

Ожирение вредит здоровью

класса

Работу выполнила: Балабина Наталья

ученица 10

2008г.



Занимайтесь спортом!



Факторы риска

- Курение
- Избыточный вес



**Худеть надо не только ради красоты,
но и прежде всего ради здоровья**



Ожирение - лечение ожирения

Ожирение – это заболевание, победную поступь которого мы наблюдаем с вами каждый день на улицах, на работе, и, к сожалению, в семье, когда вы сами или ваши близкие начинают замечать, что формы тела становятся не такими стройными, как прежде. Самое страшное, что с лишними килограммами на нас наваливаются и такие проблемы, как сахарный диабет, артериальная гипертензия, варикозная болезнь, артрозы суставов, атеросклероз сосудов, и даже онкологические заболевания.



Проблема века

- Сказанное в заголовке – не преувеличение, в развитых странах более половины взрослого населения имеют лишний вес, причём около трети страдают от ожирения. С каждым годом ситуация все более ухудшается, ожирение <<молодеет>>, становится проблемой не только взрослых, но также детей и подростков. По мнению экспертов всемирной организации здравоохранения, распространения ожирения на планете уже достигло масштабов эпидемии.



Спорт в нашей школе

