

# «От сигареты отведи свой взгляд!»

1. Всё больше детей начинает курить с младшего школьного возраста
2. Мало кто задумывается о вреде курения на организм



Думаем  
о будущем  
сегодня!





## Состав сигареты простым языком:



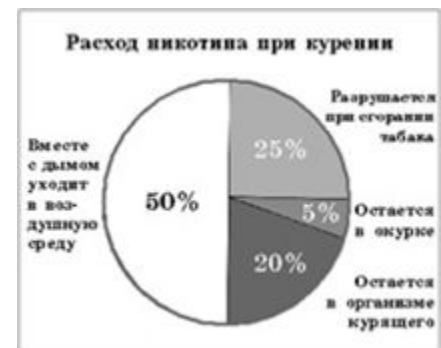


Рис. 2.

*Сравни и сделай выводы.*



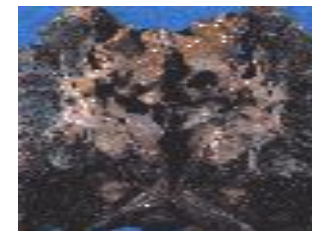
Легкие некурящего



Легкие курящего



Легкие после 5 лет курения



Легкие после 25 лет курения

### АММИАК

- Раздражает слизистые оболочки вызывает боли в желудке
- Происходит слезотечение.
- Вызывает **удушье, головокружение**.
- Снижается сопротивляемость легких к инфекционным заболеваниям, в частности к **туберкулезу**.

(Из 100 случаев заболеваний туберкулеза - 95 приходится на курильщиков)



### СИНИЛЬНАЯ КИСЛОТА

- Легко проникает в кровь (снижает способность клеток воспринимать кислород).
- При большой дозе проявляется **отравление**: за сильнейшим возбуждением центральной нервной системы наступает **паралич**, останавливается дыхание и **сердце**.



### ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- Развивается **ларингит**.
- Ухудшается аппетит, обоняние, вкусы изменяются.
- Возникшего отита желудка, кишечника, кишечная непроходимость кишечника ведет к **операции**.
- Развивается **хронический гастрит, колит, язвенная болезнь**, желудка и 12-перстной кишки.
- Приводит к **циррозу печени**.
- Развивается **рак** полости рта, пищевода, поджелудочной железы.

### СЕРОВОДОРОД

- это токсическое вещество, вызывающее острую кислородную недостаточность, приводящую к поражению нервной системы.



### АЦЕТАЛЬДЕГИД

- это ядовитый пар, раздражающий глаза, дыхательные пути, вызывающий удушье и головную боль.

### Дыхательная система

- **Хронические заболевания** дыхательных органов: бронхит, астма, свистящее дыхание, усиленное выделение слизи, воспаление голосовых связок.
- **Туберкулез легких**.
- **Рак легких** (почти 97% больных раком - курильщики).
- **Рак гортани**.



### ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Ухудшение кровоснабжения из-за спазма кровеносных сосудов приводит к снижению работоспособности мышц (может привести к самопроизвольной **загноре** конечностей).

Никотин действует как яд кураре, парализующий мышечную систему (страдает каждый 7 курильщик).



### НИКОТИН

- Возбуждает центральную нервную систему.
- Спазм кровеносных сосудов, ухудшение кровоснабжения тканей мозга.
- Повышает артериальное давление крови и увеличивает работу сердца.

Никотин - это наркотик. А это означает, что с каждым годом тебе будет все труднее...



### ВЫДЕЛИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Развитие **хронических болезней почек и мочевого пузыря**, вплоть до **рака мочевого пузыря**.

**Рак почек** (встречается у курильщиков в 5 раз чаще)



Курение отрицательно влияет на успеваемость школьника. Число неуспевающих возрастает в тех классах, где больше курящих. Курение школьников замедляет их физическое и психическое развитие. Состояние здоровья, подорванного курением, не позволяет выбрать род занятий по душе, добиться успеха.

## Любовь и никотин



- \* За столиком в кафе сидит привлекательная девушка, пересматривает меню, посматривает на часы и нервно затягивается длинной тонкой сигаретой. Через пять минут красавица с сигаретой встречает аккуратного ароматного юношу, который, очевидно опоздал на встречу. И матерными словами объясняет, что не любит ни кого ожидать. По-видимому, неправду говорят, что курение помогает успокоиться...

- \* Нередко причиной недовольства юношей и мужчин является само курение их подруг. - В девушке человек ищет прежде всего нежность и женственность. - Еще от времен, когда человечество обитало в пещерах, грубость, запах дыма были "мужскими" приметами. Ни популярных обид агрессивных "амазонок", ни делового стиля бизнес-леди, не заменят женской привлекательности, что во все века будет источником вдохновения влюбленных мужчин



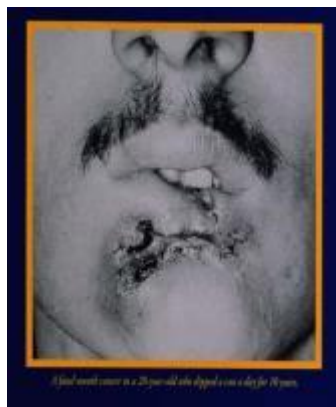




### Пороки развития плода

Риска развития у ребенка «звериной губы» — врожденной расщелины верхней губы. Это связано с тем, что в организме плода мамы, ответственной в норме за детоксикацию, не работает. «Зверья губа» или «волчья пасть», — один из наиболее частых пороков развития, требующие хирургического вмешательства.





Рак ротовой полости у 28-летнего курильщика с 10-летним стажем



Гангрена ног

# «Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации» (О. де Бальзак);



- \* Курильщики значительно подрывают свое здоровье и сокращают себе жизнь. Каждая сигарета сокращает жизнь на 8-15 минут. У курильщиков в 2-3 раза чаще бывают сердечно-сосудистые заболевания, в 15-30 раз чаще - рак легких, в 13 раз чаще - стенокардия, в 12 - инфаркт миокарда, в 10 - язва желудка. Курильщики чаще страдают ОРЗ, бронхитами, астмами, у них нарушаются зрение и слух. Часто развивается рак губы, гортани, голосовых связок, пищевода.

# ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ

При анализе дыма от сгорания сигареты (побочный дым) установлено, что в нем, по сравнению с основным дымом, поглощаемым курильщиком:

- в 5 раз** больше угарного газа
- в 3 раза** больше смол и никотина
- в 3 раза** больше бензпирена
- в 10 раз** больше аммиака

Например, никотин при курении: **20%** остается в организме курящего, **25%** разрушается при сгорании, **5%** остается в окурке, **50%** - уходит в воздух. **1 час** в накурленном помещении равен **1 сигарете**.

Если ребенок живет в квартире, где один из членов семьи выкуривает **1-2** пачки сигарет, то у ребенка обнаруживается в моче количество никотина, соответствующее **2-3 сигаретам**.



### Печальная статистика

| Состояние подростка            | 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%         |

## «КУРЕНИЕ? - НА ЭТО НЕТ ВРЕМЕНИ!»



В XX веке от табака погибли **100 000 000** человек

В XXI веке никотиновая зависимость выйдет на первое место и уложит в могилу **миллиард** землян



Привычка курить, сильна, но человек еще сильнее, и он ее победит.



Ты можешь быть одним из  
них.



присоединяйся!