

# *Курение: мифы и реальность*



Всякий курящий должен знать и  
помнить, что он отправляет не  
только себя, но и других.

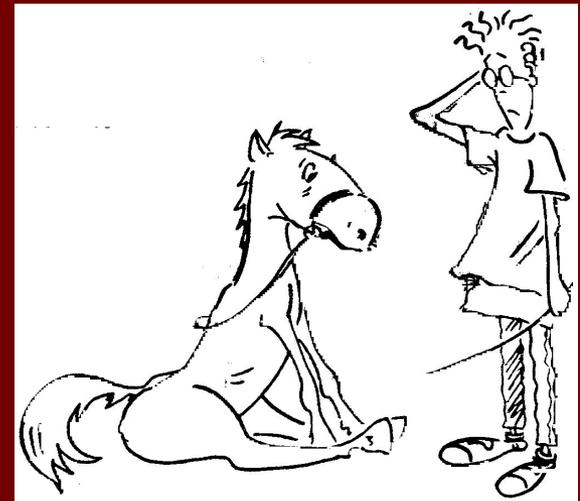
Н.А. Семашко

- Сколько детей и подростков курит?  
(Больше половины или меньше половины?)

- 11.4%

Какой процент  
взрослых курит?

30.8%



# Игра

## «Незаконченное предложение...»

- Курение – это...
- Сигарета в руке – это...
- Не курить – это значит не ...
- Для того чтобы бросить курить, нужно...
- В моей семье курит лишь...
- Курение в нашей семье – это...
- Курение дает мне возможность...

# Какой вред приносит сигарета?

- Рак легких, бронхит, заболевание сердца.
- Неровное дыхание, трудность в запоминании, непривлекательность курильщика
- Сигареты при горении выделяют ядовитые вещества – смолы, никотин, угарный газ.
- Каждая выкуренная сигарета уносит 5 мин жизни.

# Здоровые легкие



# Легкие курильщика











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

CIGARETTES

# Brand



**Smoking**  
causes fatal lung cancer

CIGARETTES

# Brand



Smoke contains **benzene**,  
**nitrosamines**, **formaldehyde**  
and **hydrogen cyanide**

CIGARETTES

# Brand



Smoking  
can cause  
a slow  
and painful  
death

# Курение — это ...

- Яд, вред, причина рака, смерть, никотин, засоряются легкие, причина смертельных заболеваний, бомба замедленного действия, разрушение легких, наркотики, знак плохого здоровья...

# Сигарета в руке – это...

- Ужас, смерть, неприятно, большой вред, хулиганство, знак плохого поведения, заражает наш организм, заражает всех кто стоит рядом, показатель крутости, это жизнь на 5 минут меньше ...

# Не курить – это значит не...

- Не болеть, не вредить своему здоровью, долго жить, не портить здоровью...

## В моей семье курит лишь...

Папа, никто, старший брат, дедушка,  
папа и мама, отчим...

# **Для того, чтобы бросить курить, нужно...**

- Не брать сигареты, не захотеть, иметь силу воли, есть конфеты, сосать конфеты, не курить, заниматься спортом, есть фрукты, обратиться к врачу  
...**

# **Курение в нашей семье – ЭТО...**

- Вред нам всем, вонь дома и открытые двери, яд для детей и трата денег, трудный запах, отравление человека, позор и ...**

# Курение дает мне возможность...

- не знаю, потому что не курю;
- ничего не дает;
- кажусь как бы взрослее;
- расслабиться.



# Вывод:

- Люди переоценивают количество курящих. Некурящих большинство.
- Сигареты не являются магическим средством и не имеют всех тех эффектов, которые им приписываются.
- Существует множество немедленных и отсроченных влияний курения на организм.



NIKOLAZ