

**Мы никогда не стали
бы совершать глупых
поступков, потому что
плата за них бывает
порой слишком
высокой...**

*Работа Мамедовой Людмилы и
Угловой Ольги*

К глупым поступкам мы относим вредные привычки, к которым можно приучиться в школьном возрасте:

- Курение
- Алкоголизм
- Токсикомания
- Наркомания



В наше время курение просто захлестнуло страну. Оно стало явлением массовым. Быстро растёт число курящих в молодёжной среде.

Безусловно, курить вредно всем.



Это общепризнанная истина и чтобы в этом ещё раз убедиться, *старшеклассники нашей школы нашли некоторые любопытные факты и ответы на интересующие их вопросы.*

Факты



- Дата первого знакомства европейцев с табаком - 12 октября 1492 г. (Дата открытия Америки Христофором Колумбом).
- В настоящее время до 60% мужчин и 20% женщин – жителей Земли – систематически курят. Закурить первую в жизни сигарету некоторые ребята пробуют уже в 10-14 лет, а кто-то и раньше.



Факты



В прошлом для запрета курения принимались очень строгие меры, например:

- испанская королева Изабелла Первая прокляла курение;
- царь Михаил Федорович Романов приказал отрезать нос каждому, кто курит или давать 60 ударов по стопам;
- турецкий султан Мурад IV запретил курение под страхом смертной казни;



- Англия, Елизавета I приравнивала курильщиков к ворам, их водили по улице с веревкой на шее;
- в Италии табак был объявлен "Забавой дьявола". Римские папы предлагали курящих отлучать от церкви.

Вопрос - ответ



Что такое «Пассивное курение»?

«Пассивное курение» - это вынужденное вдыхание некурящим человеком табачного дыма, присутствующего в накуренном помещении.

Какие вредные вещества содержатся в табачном дыме?

Известно более 30 наиболее угрожающих здоровью вредных вещества табачного дыма:

сероводород, аммиак, азот, никотин, угарный газ, канцерогенные вещества.



Вопрос - ответ



Почему говорят «от курения тупеешь»?

- При курении в кровь поступает большое количество угарного газа, который образует с гемоглобином карбоксигемоглобин - стойкое соединение, которое не участвует в транспорте кислорода, вследствие чего наступает кислородное голодание мозга. Кровеносные сосуды постепенно становятся менее эластичными, а просвет их сужается. Всё это снижает питание головного мозга. **На заучивание уроков курильщик тратит на 2 часа больше, чем некурящий.**

Вопрос - ответ



Как действует никотин на организм?

- Никотин относится к нервным ядам, в малых дозах он возбуждает нервные клетки, способствует учащению дыхания и сердцебиения. В норме пульс 65-70 ударов в минуту, после выкуренной сигареты он

увеличивается на 10-20 ударов. В больших дозах никотин тормозит, а затем и парализует деятельность клеток ЦНС.



Вопрос - ответ



Какой газ вдыхает человек при курении?

При курении человек вдыхает тот же ядовитый газ, что содержится в выхлопных газах автомобильного двигателя, это угарный газ. Он, соединяясь с красными кровяными тельцами, уменьшает количество кислорода, переносимого кровью.

Какой витамин, необходимый для организма, разрушается при курении?

- Витамин С, для его восполнения после выкуривания 20 сигарет необходимо съесть 4 кг апельсинов.



Вопрос - ответ



В чем сказывается вред курения на работе легких?

Они не могут полноценно выполнить свою основную функцию - вдох и выдох, т.к. при сгорании образуется деготь, который, в конечном счете, оседает в легких и они становятся менее эластичными. **У курильщика, выкуривающего 1 пачку в день, через легкие проходит до 1 л дегтя за курения.**



Также от последствий курения страдает сердце, т.к. никотин вызывает кислородное голодание сердечной мышцы, повышение кровяного давления.

Пословицы и поговорки о вреде курения

Лучше знаться с дураком, чем с табаком.

Кто курит табак, тот сам себе враг.

Если хочешь долго жить, брось курить





Мы убедились, что курение - это вредная привычка, она стара, как мир.

Не уступает ей по древности и другой порок - **ПЬЯНСТВО**, которое принесло немало горя людям во всем мире.

Наши старшеклассники постарались привести как можно больше аргументов, убеждающих в разрушительном воздействии алкоголя на организм человека.



Факты



По данным американской статистики, одна из десяти смертей является следствием употребления алкоголя. **А в России, по некоторым данным, страдает от алкоголя каждый шестой житель, по официальным - каждый пятнадцатый.** Средняя продолжительность их жизни - пятьдесят один год, но они могут умереть и в тридцать пять.



Причина смерти:
рак - 13%;
поражение мозга - 6%;
несчастные случаи - 10%;
насильственная смерть - 7%.

Факты



- Злоупотребление алкоголем является одной из причин высокой смертности населения нашей страны.
- Алкоголь приводит к циррозу печени, изменению внутренних органов, нарушению функций мозга и нервной системы, ухудшению памяти, общей деградации личности.



- Алкоголь укорачивает жизнь в среднем на 17 лет, ослабляя не только тело, но и разрушая личность.

Факты



- Больше всего от пьянства страдают дети!
- В пьющих семьях очень часто дети рождаются мёртвыми или недоразвитыми и больными.
- Если в семье пьющий - это трагедия всей семьи.
- Корякский автономный округ, вошедший недавно в состав Камчатского края. Средняя продолжительность жизни там составляла чуть более 30 лет. Причиной тому - беспробудное пьянство всего населения округа, включая и детей. К 6-8 годам дети становились алкоголиками.



Вопрос - ответ



Почему всё большее количество людей употребляют спиртные напитки?

Этому есть как объективные так и субъективные причины.

Как же помочь людям выбраться из этого жизненного тупика?



На наш взгляд, нужна государственная программа.

Мы собрали пословицы и поговорки о пьянстве.



- Только бы пить, да гулять, да дела не знать.
- Работа денежку копит, хмель денежку топит.
- Выпивши пиво - да тестя в рыло.
- Запьём, так избу запрём; а что в избе, в кабаке снесём.
- Пьём да посуду бьём.
- Напился, как сапожник.
- Лыка не вяжет. Будто язык в киселе.
- Как стелька пьян.
- Сам себя не видит.
- Допился до чёртиков.
- Пьяный, что малый: что на уме, то на языке.

Факты



Аэрозоли, химические очистители, растворители, средства для уничтожения насекомых - такие простые и привычные в быту средства в настоящее время вышли на третье место по потреблению среди подростков, уступая лишь алкоголю и табаку.

Факты



- Эти средства лишь на первый взгляд кажутся безобидными и подростки не подозревают, что они разрушают мозг, внутренние органы.
- Трое из десяти, попробовавших "нюхнуть", умирают сразу же. К тому же "нюхачество" - это не "своего рода наркомания", а настоящая наркомания.



Помните, организм человека хоть и способен смиряться с небольшими дозами яда, рано или поздно "ломается".

Факты

Перед вами письмо одной девушки, прочитайте его..

- «Мы были в компании, и один парень принёс несколько флаконов специального очистителя:

он работал в кинотеатре и использовал это средство для удаления жевательной резинки с пола и сидений. Всем было ужасно интересно, потому, что этого никто не «нюхал». Сначала я отказалась, а мне говорили, что это «круто», что я обязательно должна попробовать. **И я сдалась.** Я никогда раньше не употребляла наркотики, и то, что я ощутила, меня потрясло. Я будто взлетела высоко-высоко, и звуки тоже доносились как бы издалека. Ощущение потрясающее, но оно быстро проходит: «кайф» длится не больше 20 секунд, после чего надо вдохнуть новую порцию. **Я не могла остановиться, хотелось ещё и ещё.** В тот вечер мы прикончили четыре флакона очистителя».

Вопрос - ответ



Какие меры наказания предусматривает УК РФ к тем лицам, кто употребляет или незаконно изготавливает, приобретает, хранит, перевозит, пересылает или сбывает наркотические средства или психотропные вещества?



Досье



Статья 902 "Применение принудительных мер медико-педагогического характера к несовершеннолетним осуждённым, страдающим алкоголизмом или наркоманией /токсикоманией/".

- 1. Несовершеннолетний, совершивший преступление небольшой или средней тяжести в силу наркотической или токсической зависимости, может быть освобождён от уголовной ответственности, если будет признано, что его исправление может быть достигнуто путём применения принудительных мер медико-педагогического воздействия.
- 2. Суд может постановить о направлении на обязательное лечение лица, совершившего преступление, в возрасте от 16 до 18 лет сроком от шести месяцев до трех лет. Эта мера применяется только в том случае, если суд пришел к выводу о том, что несовершеннолетнему требуется лечение. Такое лечение может осуществляться в закрытом медицинском учреждении или амбулаторно."
- Статья 99 УК РФ часть 5:** " д) обязательное лечение в закрытом медицинском учреждении осуждённых, имеющих склонность к злоупотреблению алкоголем;е) обязательное лечение осуждённых, страдающих алкоголизмом, наркоманией (токсикоманией), в закрытом учреждении либо амбулаторно".



- Статья 104 УК РФ часть 5:** "При назначении обязательного лечения от алкоголизма, наркомании (токсикомании) суд может возложить на лицо, проходящее лечение от алкоголизма, наркомании (токсикомании), обязанность проходить один раз в месяц проверку на содержание алкоголя, наркотиков (токсинов) в крови".



- Наркомания - особо опасная болезнь, которая развивается в процессе употребления тех или иных наркотиков.

- Наркоман практически всегда находится в зависимости от наркотика. Он приносит вред не только себе, но и окружающим. Больше всего страдают близкие люди. Апатия, равнодушие, подчинённость всего и вся только одному божееству - Его Величеству Наркотику.



- Именно наркоманы чаще всего заболевают СПИДом.

Факты



- 1987 год - выявлен первый случай заболевания ВИЧ в РФ
- 2000 год - зарегистрировано 87 000 ВИЧ-инфицированных больных
- 2006 год - 354 446 зарегистрированных больных.
- С 1997 года количество больных в России увеличилось более чем 500%.
- Вашингтонский центр стратегии и международных исследований утверждает, что при таких темпах к 2015 году от СПИДа может погибнуть от 5 до 10 миллионов человек. В России высокими темпами происходит распространение ВИЧ-инфекции.

- По оценкам некоторых российских и западных экспертов, ныне в России от 800 тысяч до 1.5 миллионов человек живут с ВИЧ/СПИДом. Большинство людей инфицируются ВИЧ в трудоспособном возрасте (20-49 лет).



Мы хотим сказать: " Никогда не прикасайтесь к наркотикам, не употребляйте их!"

- Подумайте, какое горе ждет вас и ваших близких.
- Наркотики запрещены законом. Они опасны для здоровья, губительны - для человека.
- Ведь не зря, наркотики называют "белой смертью".
- Чем раньше человек привыкает к ним, тем быстрее истощается его организм.

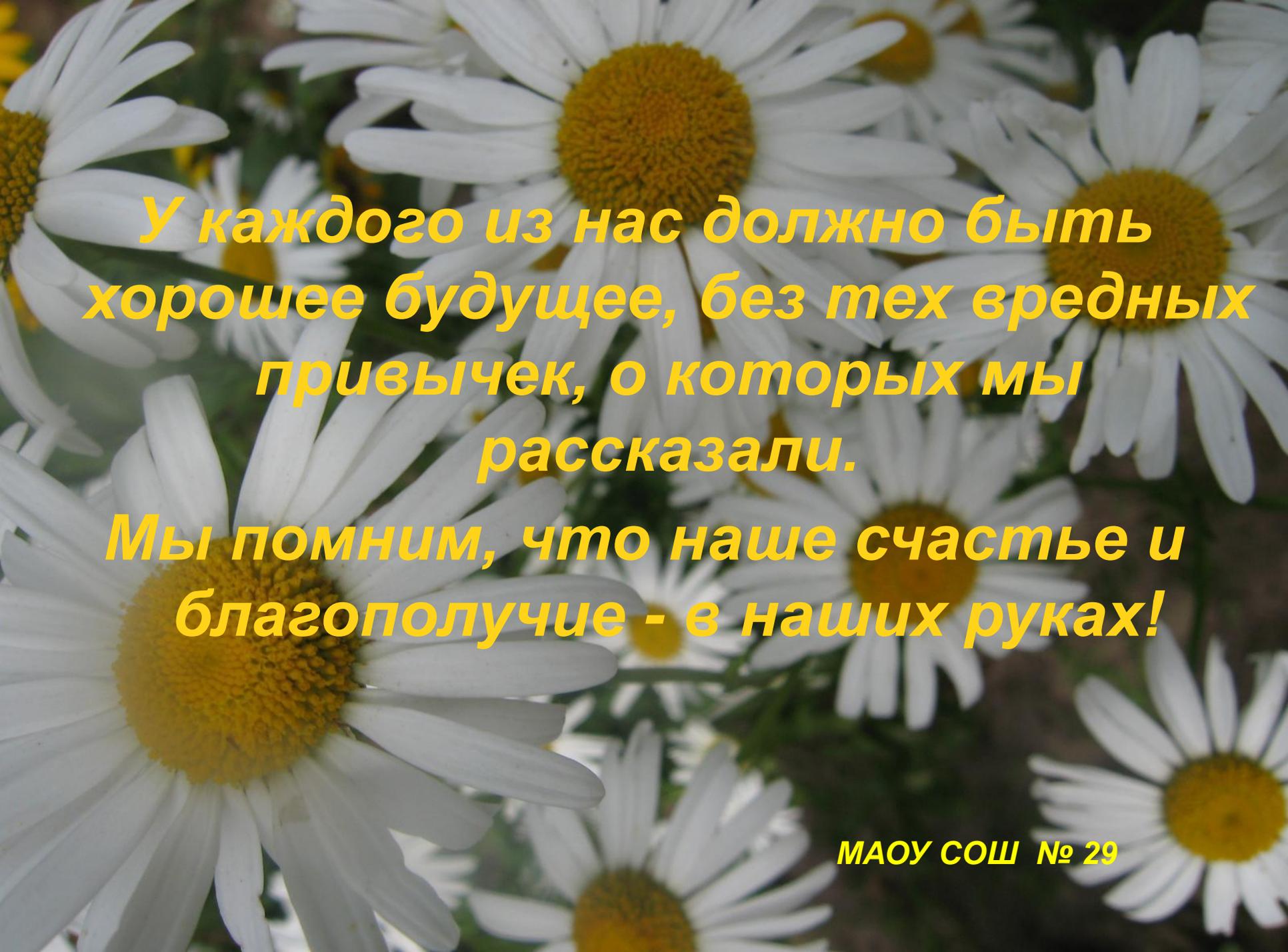


- Хронические наркоманы живут недолго!

Мы хотим сказать: " Никогда не прикасайтесь к наркотикам, не употребляйте их!"

- Всегда говори: " Нет!" и уходи, если кто-то предложит тебе попробовать наркотики.
- И если человек сумел в кампании отказаться от наркотиков, - у него есть сила воли и характер! У него есть будущее!





***У каждого из нас должно быть
хорошее будущее, без тех вредных
привычек, о которых мы
рассказали.***

***Мы помним, что наше счастье и
благополучие - в наших руках!***