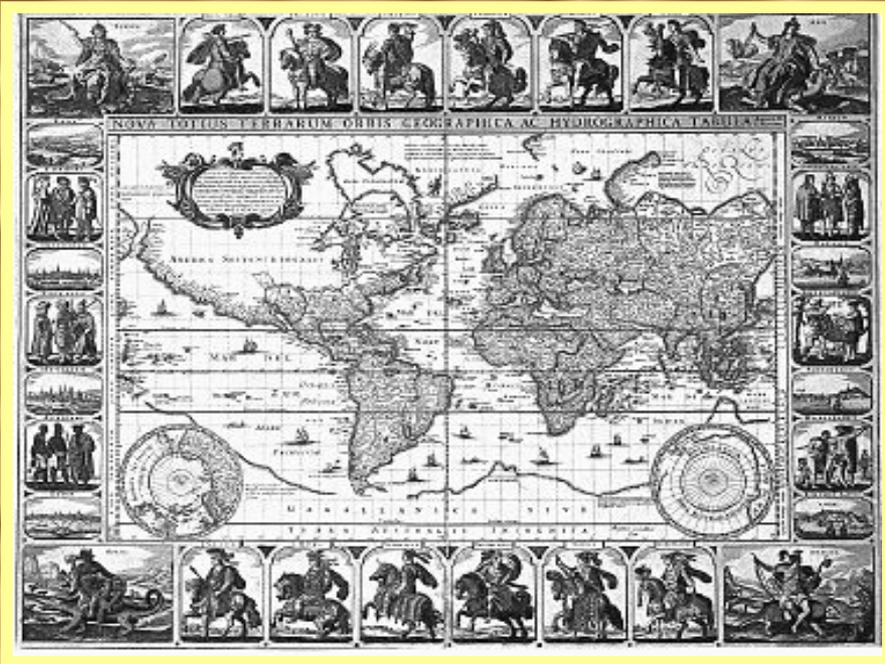
Христофор Колумб



В числе подарков местные жители поднесли Колумбу сушеные листья растения «петум». Они курили эти подсушенные на солнце листья, свернутые в трубочки.

**Век спустя...**

...после открытия Америки табак уже выращивали в Бельгии, Испании, Италии, Швейцарии и Англии. Благодаря расширению торговых связей, табак проник в Сибирь и другие регионы Азии.



Распространению табака в Старом Свете способствовали и уважаемые государственные деятели: в 1561 году посол Франции в Лиссабоне Жан Нико послал табак своей королеве, Екатерине Медичи, и порекомендовал его как прекрасное средство от мигрени.



***Табак может уменьшить спазм сосудов головного мозга, вызывающий мигрень. Табак использовали для снятия зубной боли, ломоты в костях, даже от кашля.***

- Быстрому распространению табака способствовало, конечно, удивительное его свойство — привычная тяга к курению, с которой было очень трудно совладать человеку. Теперь-то мы знаем о наркотических качествах никотина, но те далекие времена табаку приписывали необыкновенные действия.
- Например, считалось, что табак целебен, его дым отпугивает болезни, злых духов и т.п. Табак считали стимулирующим и успокаивающим средством. Табачные листья использовались как лечебное вещество.



# Кто или что являлось самым резким образом критиком табака в Европе?



матросы были первыми, научившимися курить от местных жителей. И хотя в представлении набожных испанцев пускать дым из ноздрей могли лишь черти, многие матросы и сам адмирал втянулись в это занятие.

## **№ 1. До Петра табак на Руси курили:**

**а) священники в специально отведенных для этого местах;**

**б) иностранцы;**

**в) больные по назначению врача;**

**г) члены царской семьи.**



# История появления табака

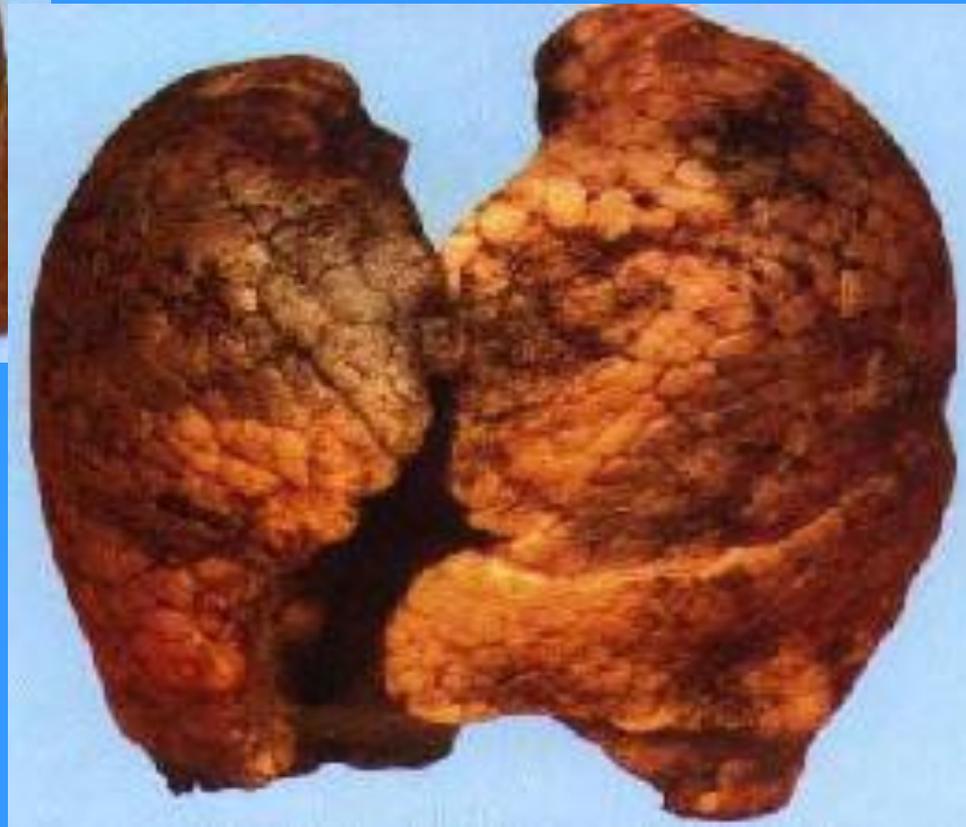
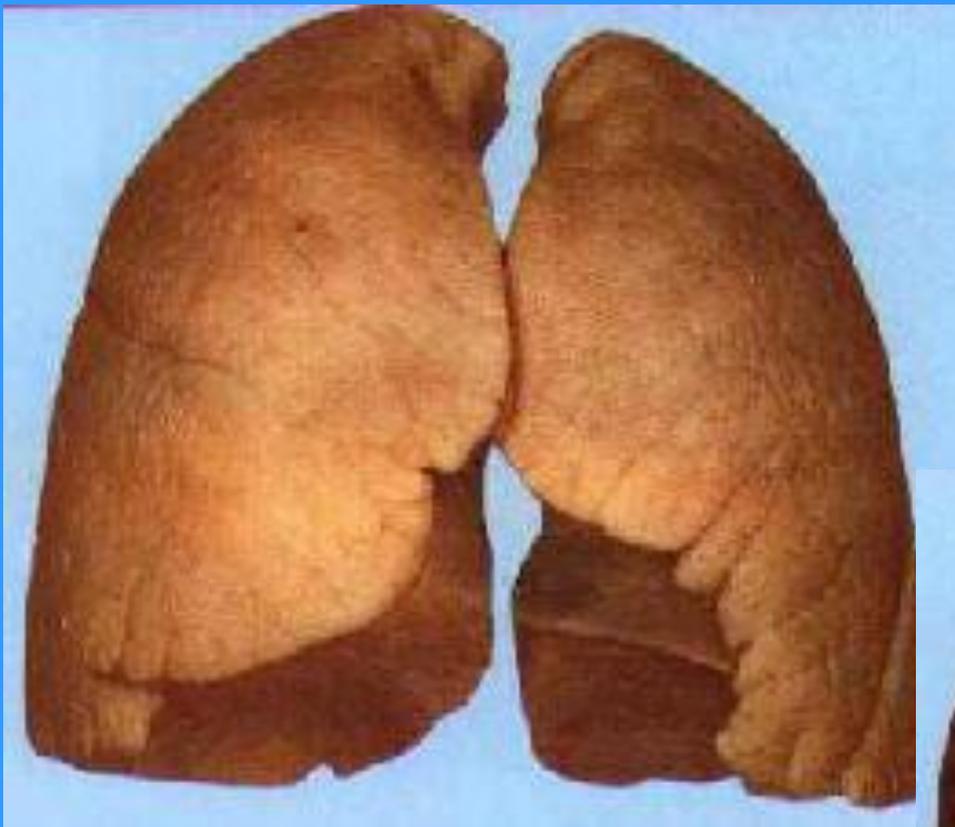


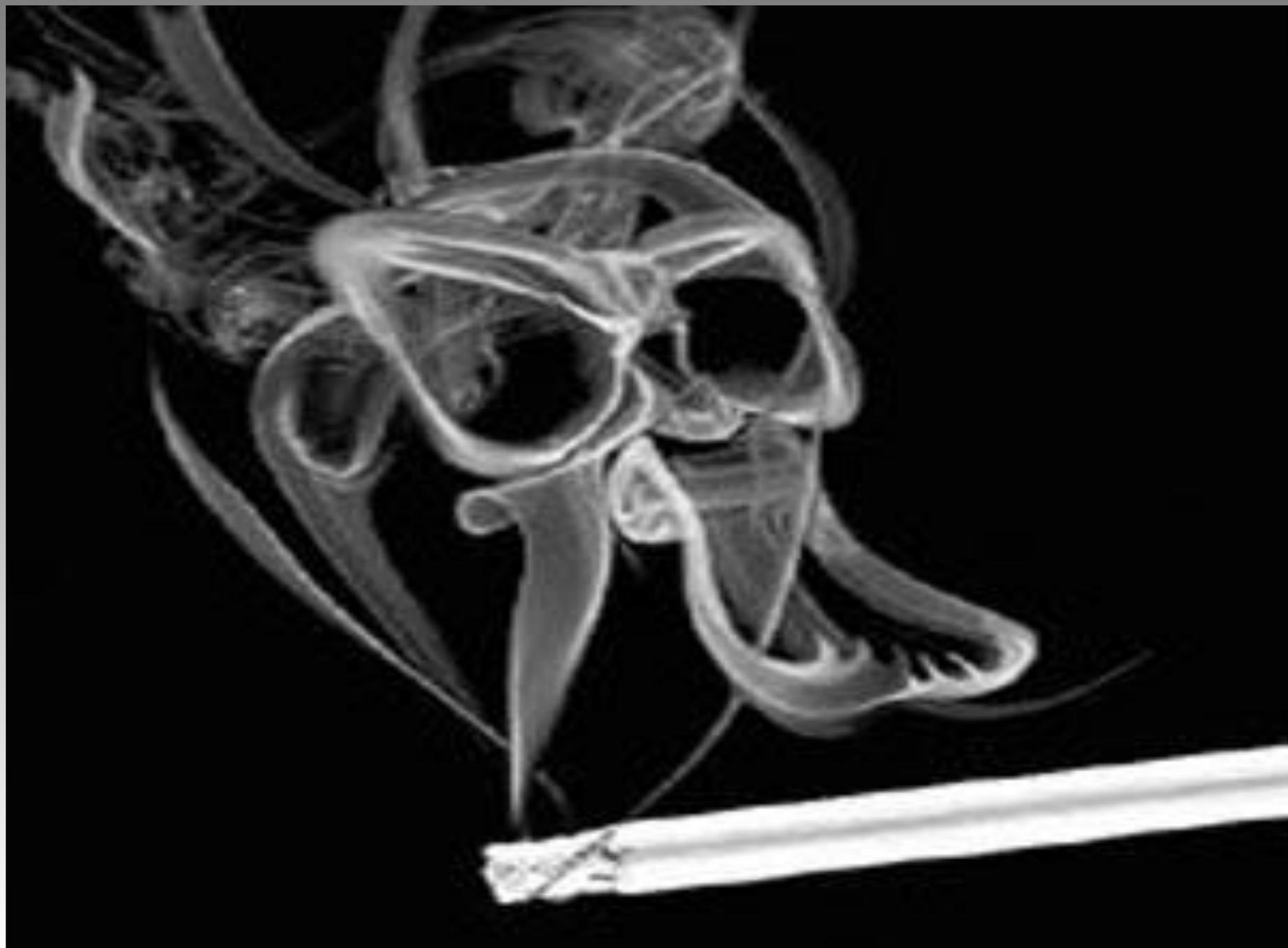
- В России торговля табаком и курение были разрешены в 1697 году в царствование Петра I, который сам стал заядлым курильщиком после посещения Голландии.
- Более того, он всячески склонял к курению своих приближенных и разрешил свободный ввоз табака из-за границы, наложив, правда, на него высокую пошлину.

**№ 3. Царь хотел приучить своих подданных к  
табаку:**

- а) чтобы получать высокие прибыли от своих  
табачных плантаций;***
- б) чтобы привлечь в страну иноземных купцов,  
торгующих табаком;***
- в) с целью уменьшить население страны,  
распространив легочные заболевания;***
- г) надеясь приблизить образ жизни русских  
европейскому.***







# Запрет на курение

- По религиозным (и экономическим!) мотивам в ряде стран, например в Италии, табак был объявлен «забавой дьявола». Римские папы предлагали даже отлучать от церкви курящих и нюхающих табак.
- В назидание потомству пятеро монахов, уличенных в курении, были заживо замурованы в монастырской стене.
- А в Англии по указу Елизаветы I (1585 г.) курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с веревкой на шее.





- В России в царствование царя Михаила Федоровича уличенных в курении в первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во второй — отрезанием носа или ушей.
- После опустошительного пожара в Москве в 1634 году, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной казни.
- При Алексее Михайловиче, сыне Михаила Федоровича, в специальном «Уложении» от 1649 года было «ведено всех, у кого будет найдено богомерзкое зелье, пытать и бить на козле кнутом, пока не признаются, откуда зелье получено». Частных торговцев табаком повелевалось «пороть, ссылать в дальние города».



- **Торговля табаком не сокращалась, доходы казны значительно росли.**
- **Этот факт заставил многие правительства изменить свое отношение к табаку и использовать его как источник прибылей.**

# Состав табачного дыма

- Аммиак
- Угарный газ
- Летучие канцерогенные углеводы
- Радиоактивный полоний
- Никотин
- Сажа
- Деготь
- Сероводород
- Синильная кислота

В составе табачного дыма **3660** компонентов небезопасных для организма.



# Вред, причиняемый организму



Хронический бронхит,  
рак легкого, губ, языка,

Гипертония, образование тромбов,  
закупорка вен и отмирание тканей,  
коронарная болезнь сердца

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстно кишки,  
заболевания печени

Атрофия семенников, нарушение развития  
сперматозоидов,  
выкидыш, мертворождение,  
рождение ребенка с низкой массой тела



# Путь сигаретного дыма



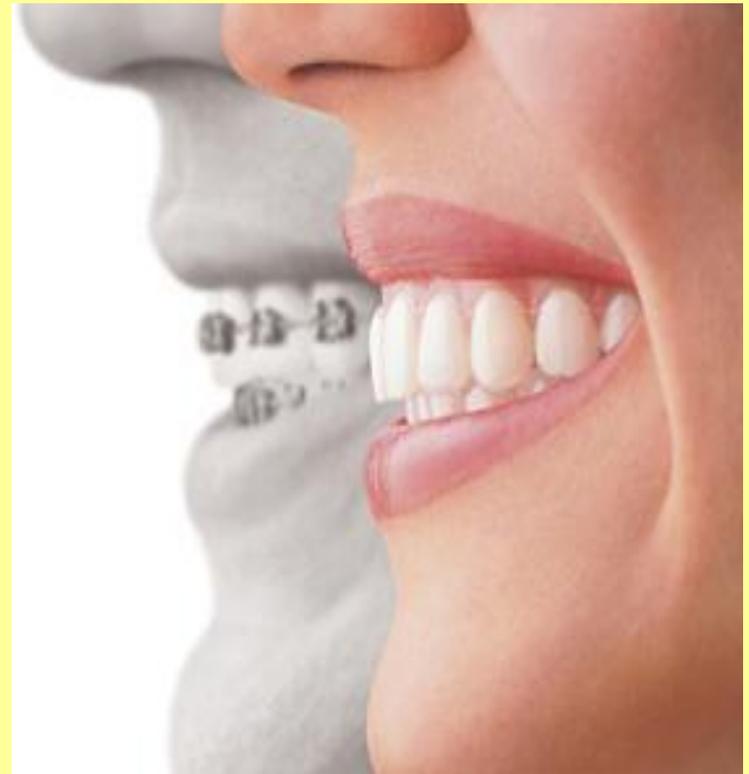
- Первыми в контакт с табачным дымом вступают рот и носоглотка. Проходя через слой табачной набивки, дым от тлеющего табака хотя и успевает охладиться, но не настолько, чтоб сравняться с температурой полости рта. Обычно температура табачного дыма около 55—60°C.

Курение портит память!



# Ротовая полость

- Такие значительные перепады температуры во время курения отражаются на состоянии зубной эмали.
- Со временем на ней появляются микроскопические трещинки «входные ворота» для микроорганизмов.
- В результате этого зубы у курящих начинают разрушаться раньше, чем у некурящих людей.



***сначала курение  
убивает твоё зрение***



# Дыхательная система

- Слизистые оболочки гортани, трахеи, бронхов, их мельчайших разветвлений — бронхиол и, наконец, легочных пузырьков — альвеол — также подвергаются действию табачного дыма.
- Составные части табачного дыма (аммиак, кислоты, пиридиновые основания, твердые частицы и др.) раздражают слизистые оболочки легких.



[The text in this section is extremely faint and illegible. It appears to be a list of items or a table with multiple columns and rows. The content is mostly obscured by low contrast and blurring.]

# Нервная система

- Проникая в кровь, никотин снижает способность клеток воспринимать кислород из притекающей крови. Наступает кислородное голодание, а так как нервные клетки больше всех остальных нуждаются в кислороде,
- При большой дозе синильной кислоты вслед за сильнейшим возбуждением центральной нервной системы наступает ее паралич, прекращается дыхание, а затем останавливается и сердце.





УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ?



# Почему люди курят?

- Одной из основных причин и начала курения является **любопытство**. По данным опроса учащихся старших классов школ, ПТУ и студентов младших курсов институтов, курить из любопытства начинали до 25%.



# Почему люди курят?

- Другая причина начала курения в молодом возрасте **подражание взрослым.**
- В некурящих семьях курящими становятся не более 25% детей, в курящих семьях число курящих детей превышает 50%.
- У многих курение объясняется подражанием курящим товарищам или героям кино.



# Почему люди курят?

- В распространении этой вредной привычки имеет значение своеобразное принуждение детей курению со стороны курящих.
- В школах курящие считают некурящих трусами, «маменькиными сынками», не вышедшими из-под опеки родителей, несамостоятельными.
- Желание избавиться от такого мнения товарищей, встать вровень с курящими достигается помощью первой выкуренной сигареты.



# Почему люди курят?

Возрастные группы	Процентное соотношение зависимости от причин курения			
	подражание другим школьникам, студентам	чувство новизны, интереса	желание казаться взрослыми, самостоятельными	точной причины не знают
<b>Учащиеся</b>				
5-6 классов	50,0	41,5	5,5	3,0
7-8 классов	35,6	30,0	10,4	24,0
9-10 классов	25,5	24,0	15,0	35,5
<b>Студенты</b>				
1-го курса	4,1	25,5	25,0	45,4
3-го курса	1,5	10,0	25,1	63,4
6-го курса	0	0	1,5	98,5

# Курение и подростки

- Ребенок - это не совсем копия взрослого по всем параметрам. У него еще находятся в стадии развития все системы и органы, имеет свои особенности и состояние обмена веществ в организме. Поэтому ребенок, подросток значительно чувствительнее, уязвимее к действию любых вредных веществ, в том числе и табачных ядов, чем взрослый человек.
- У курящих детей в первую очередь изменяются функции центральной нервной и сердечно-сосудистой систем. Такие дети, прежде всего, становятся легко возбудимыми, вспыльчивыми, раздражительными, невнимательными.
- Постепенно развивается зависимость от табака, и если нет сигареты, появляется состояние дискомфорта в самочувствии, что выражается в виде беспокойства. Все мысли заняты тем, чтобы поскорее закурить.
- Американские ученые установили, что у курящих юношей ухудшается память, затрудняется заучивание текстов. Установлено, что 50% курящих школьников учатся плохо.
- У курящих подростков нарушаются обменные процессы в организме, особенно усвоение витаминов А, В1, В6, В12, а витамин С разрушается. Это является причиной того, что тормозится общее развитие, замедляется рост.
- Вследствие курения часто развивается малокровие, а также близорукость.
- Появляются воспалительные процессы в носоглотке.
- Курение в раннем возрасте ухудшает слух, поэтому курящие дети, как правило, хуже слышат низкие звуки.

# Курящие девушки и женщины более подвержены опасности, чем мужчины

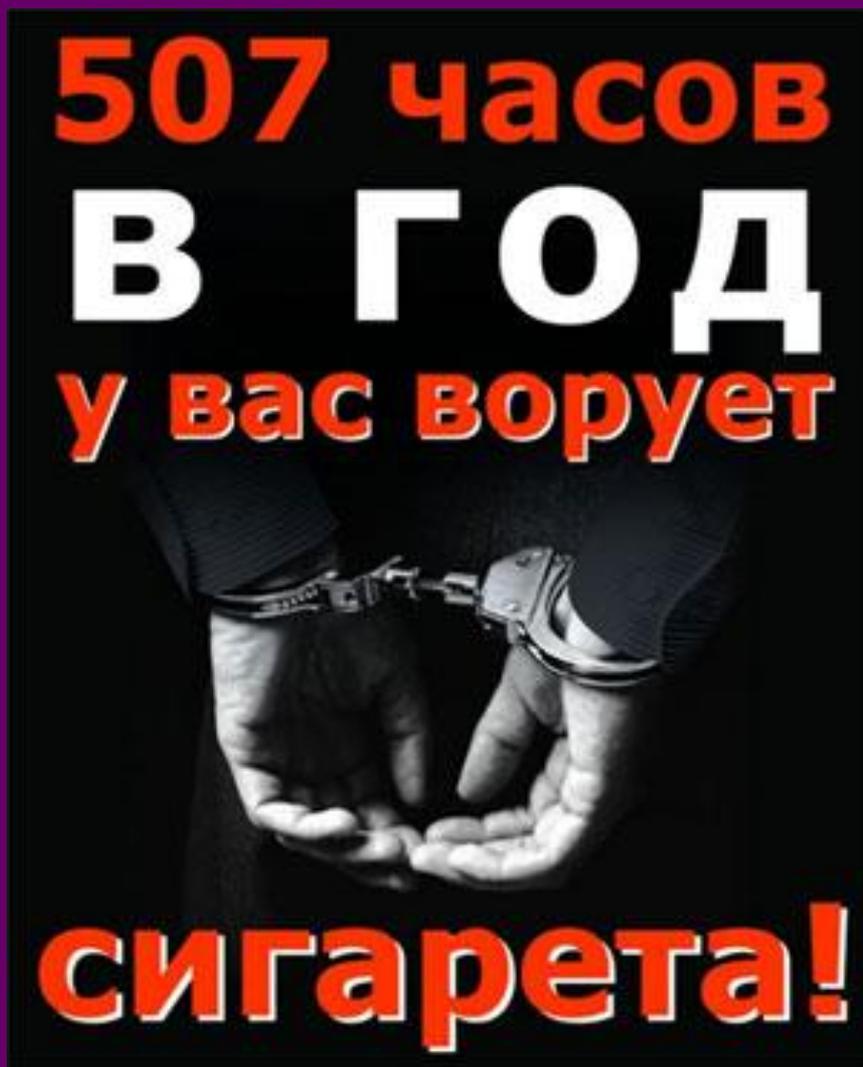
- Курение-причина преждевременного старения
- Курение ведет к ухудшению кровоснабжения, насыщения кислородом и способствует раннему увяданию кожи.
- Табачный дым оседает на коже, оставляет неприятный запах и закупоривает поры.  
Волосы становятся ломкими из-за накопления в них дыма и обезвоживания кожного покрова головы.
- Вследствие постоянного раздражения дымом глазного яблока часто развивается конъюнктивит.
- Никотин и осаждение смол ведут к обесцвечиванию зубов, повышается вероятность заболевания десен.
- Неприятный запах изо рта.
- Может измениться и голос
- У курящих женщин на 1-2 года раньше по сравнению с некурящими наступает менопауза, больше морщин и седины.
- Среди курящих женщин выше частота рака шейки матки

# Цена сигареты

- Каждые 10 секунд от последствий употребления табака на планете гибнет один человек (без учета так называемых «пассивных курильщиков»).

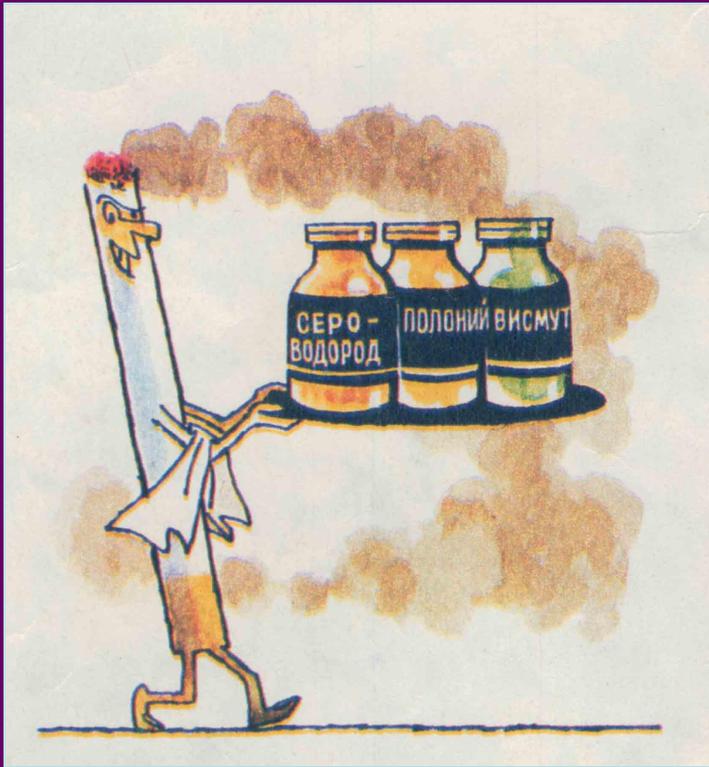
( Таков результат исследований Всемирной организации здравоохранения.)





Ученые,  
изучающие  
продолжительность  
жизни курящих и  
некурящих людей,  
пришли к выводу,  
что каждая  
выкуренная  
сигарета  
сокращает жизнь  
на 15 минут.

# Сигарета – как она есть



- Каждую секунду на земле выкуривается **более 300 000 сигарет.**
- Около **40 веществ**, содержащихся в табачном дыме, **вызывают рак.**
- Пассивные курильщики в два раза чаще заболевают раком, чем те, кого не **«обкуривают».**

Он выбрал правильное  
решение!

Последуй его  
примеру

и  
ТЫ!!!



СДЕЛАЙ МИР  
ЧИСТЫМ



# Как бросить курить

- Определите срок, в течение которого вы хотите бросить курить;
- Определите ситуации, в которых чаще беретесь за сигарету;
- Сокращайте количество выкуриваемых в течение дня сигарет;
- Попробуйте обходиться без сигарет сутки, двое;
- Больше находитесь на свежем воздухе, ходите, делайте гимнастику;
- Откажитесь от крепкого чая и кофе, острой и соленой еды, употребляйте больше растительной пищи, соков, минеральной воды;
- Если очень сильно захочется курить, берите конфеты, сухари, а лучше жевательную резинку.

- Решение самого курящего избавиться от вредной привычки!
- Бросить курить можно в любое время, стоит только захотеть!
- Более 70% курящих обладают достаточной силой воли, чтобы прекратить курение, не прибегая к помощи врачей!!!



**NO SMOKING**