



# Здоровье дыхательной системы – здоровье всего организма

Автор  
презентации –  
учитель биологии  
Зайцева О.А.

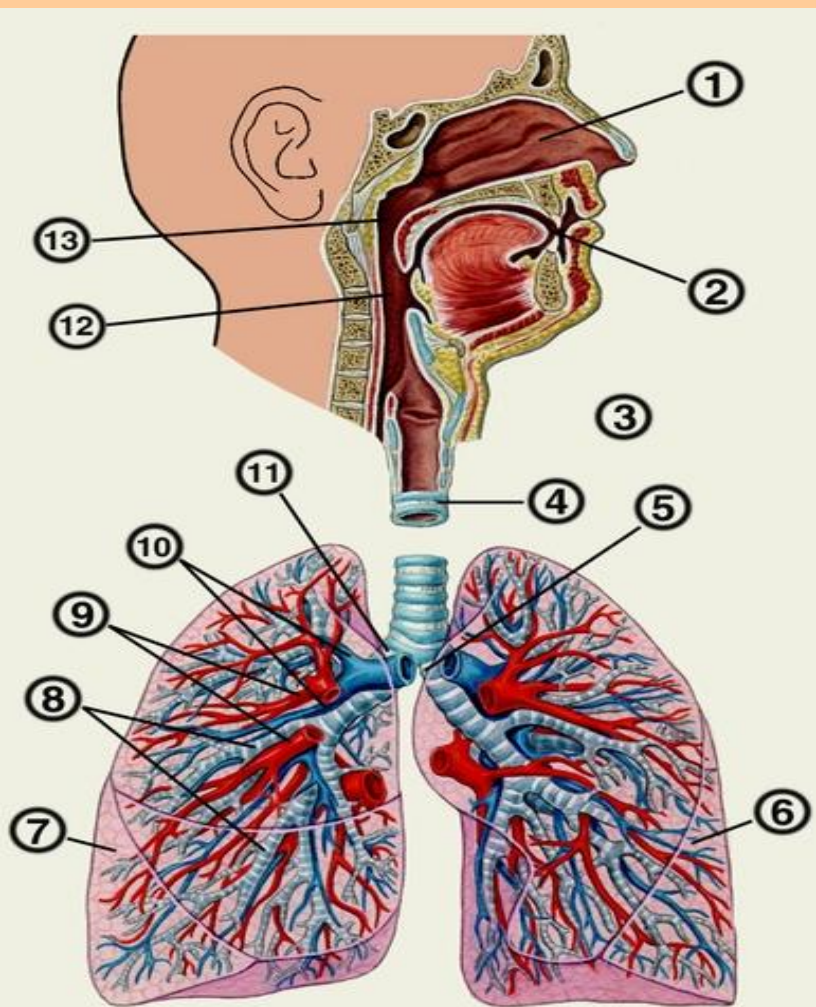


# Сегодня на уроке мы должны будем ВСПОМНИТЬ :

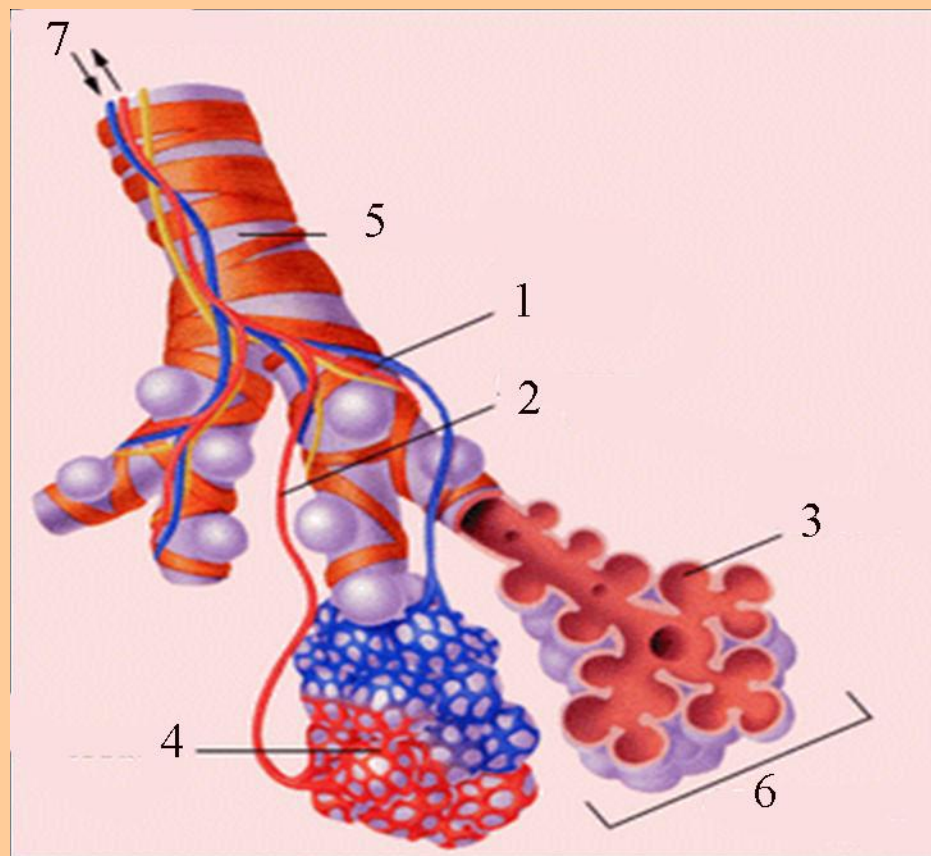
- какая связь существует между процессами дыхания и кровообращения;
- как вредные привычки влияют на работу дыхательной и кровеносной систем.
- Повторить строение и функции системы органов дыхания.

# Органы дыхательной и кровеносной систем

Верхний и нижний отделы дыхательной системы



Строение бронха



# Свяжем работу дыхательной и кровеносной систем

- Легкие - ? – кровь – клетка
- На что расходуется кислород в клетках?
- Если человеку не хватает кислорода, какие процессы могут прекратиться?
- При каких условиях кислорода может не хватать?



# Тренируем ЗРИТЕЛЬНУЮ ПАМЯТЬ!

**1. АОРТА**

**2. ВЕНА**

**3. ГОРТАНЬ**

**4. ЖЕЛУДОК**

**5. ЛЁГКИЕ**

**6. НОС**

# Ответьте НА ВОПРОСЫ

- сколько слов женского рода ?
- сколько слов оканчивается на мягкий знак ?
- какой цифрой обозначена самая крупная артерия?
- какой цифрой обозначен орган, в котором происходит газообмен ?
- какой цифрой обозначен орган, в котором происходит согревание, увлажнение и очищение воздуха ?
- назовите цифры обозначающие части дыхательной системы ?

# Основные правила гигиены дыхания

- Дыхание должно быть ровным и размеренным
- Рабочие движения, связанные с большими усилиями, должны совпадать с выдохом
- Желательно заниматься физкультурой
- В течение суток ( 2 – 3 часа) полезно быть на свежем воздухе
- Дышать надо через нос
- При чихании и кашле следует закрывать нос и рот носовым платком
- Необходима регулярная влажная уборка помещений
- Для правильного дыхания важна хорошая осанка

# Основные причины приобщения молодёжи к курению:

- **ПОЧЕМУ БЫ И МНЕ НЕ ЗАКУРИТЬ?**
- 1. Все равно многие школьники курят
- 2. Большинство студентов и студенток тоже курят
- 3. Сигареты стоят сравнительно недорого





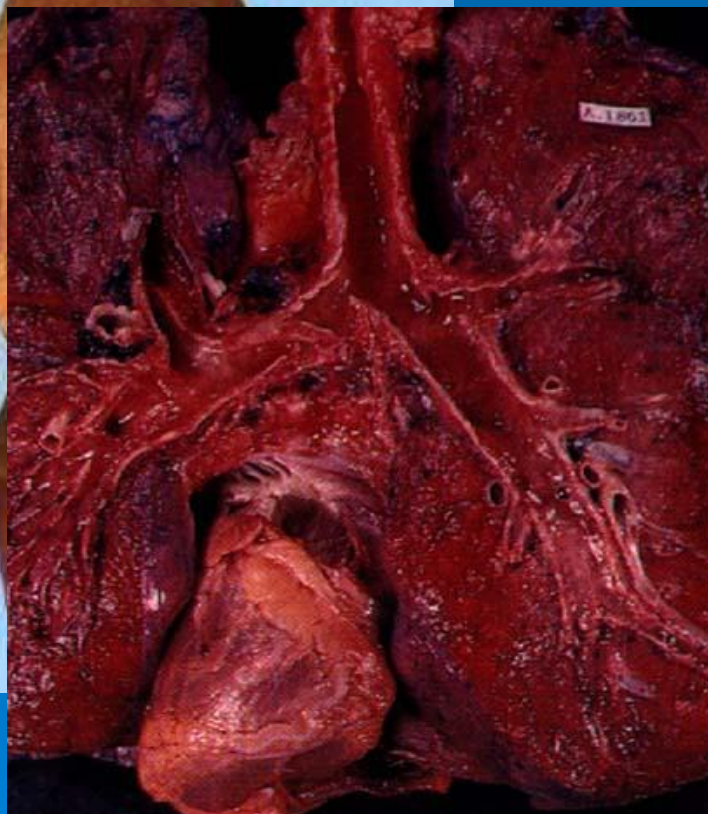
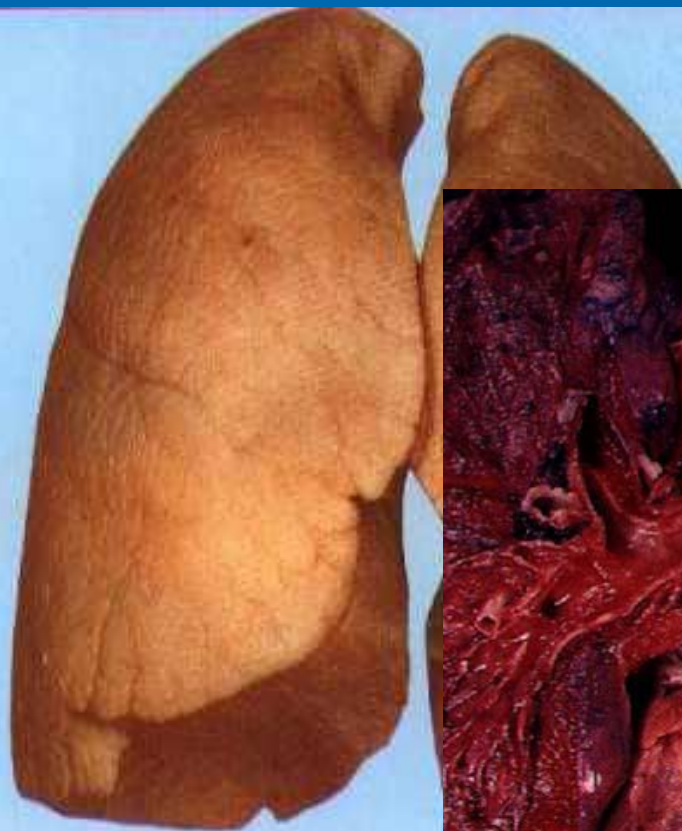
# Что всегда мы видим в рекламе табачных изделий?

- Красивую пачку, полную сигарет, которую “герой” рекламы только что распечатал.
- Красивых, молодых, здоровых и преуспевающих людей.
- Человек на рекламе всегда закуривает с удовольствием.
- Курение никогда не мешает окружающим.
- Человек, который закурив в рекламном клипе, сделал какое-то важное и нужное дело и сделал его отлично.
- Нет сомнений – курить или не курить, главное – выбрать правильный сорт сигарет.

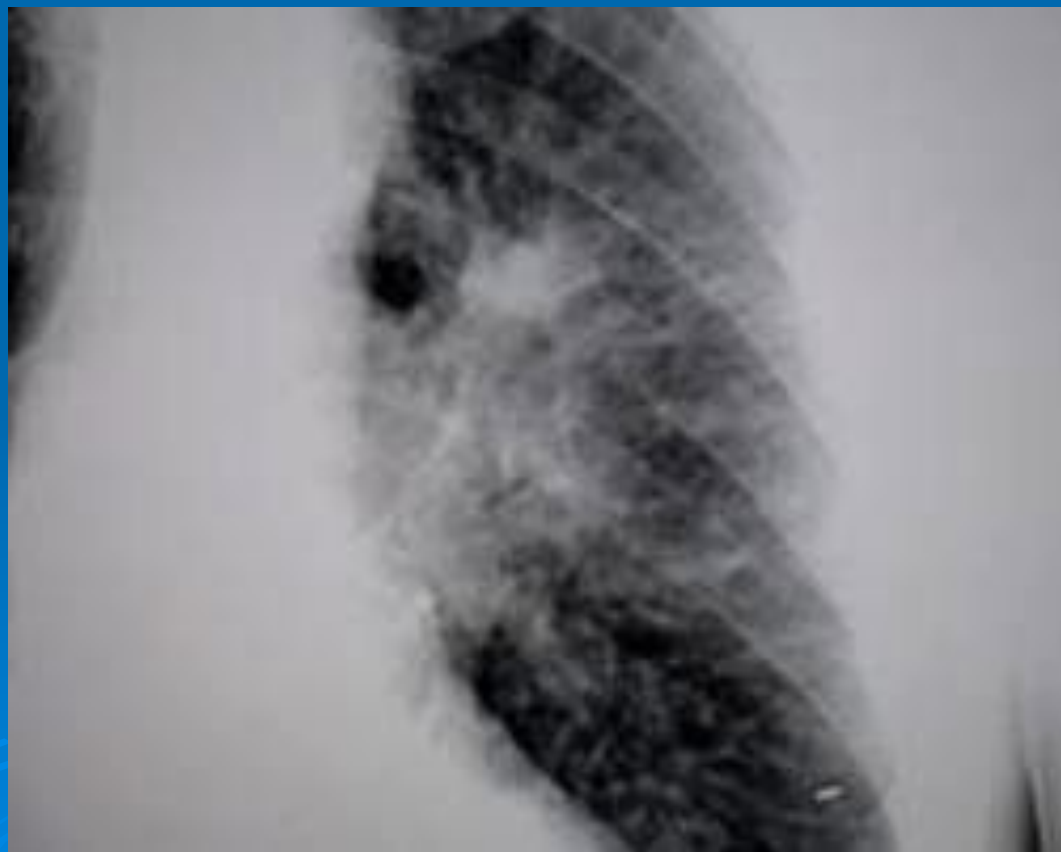
# Что мы никогда не увидим в рекламе табачных изделий?

- Окурки в пепельницах, пустые смятые пачки в урнах.
- Больных, несчастных людей с дрожащими, пожелтевшими от табачного дыма пальцами.
- Человек в рекламе никогда не закашляется и не щурится от табачного дыма.
- В рекламе никогда нет детей, родственников и соседей курильщика, которым мешает табачный дым.
- Человек в рекламном ролике никогда не курит в безвыходной ситуации.
- Никогда не показывают больных, жалеющих о том, что своевременно не бросили курить.

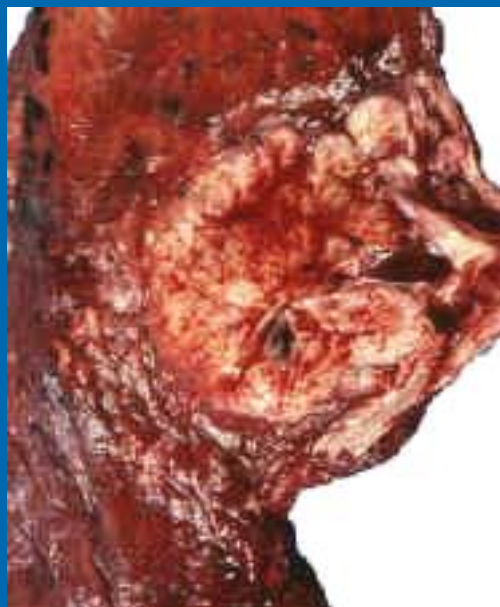
# Так выглядят здоровое лёгкое и лёгкое курящего человека



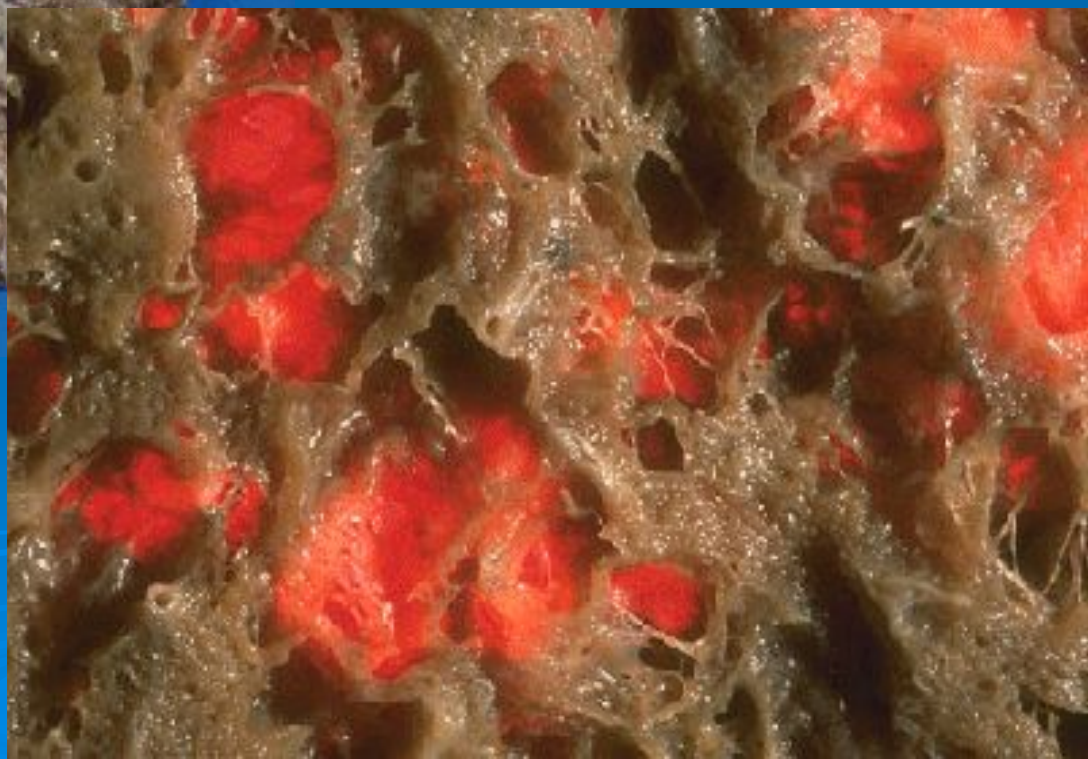
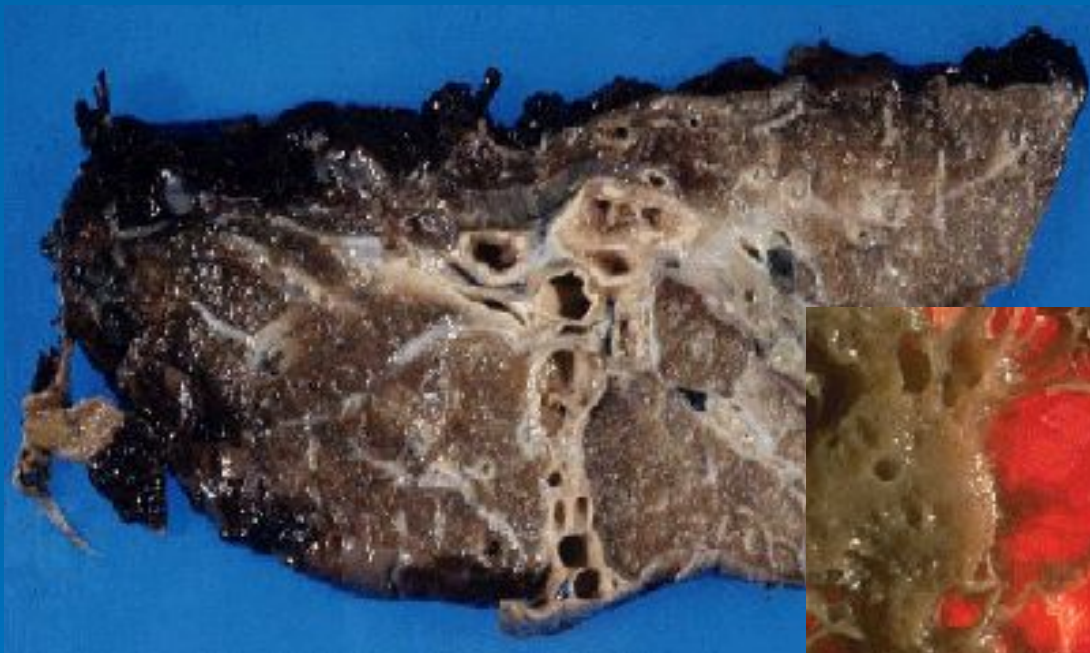
А это флюорографические снимки  
«нездоровых» лёгких: возможный диагноз  
– туберкулёз или рак лёгких!



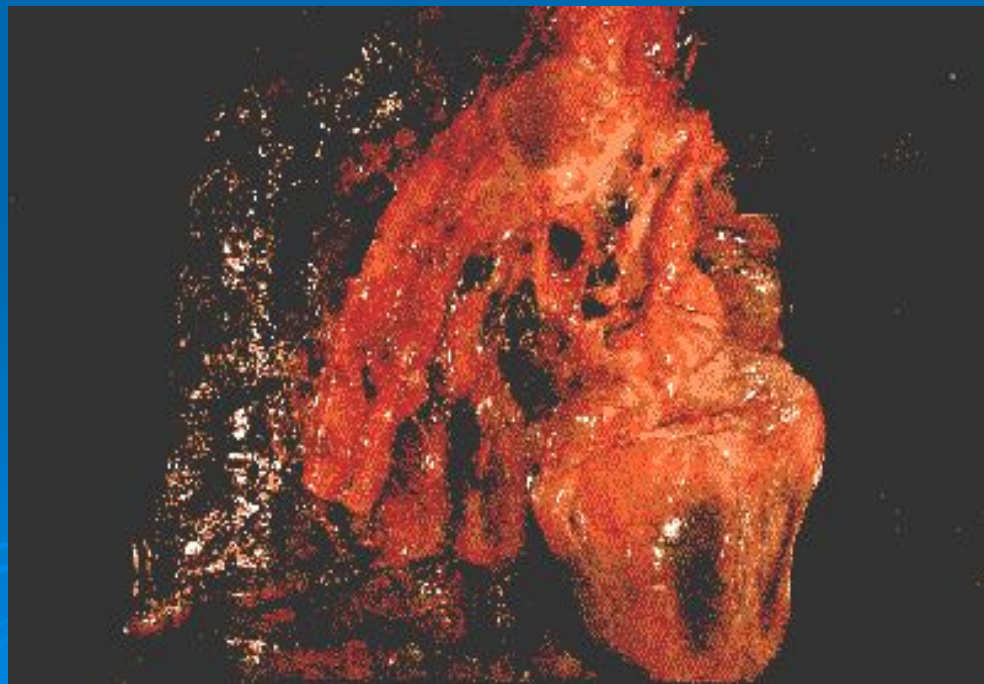
# Легкие у курильщика со стажем в 5 и 10 лет:



Это лёгкие курильщика с более  
длительным стажем



# Это страшное слово «рак»



# Рак легкого

## Симптомы:

Постоянный, мучительный кашель, кровохарканье.

Повторные пневмония, бронхит

или боль в груди. Примерно в 85% случаев рака легкого, возникающих за год, можно обнаружить связь с курением. У людей, выкуривающих по две или больше пачек сигарет в день в течение 20 лет риск рака легкого повышен на 60—70% по сравнению с некурящими. На рентгеновском снимке в легком видно патологическое объемное образование (стрелка). Позже при биопсии доказано, что это рак легкого.





# Эмфизема лёгкого



# РАК ПОЛОСТИ РТА У ЗАЯДЛОГО КУРИЛЬЩИКА

28 летний мужчина, который выкуривал не менее пачки  
в день в течении 10 лет



*A fatal mouth cancer in a 28-year-old who dipped a can a day for 10 years.*



**Другими  
распространенными  
заболеваниями  
являются:**

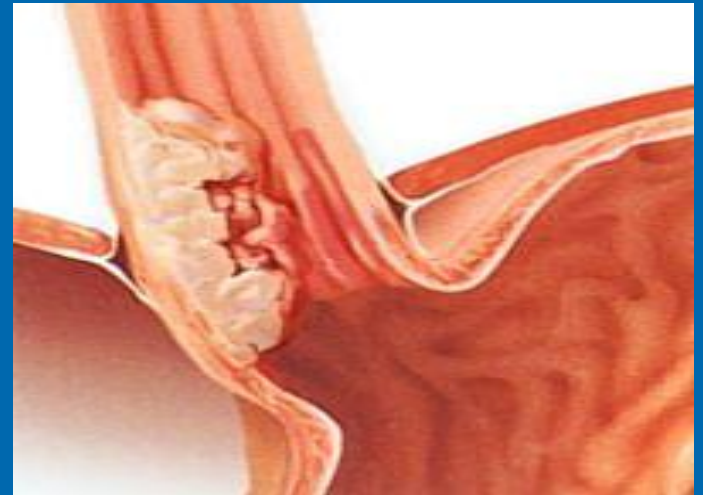
## **Рак пищевода**

**Симптомы:**

Затрудненное глотание.

Боль или дискомфорт в груди.

Похудание. Курение может вызывать рак пищевода за счет повреждения клеток, расположенных внутри органа. Чем дольше курит человек, тем выше риск.



# Язва желудка

## **Симптомы:**

Ноющая или жгучая боль в животе

Тошнота, рвота.

Потеря аппетита и похудание.

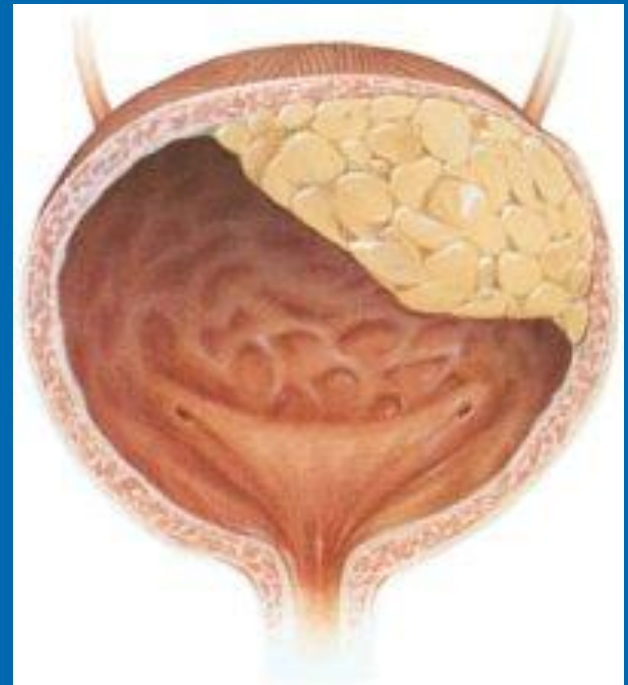
Эффект длительного курения заключается в стимуляции секреции соляной кислоты в желудке, разъедающей защитный слой в его полости. Ноющая или жгучая боль между грудиной и пупком — самый частый симптом, возникающий после еды и рано утром. Боль может длиться от нескольких минут до нескольких часов; бывает, что боль облегчают еда или антацидные средства. Курение замедляет заживление язв и способствует их повторному возникновению.



# Рак мочевого пузыря

## Симптомы:

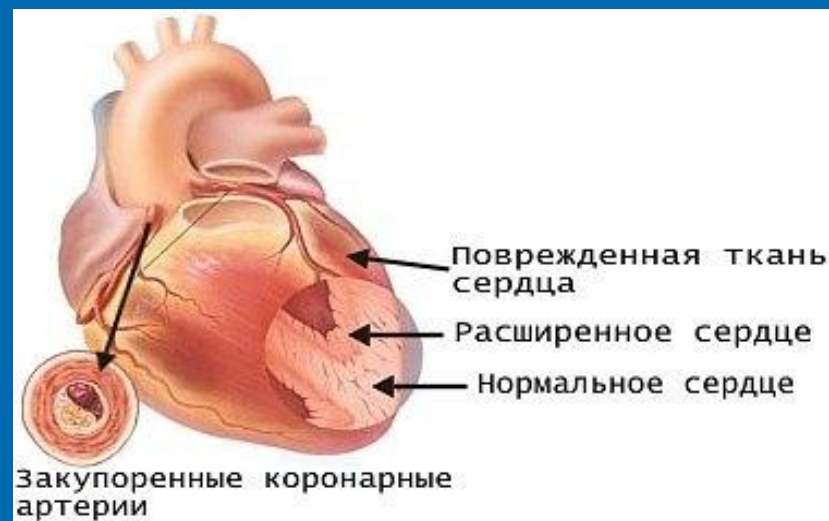
Кровь в моче,  
боль в области таза,  
затрудненное мочеиспускание. Рак  
мочевого пузыря встречается в  
основном у курильщиков старше 40  
лет. У мужчин риск в 4 раза выше,  
чем у женщин. Самый частый ранний  
симптом — появление крови в моче  
без боли или дискомфорта.



# Болезни сердца

Курение — основная причина поражения коронарных артерий, что может приводить к инфаркту миокарда.

У курильщиков повышен риск атеросклероза (закупорки артерий) и других изменений, поражающих сердечно-сосудистую систему. Курение само по себе повышает риск заболеваний коронарных артерий, а в сочетании с другими факторами эти заболевания становятся еще более вероятными. Никотин и окись углерода, содержащиеся в табачном дыме, нарушают поступление кислорода в кровь и по разным механизмам вызывают поражение сердца и сосудов.



# Факторы риска и беременность

Курение во время беременности - важная причина развития заболеваний, как у матери, так и у плода.

Кроме того, существенно возрастает риск развития серьезных осложнений протекания беременности.

Также курение является основной предотвратимой причиной гибели плода и заболеваний новорожденных.





*«Не все же  
разглаголь  
ствовать  
о том,  
каким  
должен  
быть  
человек,  
пора и  
стать им»*

*Аврелий Марк.*



# Уважаемые ребята!

- Подумайте, какой вред может оказать курение на растущий организм, организм беременной и кормящей женщины и сделайте вывод:

**МОЖЕТ БЫТЬ, НЕ СТОИТ ДАЖЕ  
ПРОБОВАТЬ!**

