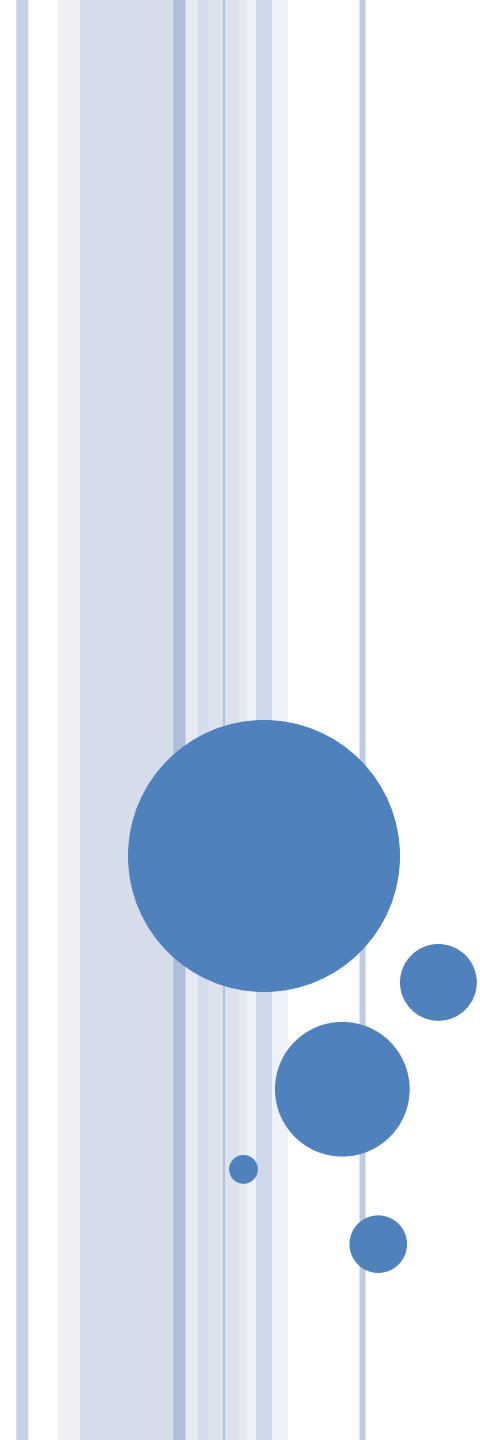




ВРЕД КУРЕНИЯ

Хмелёва Татьяна 1СТ

Почему люди начинают курить?

- Так как курят члены семьи
- За компанию
- Предлагают друзья
- Любопытство
- От скуки
- Желание новых ощущений
- Подавления стресса



ПОСЛЕДСТВИЯ КУРЕНИЯ

- ❑ Отставание в физическом и интеллектуальном развитии
- ❑ Расстройство сна и аппетита
- ❑ Быстрая утомляемость
- ❑ Рассеянность, снижается внимание, наблюдательность
- ❑ Уменьшается объём памяти
- ❑ Смена цвета кожи
- ❑ Частые головные боли



ТАБАЧНЫЙ ДЫМ СОДЕРЖИТ 4000 ХИМИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ

- Синильная кислота
- Сероводород
- Табачный деготь
- Формальдегид
- Угарный газ
- Никотин
- Цианистый водород
- Бензол
- И тому подобные



Немного о растении табак

Табак (латинское название *Nicotiana tabacum*) – это многолетнее травянистое растение семейства пасленовых, в листьях которого содержится никотин.

Ближайшие родственники табака – картофель, томат, баклажаны, красный перец, белладонна, белена, дурман.

Родина табака –
Южная Америка



ЗНАЕШЬ ЛИ ТЫ?

- Каждая выкуренная сигарета сокращает жизнь на 6-10 минут
- Выкуривая 1 пачку сигарет , курильщик забивает свои легкие в год 1 литром никотиновой смолы
- Ежегодно в России умирает около 1 миллиона человек от болезней, вызванных курением.
- Для взрослого человека одна пачка, выкуренная за один прием, смертельна!
- Во всем мире 31 мая отмечают День без табака.





ЕСТЬ НЕСКОЛЬКО ВАРИАНТОВ ТОГО, КАК МОЖНО
УПОТРЕБЛЯТЬ НИКОТИН, СТАТЬ ЗАВИСИМЫМ ОТ НЕГО
И ПОДДЕРЖИВАТЬ ЭТУ ЗАВИСИМОСТЬ:

- курение (smoking) — все обычные сигареты и кальян;
- парение (vaping) — все электронные сигареты всех поколений;
- тление (IQOS);
- жевание — никотиновые жвачки, насвай;
- интраназально — назальный спрей или нюхательный табак;
- сосание — никотиновые леденцы;
- аппликация на кожу — трансдермальные никотиновые пластыри.



НИКОТИН

- Никотин - сильный яд. один из самых опасных ядов растительного происхождения.

Приводит к привыканию. Затрудняет доставку кислорода к мышцам и сердцу. Учащает сердцебиение и пульс. Отравляет клетки мозга. При курении всасывается в организм, в малых дозах вызывает возбуждение ЦНС, а в больших дозах - вызывает паралич (остановку дыхания, остановку сердца).

Никотин - это наркотик.

По словам учёных, половина курильщиков хочет бросить курить, но не может. Они попадают в зависимость от никотина.



Вывод:

- ❑ Курение наносит серьезный вред здоровью человека, сокращает жизнь
- ❑ Организм курильщика изнашивается и стареет значительно раньше, чем организм некурящего
- ❑ Сигаретный дым опасен для здоровья не только для курящих, но и дышащих этим дымом
- ❑ Уничтожается красота человека, особенно женщины
- ❑ Никотин забирает свободу, делает человека своим рабом



ВОТ И СКАЗОЧКЕ КОНЕЦ



А КТО СЛУШАЛ МОЛОДЕЦ