

**РАЙОННЫЙ КОНКУРС ПРЕЗЕНТАЦИЙ
«НАМ НЕ ВСЕ РАВНО»
НОМИНАЦИЯ
«СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫЕ ПРОБЛЕМЫ,
МЕШАЮЩИЕ ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ
ЖИЗНИ»
«Скажи сигарете НЕТ !»**



2014 год

**Многие считают, что
курение-
это не болезнь и ничего
страшного для курильщика
и окружающих его людей в
курении нет.**

Мы докажем, что курение – это вред,
зло, которое несёт в себе несчастье.



Причины курения.

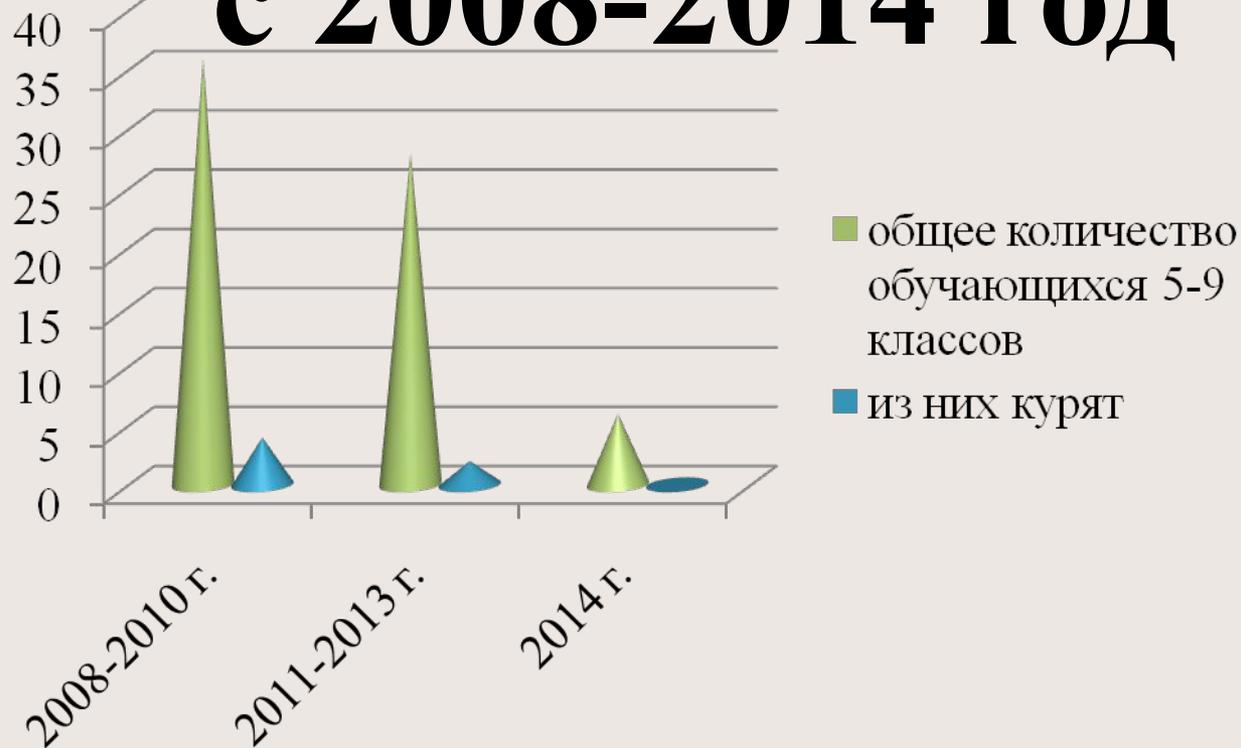
- Любопытство.
- Неврологические проблемы.
- Пример родителей.
- Подражание.
- Желание быстрее стать взрослым.



Статистика.

- **Первую сигарету мальчики выкуривают ещё до 10 лет, девочки в 13-14 лет.**
- **К 15 годам каждый 10-й курящий подросток страдает никотиновой зависимостью.**
- **61% - подростков от 12-17 лет считает, что не курить- это «круто».**
- **70% - признали курение дорогой привычкой.**
- **84% - считают курение опасным занятием.**
- **82% - отметили, что от курильщиков плохо пахнет.**
- **80% - признали, что курение не делает людей более привлекательными.**

Статистика по школе с 2008-2014 год



Для тех, кто закурил.

- В момент затяжки загораются табак и папиросная бумага, при этом образуется 1200 вредных веществ:
 - Окись углерода
 - Бензопирен
 - Аммиак
 - Ацетилен
 - Смолы, содержащие 43 канцерогена
 - Муравьиная и синильная кислота
 - Сажа
 - Мышьяк
 - Сероводород
 - Ртуть



Угарный газ (окись углерода):

Попав в кровь, быстрее кислорода связывается с гемоглобином и образует новое соединение – карбоксигемоглобин. В результате происходит гипоксия (кислородное голодание) всех органов. Особенно страдает головной мозг.

Аммиак

Бесцветный газ с неприятным запахом. Вызывает раздражение слизистой полости рта, горла, легких; кровоточивость десен.

Смолы

Или табачный деготь. Им заполняют мундштук за несколько дней. Представляет собой тёмно-коричневую густую вязкую массу горького вкуса с резким запахом. В течение одного года в организм проникает 700-800 грамм!!! Является канцерогеном (вызывает рак), оседает на зубах и пальцах (они становятся желтыми).

Полоний

Радиоактивный изотоп; накапливается в органах, вызывает перерождение тканей. Одна пачка в день равна дозе облучения в 500 рентген в год (при снимке – 0,76 рентгена). Также есть радиоактивные изотопы свинца, висмута, калия. В дыме содержатся: углекислота, азот, сероводород, мышьяк, хром, никель, бензопирен, крезол, фенол, пиридин



В сигарете находится **4000 ядовитых веществ**. Главное ядовитое вещество – никотин. **Никотин** на внешний вид – маслянистая бесцветная прозрачная жидкость, тягучая на вкус. В одной сигарете находится 15-20 мг никотина. С каждой сигаретой курильщик вдыхает **1-2 мг** никотина.

Действие на центральную нервную систему: в малых дозах - возбуждающее, в больших – тормозящее. Артериальное давление при курении повышается. Сосуды спазмируются.

Желудочно-кишечный тракт: усиливается перистальтика, слюноотделение, появляется тошнота, рвота, снижение кислотности желудка.

По ядовитости равен синильной кислоте. Одна капля вызывает смерть через 15 минут. Простой расчет показывает, что при выкуривании 20-25 сигарет в организм поступает смертельная доза никотина.

Тогда почему не умирают сразу?

Часть нейтрализуется другим ядом - формальдегидом, также содержащимся в дыме. Доза поступает постепенно в течение дня. Выводится лёгкими, почками, со слюной, потом.

Болезни, вызываемые курением

Злокачественные опухоли

Гортань

Рот и глотка

Пищевод

Трахея, бронхи, лёгкие

Острая миелоидная лейкемия

Желудок

Поджелудочная железа

Почки, уретра

Толстая кишка

Мочевой пузырь

У курящих женщин - рак шейки матки

Хронические болезни

Инсульт

Слепота, катаракта

Периодонтит

Аневризма аорты

Ишемическая болезнь сердца

Воспаление лёгких

Атеросклероз периферических артерий

Хронический бронхит, астма

Перелом шейки бедра

У курящих женщин - гинекологические заболевания (включая бесплодие)



Печальные цифры.

- Сердце в
- **12-15** ты
- некуряш
- **20** выку
- восприя
- Курильщ
- свою жи
- Каждые
- от болезн



тги на
нем у

слабляют

ращает

1 человек

т.

Только для девочек.



Только для мальчиков.

- Курение
- Курящие мальчишки
силы
- Химия
табака
- Чем
курить
статно



ет стать

иесь в
ысению.

нёт
оследствии



ЗАЩИТИТЕ

МЕНЯ...



Типичные заблуждения.

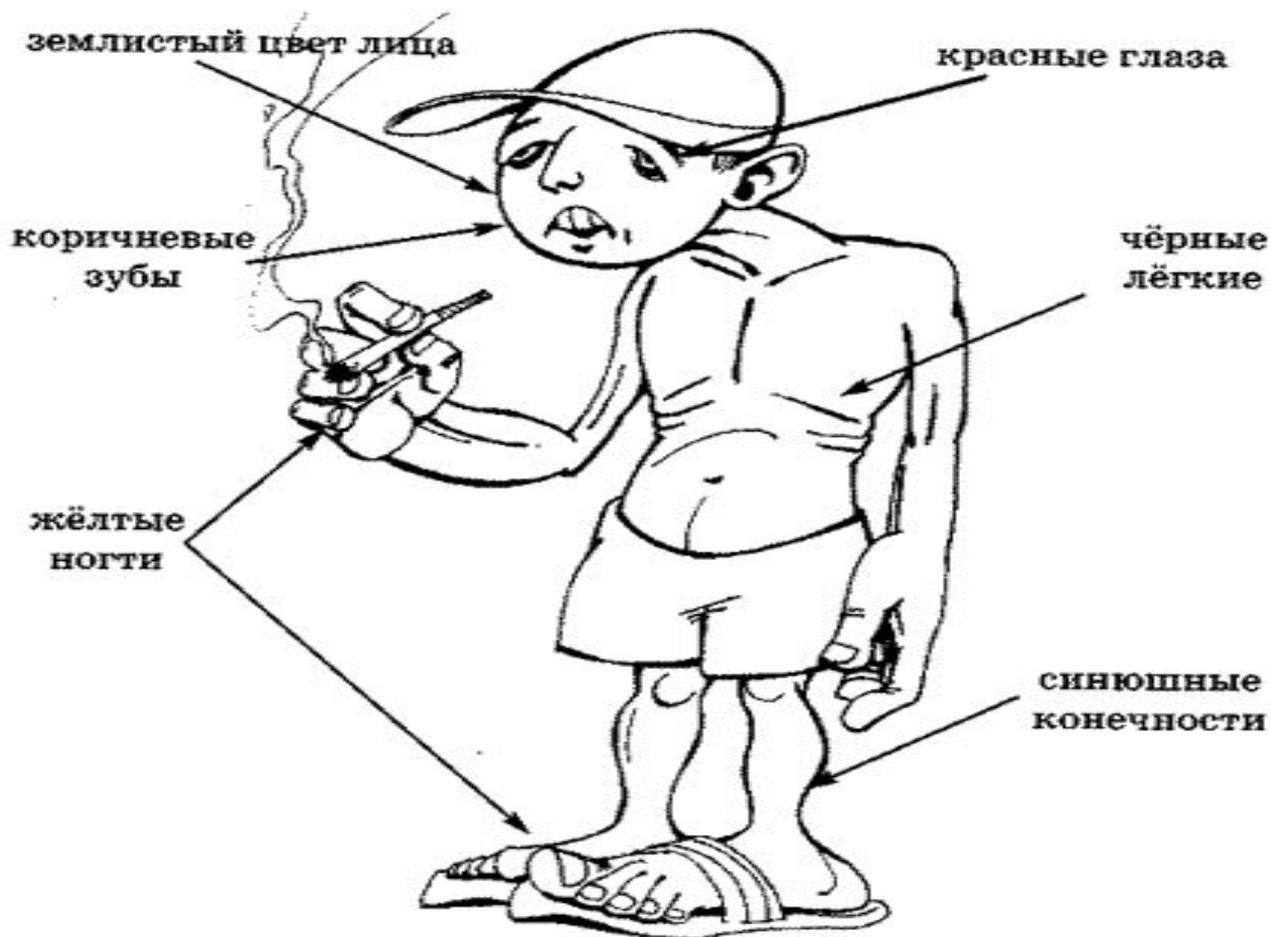
- **Курят все.**
- **Курить понемногу не вредно.**
- **От курения худеют.**
- **Курящая девушка выглядит привлекательно.**
- **Курение успокаивает.**
- **Курить модно.**

НЕ КОПИТЕ ЛЕГКИЕ



Это легкое курильщика

Практическая работа "Раскрась курильщика"



О запрете курения табака

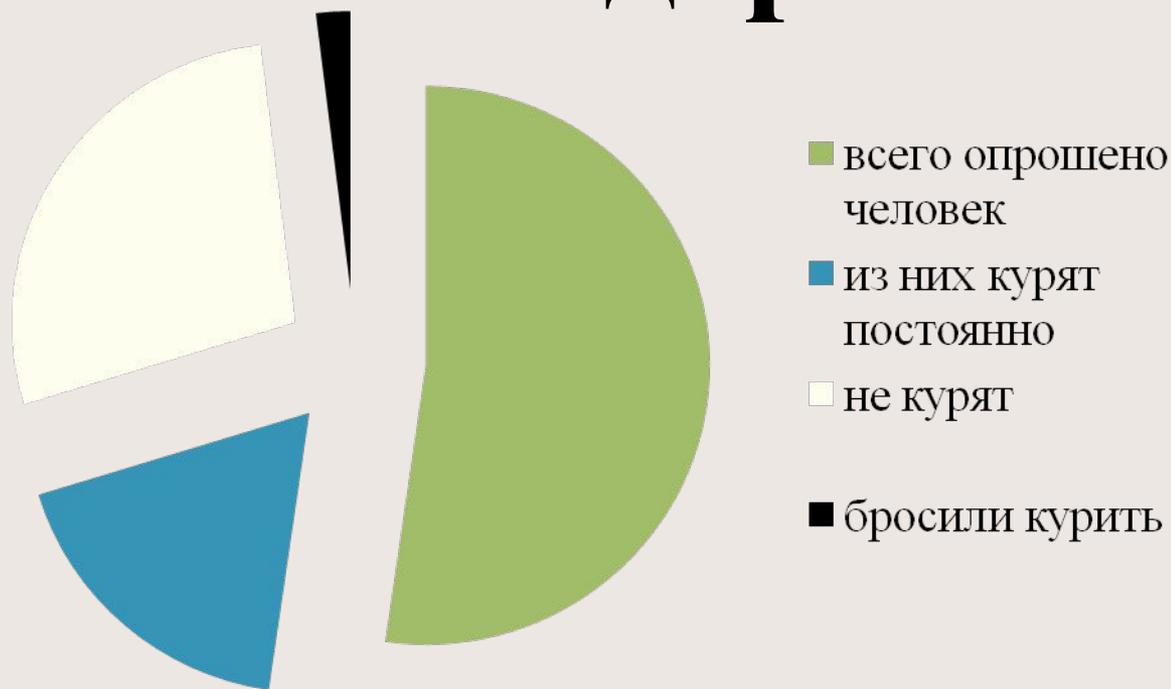
Антитабачный закон в России начал действовать в полную силу с 1 июня 2014 года (статья 12 данного закона о предотвращении воздействия окружающего табачного дыма на здоровье человека)

Законодательством предусмотрена административная ответственность:

штраф на должностных лиц в размере от 10 000т. до 20 000т. рублей;

на юридических лиц в размере от 30 000т. до 60 000т. рублей (за несоблюдение требований к знаку о запрете курения)

Какая «картина» в нашей деревне?



Попробуем бросить.

- **Наладь режим дня.**
- **Ешь больше овощей и фруктов.**
- **Занимайся спортом.**
- **Больше находишься на свежем воздухе.**
- **Бросать надо разом, но готовиться к этому шагу – долго и всерьёз.**
- **Обратись за помощью в медицинское учреждение.**

Мы выбираем здоровый



СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Акция «Сочи 2014»



АКТИВНЫЙ ЛЕТНИЙ ОТДЫХ



Классные часы (совместно с фельдшером ФАП)



Конкурс рисунков

НИКОТИН И РЕБЕНОК

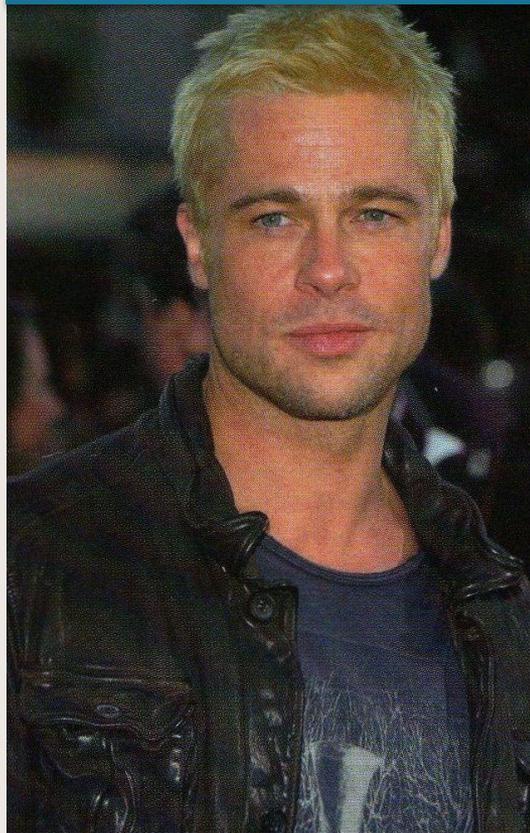


Они не курят. А ты?

ДЭНИЭЛ
РЭДКЛИФФ



БРЭД ПИТТ



ОСКАР КУЧЕРА





ДЫШИ ЛЕГКО!



**ДЫШИ
ЛЕГКО!**

Авторы презентации:

Ужов Матвей

Мошкова Валерия

5 б класс

Филиал МОУ Нерльская СОШ

д. Пенье

руководитель Ужова Т.Б.