



НЕ НАВРЕДИ СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Подготовила :
учитель биологии МБОУ СОШ №74
Артамонова О.Ю.

ВЛАДЕЛЕЦ ИНСУЛЬТА



Шального

КУРЕНИЕ ТЕБЯ НИКОГДА НЕ УБЬЕТ,
ТЫ ЭТО СДЕЛАЕШЬ СВОИМИ РУКАМИ

Если среднестатистический подросток начинает курить в 15 лет и курит до 58 (средняя продолжительность жизни мужчин в РФ), то он:

- *выкуривает в среднем 15 705 пачек;
- *это 314 100 сигарет;
- *это 1 кг 885 г смолы;
- *это 220 г никотина (220 коняжек завалить можно);
- *это 26 км. 700 м. если выложить все сигареты в 1 линию;
- *это 1.7 м. куб. сигарет (без пачек!);
- *при расчете по 4 минуты на 1 сигарету это...
... 2 года и 4 месяца жизни.

ДАННЫЕ ВОЗ

По данным Всемирной организации здравоохранения в России от причин, связанных с курением, ежегодно преждевременно умирают около 300 тысяч человек.

Это больше, чем от дорожно-транспортных происшествий, употребления наркотиков, или от СПИД.

Бросить курить нелегко, но вполне возможно!

SOS!!!...



В рамках акции «День отказа от курения» ВОЗ стремится сфокусировать особое внимание на проблеме женского курения. За последние годы степень вовлеченности девушек в табакокурение выросла на десятки процентов.

В России за период с 1990 по 2010 год (данные Роспотребнадзора) абсолютное число курящих возросло почти на полмиллиона человек, в основном за счет женщин и подростков. Сегодня в России курит каждая третья женщина и каждая пятая девочка 13–15 лет.

ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ ОЧЕНЬ ВРЕДНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЛЮДЕЙ ВОКРУГ ВАС, И ВАШИХ БЛИЗКИХ



СПАСИ СЕБЯ САМ

Около 50 млн. женщин ежегодно вынуждены вдыхать дым во время беременности. Дети курящих родителей более подвержены синдрому внезапной младенческой смерти, заболеваниям органов дыхания и другим проблемам со здоровьем и развитием.

Человек, употребляющий табак, теряет от 10 до 15 процентов лет своей жизни, при этом вклад табака в общую смертность в Российской Федерации составляет около 17 процентов.

Ежегодно в России от болезней связанных с потреблением табака погибает от 350 тыс. до 500 тыс. граждан и это несмотря на то, что потребление табака является одним из регулируемых факторов риска для здоровья человека.

Не начинайте курить!



ВЫ НУЖНЫ
РОССИИ
ЗДОРОВЫМИ!