

«Курить – здоровью
вредить»

«Часто зло известнее
добра...»

Ф. Петрарка

Это проблема!

- Ситуация с распространением табака приняла характер глобальной эпидемии. В настоящее время в мире курят около 1,26 млрд. людей. Ежегодно от причин, связанных с курением, умирает 4 млн. человек, среди детей и подростков курят 700 млн., экономические потери составляют 200 млрд. дол. США. Если ситуация не изменится, то к 2030 году общее число курящих людей составит 1,6 млрд. человек, а количество смертей достигнет 10 млн. в год.

- Табачный дым содержит не менее 1000 вредных веществ, из них 200 веществ являются наиболее опасными. При выкуривании одной пачки сигарет общей массой табака 20 г образуется:

- Никотин – 0,18 г.
- Угарный газ – 0,92 г.
- Аммиак – 0,64 г.
- Бензапирен – 0,001 г.
- Сероводород – 0,0016 г.
- Синильная кислота – 0,0012 г.
- Муравьиная кислота – 0,0035 г.
- Масляная кислота – 0,0029 г.
- Полоний - 210 – 0,002 г.



курение



*В дыме табака
содержится более 30
ядовитых веществ:
никотин,
углекислый газ,
окись углерода,
синильная кислота,
аммиак,
смолистые вещества,
органические кислоты и
др.*

курение

ПРИВОДИТ К РАКУ ЛЕГКИХ!

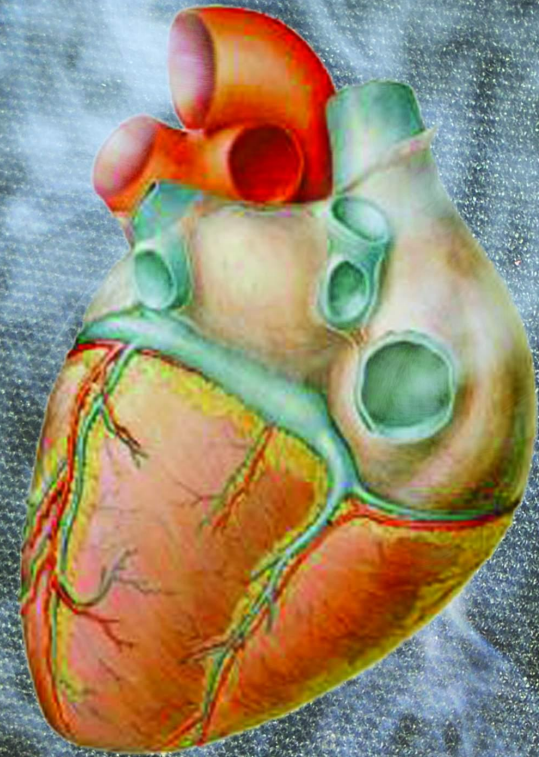


курении

- Гастрит,
- язвенная болезнь желудка
- у курящих возникают
- гораздо чаще, чем у некурящих.

Среди мужчин, заболевших язвой желудка, 96-97 % курили.

Долго ли протянет?



курение

статистика

Среди женщин курение начало распространяться после второй мировой войны.

В промышленно развитых странах курит от 20 до 40% женщин (особенно молодых) наряду с 30—50% мужчин.

Курение среди подростков женского пола :во многих европейских странах в настоящее время процент курящих среди девочек выше, чем среди мальчиков.



курение

Мера жизни?..

50 лет
~~45 лет~~
40 лет
35 лет
30 лет
25 лет
20 лет

Авторы: студия ГТО ЧРЕЗБИНА И.А.

НЭТИ НГТУ
основные выпускники НЭТИ НГТУ

The advertisement features a large cigarette on the right side, which is marked with a vertical ruler. The ruler shows age intervals from 20 to 50 years. The 45-year mark is crossed out with a large 'X', and the 50-year mark is also crossed out. To the left of the cigarette, a cartoon character of a man in a green shirt and black pants stands looking up at the cigarette. Above the character, the text 'Мера жизни?..' is written in red. At the top left, there is a stylized graphic of a face with swirling patterns. At the bottom left, the text 'Авторы: студия ГТО ЧРЕЗБИНА И.А.' is visible. At the bottom right, there is a logo for 'НЭТИ НГТУ' and the text 'основные выпускники НЭТИ НГТУ'.



вам это надо???



подумайте о бу



- Вредные привычки, которые прилипают, притягивают, пристают к молодым людям, становятся впоследствии причиной многих недоразумений, недугов, неприятностей. **Полюбите себя – свой Мозг, свою Печень, Почки, своё Сердце – они живые, они страдают, болеют, задыхаются!!!**

Долго ли протянет? Давайте не будем рабами вредных привычек!





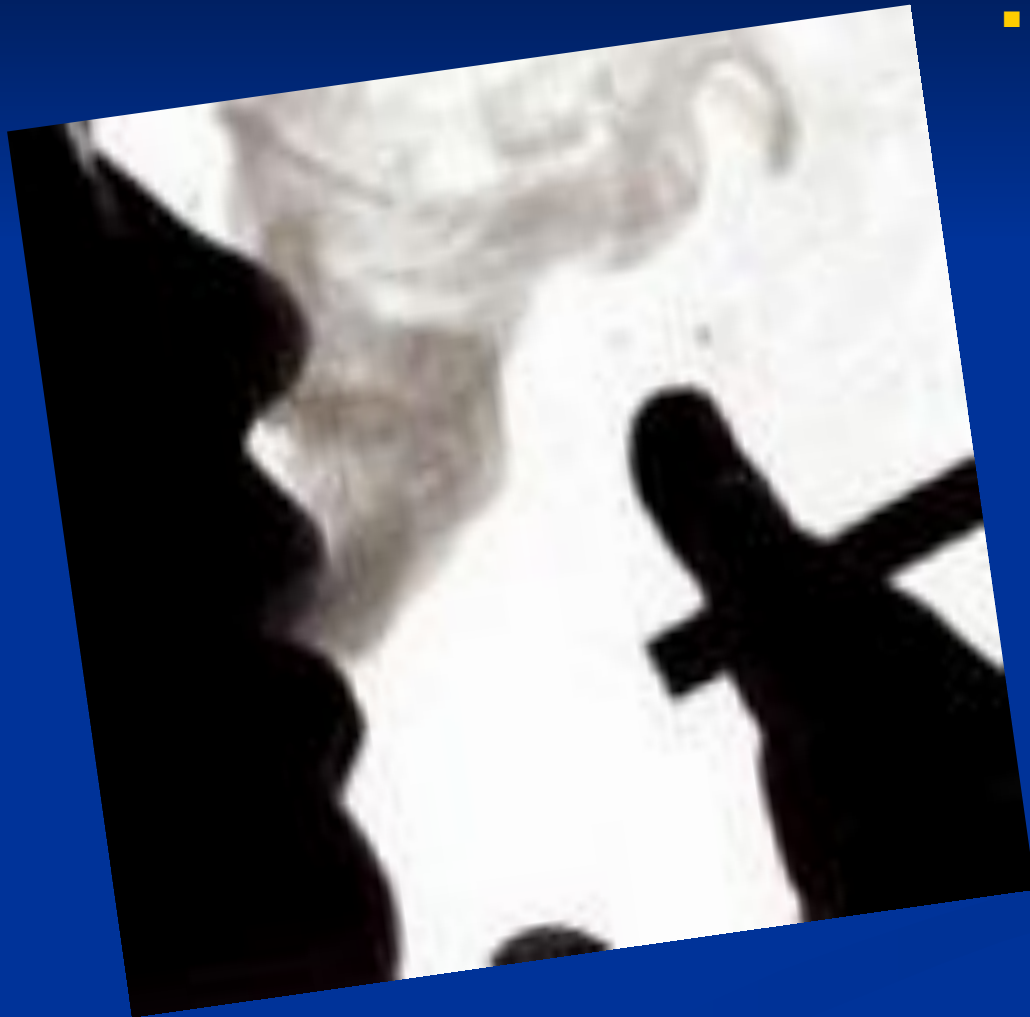
Молодость —
прекрасная пора...
Но все может
измениться, если
попасть под
влияние дурной
компании и
свернуть с
верного пути....



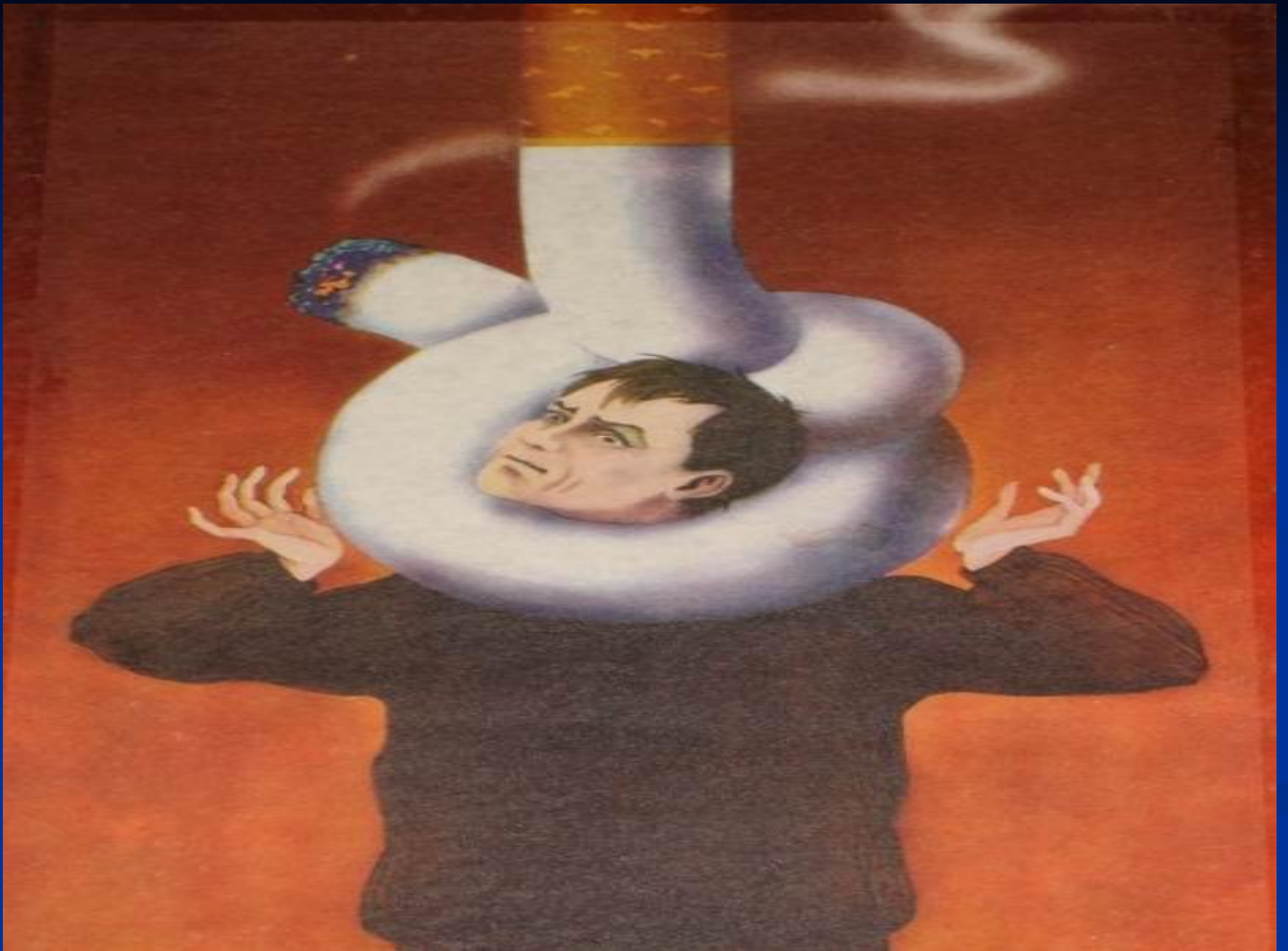
Курение – медленное самоубийство



- Открытие Америки подарилло человечеству знаменитое растение - табак, который ,по справедливому замечанию И. В. Гете, стал карой. Курение оказывает резкое отрицательное влияние на все жизненные процессы в организме, быстрее развивается утомляемость, ослабевает память, нарастает раздражительность. Достоверно доказано, что у курящего возрастает риск заболеть болезнями сердца и раком легких в 15 раз больше, чем у некурящих. Только одна выкуренная сигарета сокращает вашу жизнь на 5 минут.... Может стоит задуматься об этом?....





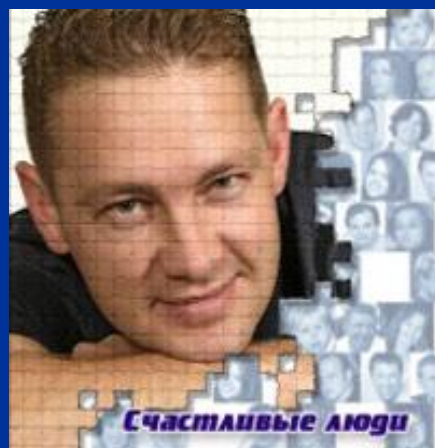
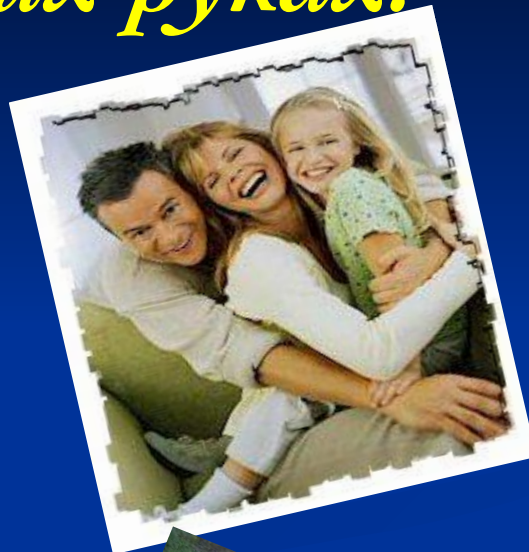




Не слишком ли дорогая цена?



*Но все может быть иначе! Твоя
судьба – в твоих руках!*



■ **НЕТ КУРЕНИЮ!**

Курение - одна из вреднейших привычек.

Исследованиями доказано, в чем вред курения. В дыме табака содержится более 30 ядовитых веществ: Никотин,

Углекислый газ

Окись углерода, Синильная кислота,

Амиак, Смолистые вещества,

Органические кислоты и другие.

1-2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина.

Курильщика спасает, что эта доза вводится в организм не сразу, а дробно.

Статистические данные говорят: по сравнению с некурящими

длительнокурящие в 13 раз чаще

заболевают Стенокардией, в 12 раз -

Инфарктом миокарда, в 10 раз - Язвой

желудка. Курильщики составляют 96 - 100% всех больных Раком легких.

Каждый седьмой долгое время курящий болеет Облитерирующим эндартериитом - тяжким недугом кровеносных сосудов.



НЕТ КУРЕНИЮ!!!

■ Никотин является самым распространенным фактором самоинтоксикации. Многочисленными исследованиями подтверждено закономерное влияние никотина на эректильную функцию. В равных возрастных группах у курящих эректильная дисфункция (импотенция) встречается в 2 раза чаще чем у некурящих.

КУРЕНИЕ, КАК СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА В ОБЩЕСТВЕ!

- Курение является социальной проблемой общества, как для его курящей, так и для некурящей части. Для первой – проблемой является бросить курить, для второй – избежать влияния курящего общества и не «заразиться» их привычкой, а также – сохранить своё здоровье от продуктов курения, поскольку вещества входящие в выдыхаемый курильщиками дым,
- не на много безопаснее того, если бы человек сам курил и принимал в себя никотин и многое другое, что входящее в зажжённую сигарету.



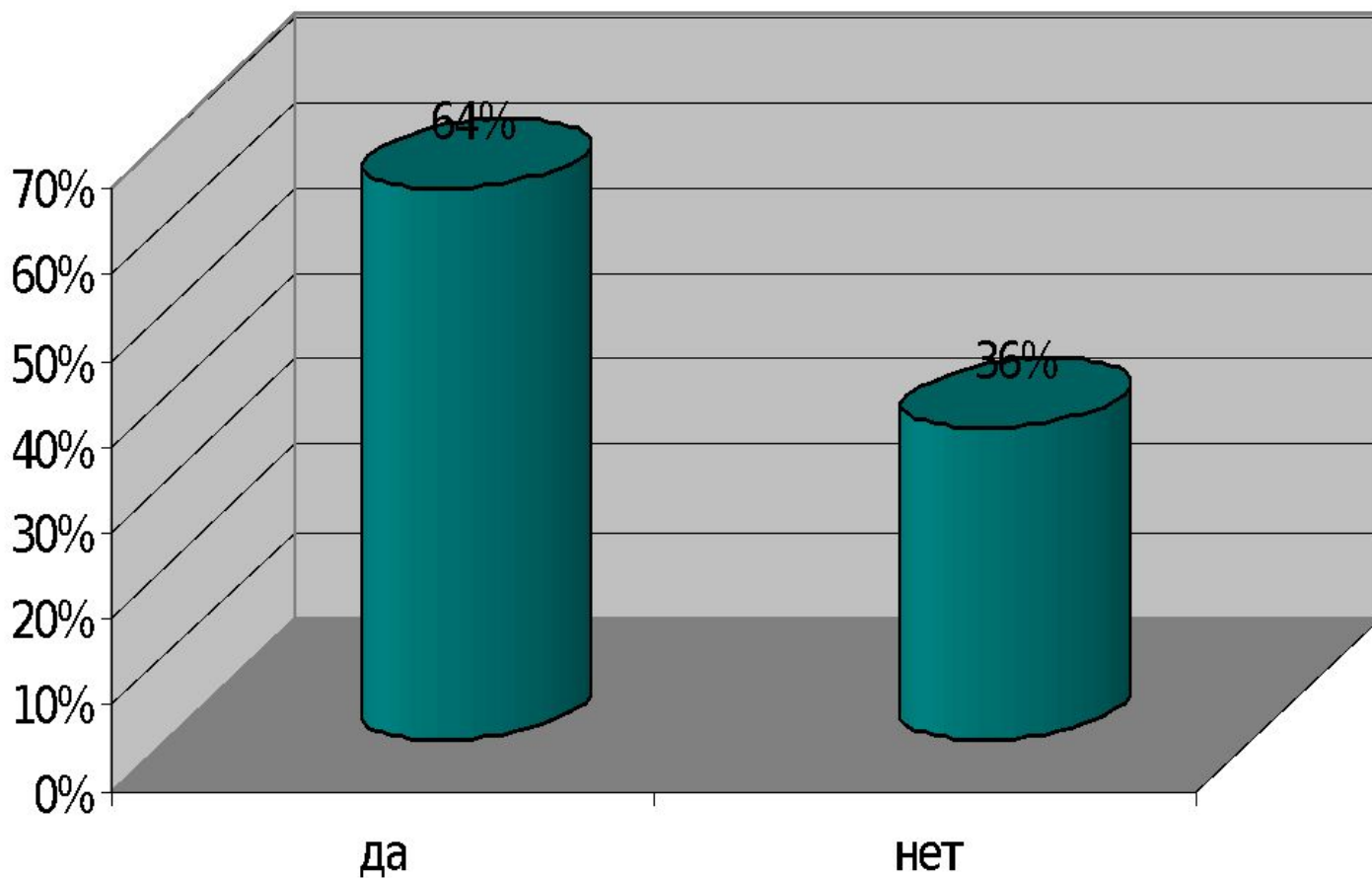
Я!!!



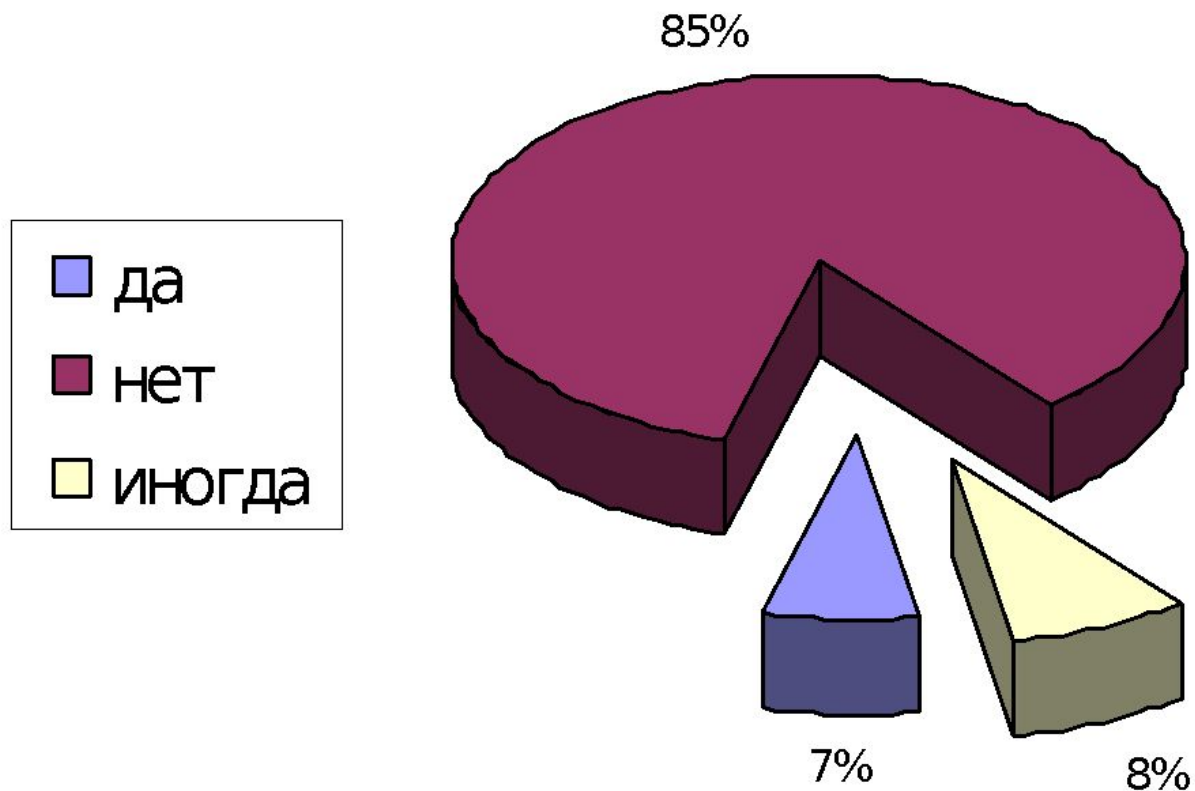
■ Ни для кого не секрет, насколько опасно курение, однако же, во всём мире ежедневно выкуривается около 15 миллиардов сигарет. По оценкам, в США на лечение болезней, связанных с курением, уходит 50 миллиардов долларов в год. Это значит, что в 1993 на каждую купленную пачку сигарет в среднем пришлось примерно 2,06 доллара, затраченных на лечение заболеваний, связанных с курением.



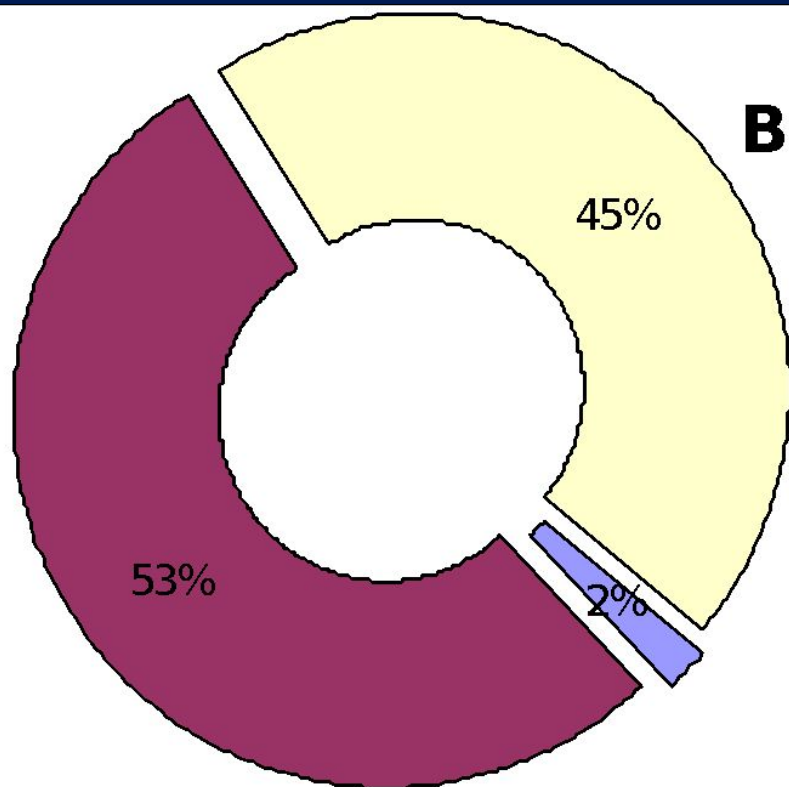
Пробовали ли Вы когда-нибудь курить?



Курите ли Вы сейчас?



Вы относитесь к курению:

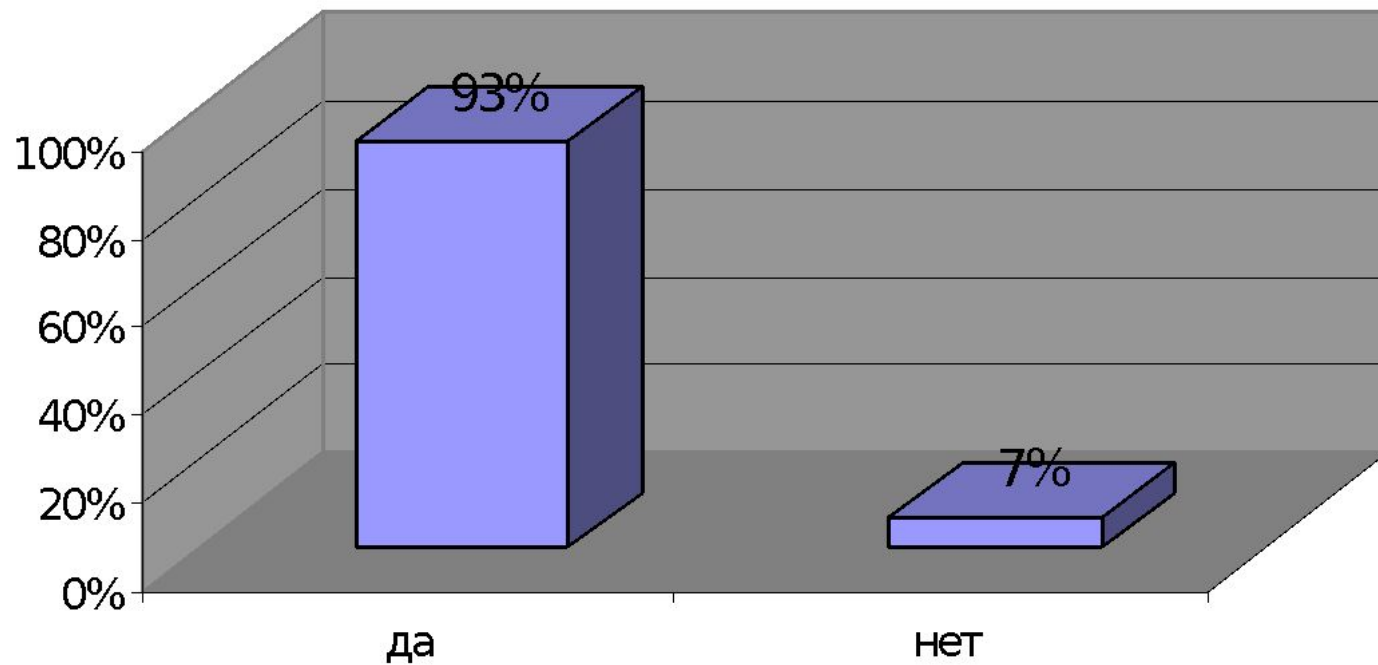


■ положительно

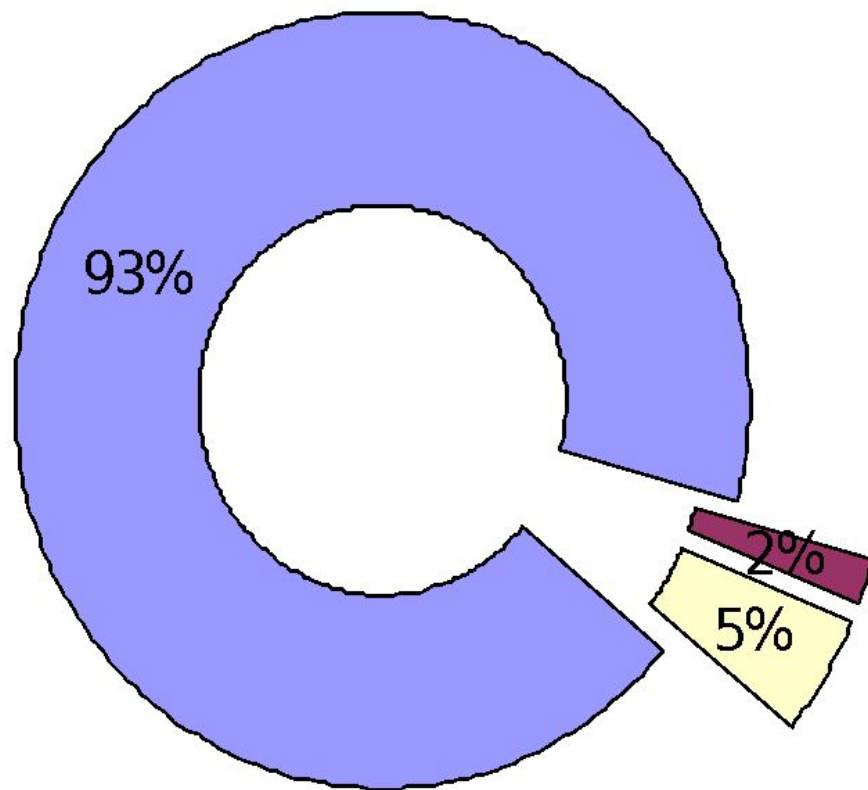
■ отрицательно

■ нейтрально

На Ваш взгляд, вредно ли курение для здоровья:



Как влияет курение на продолжительность жизни:



■ укорачивает

■ продлевает

■ не влияет

Курящие школьники (в сравнении с некурящими)

- 1. более нервны на 14%
- 2. с понижением слуха на 13%
- 3. с более плохой памятью 12%
- 4. с более плохим физ. состоянием на 12%
- 5. умственное состояние хуже на 18%
- 6. более нечистоплотны 12%
- 7. плохие отметки встречаются чаще на 18%
- 8. медленно соображают на 19%

*Все пороки от
безделья.*

Народная поговорка.