

Здоровь





# Не упусти свое

## здоровье!!!

*За последние годы вдвое увеличилось число нездоровых детей*

- У 50% детей заболевания органов пищеварения
- У 40% ослаблена бронхо-лёгочная система
- Дисбактериоз практически у 100% детей
- Каждая 4-я девочка не способна к репродуктивной функции
- Об остеохондрозе дети знают в 15 и 7 лет
- Заболевания щитовидной железы в 3-5 лет
- Растёт число онкобольных среди детей

***Дети страдают болезнями стариков. Болезни омолаживаются. Стремительно снижается продолжительность жизни***

# Причины заболеваний

Наследственность — 1%

Экология — 20%

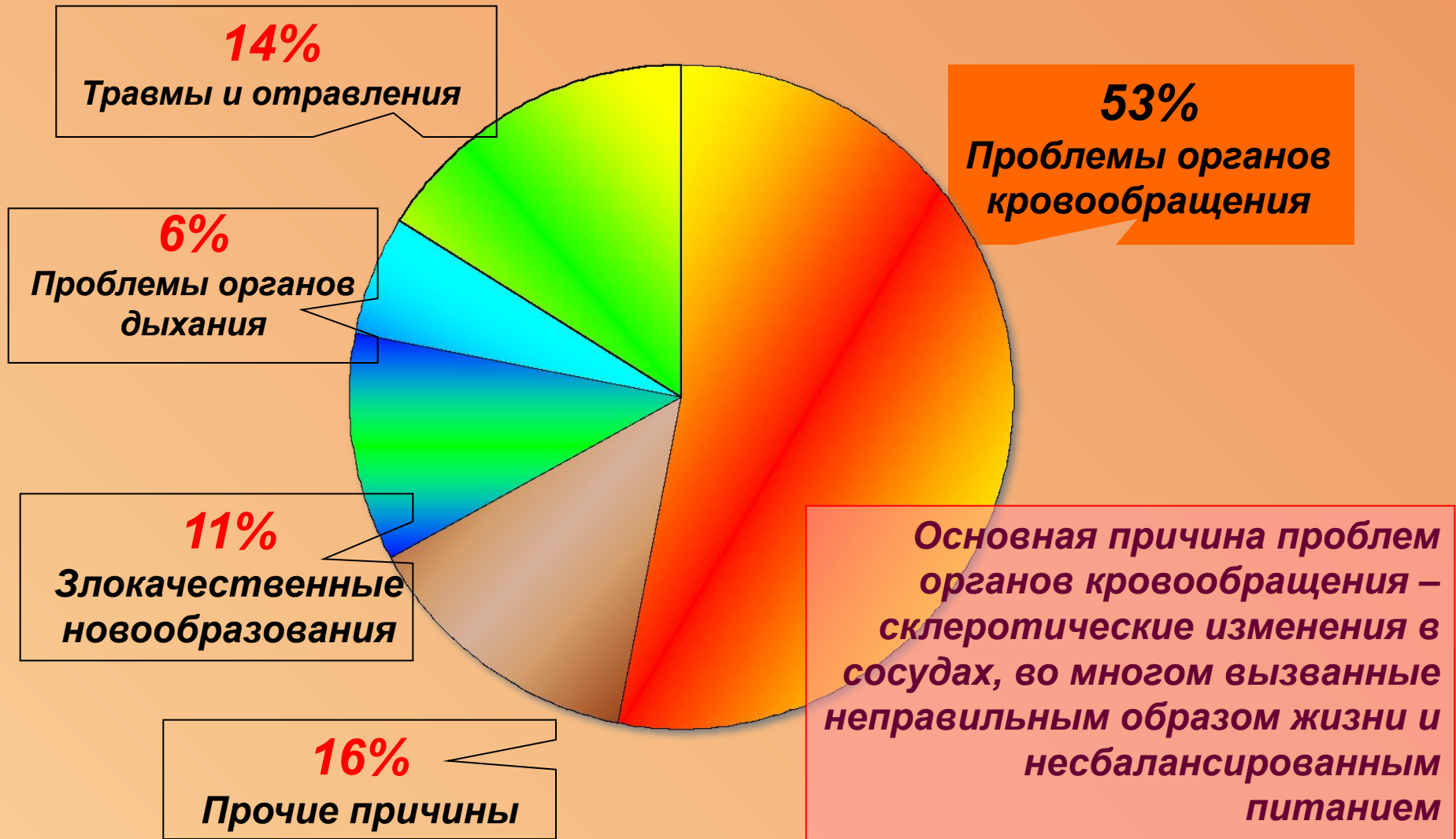
Мед. Обслуживание — 5%

Стрессы — 4%

**Питание — 70%**

(несбалансированное, рафинированное, с содержанием различных **вредных добавок** и **дефицитом полезных веществ**: витаминов, элементов, микроэлементов, незаменимых аминокислот и др)

# По обобщенным данным, за последние годы структура общей смертности в России составила:



# ОДОРОВ



Наследственность

Питание

Экология

Вредные привычки

Здравоохранение

# ОД ДОРОВЬ



Наследственность

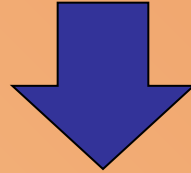
Питание

Экология

Вредные привычки

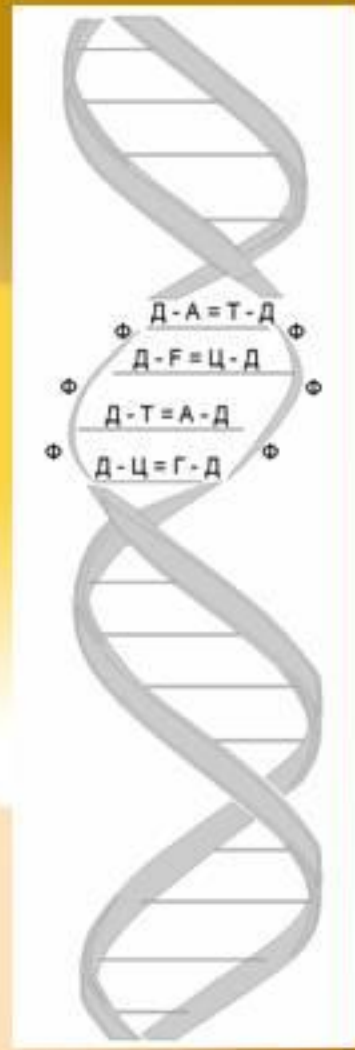
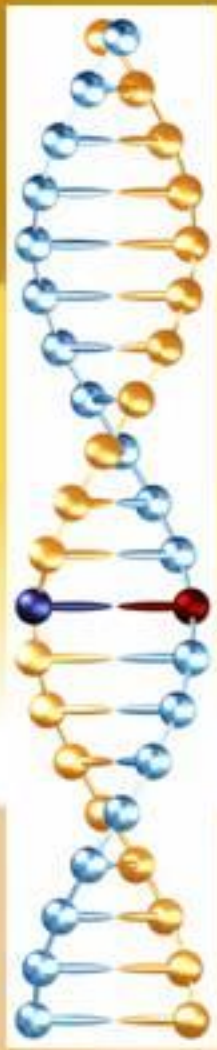
Здравоохранение

# Наследственность

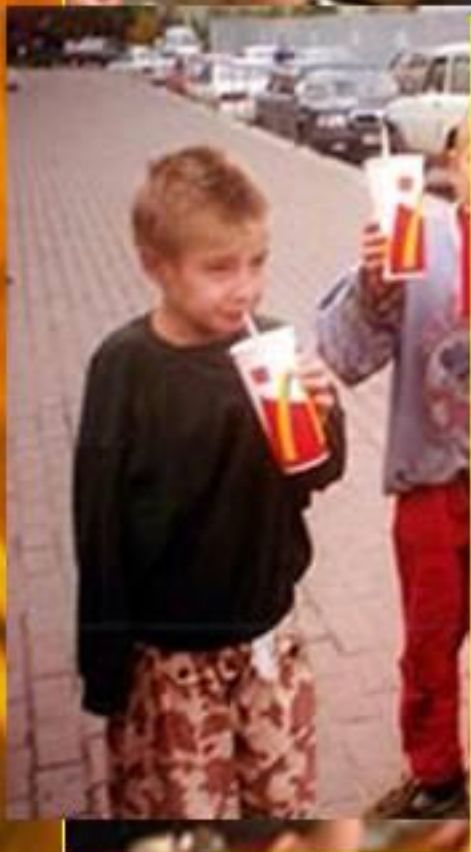



присущее всем организмам свойство повторять в ряду поколений одинаковые признаки и особенности развития; обусловлено передачей в процессе размножения от одного поколения к другому материальных структур клетки, содержащих программы развития из них новых особей.





# ПИТАНИЕ



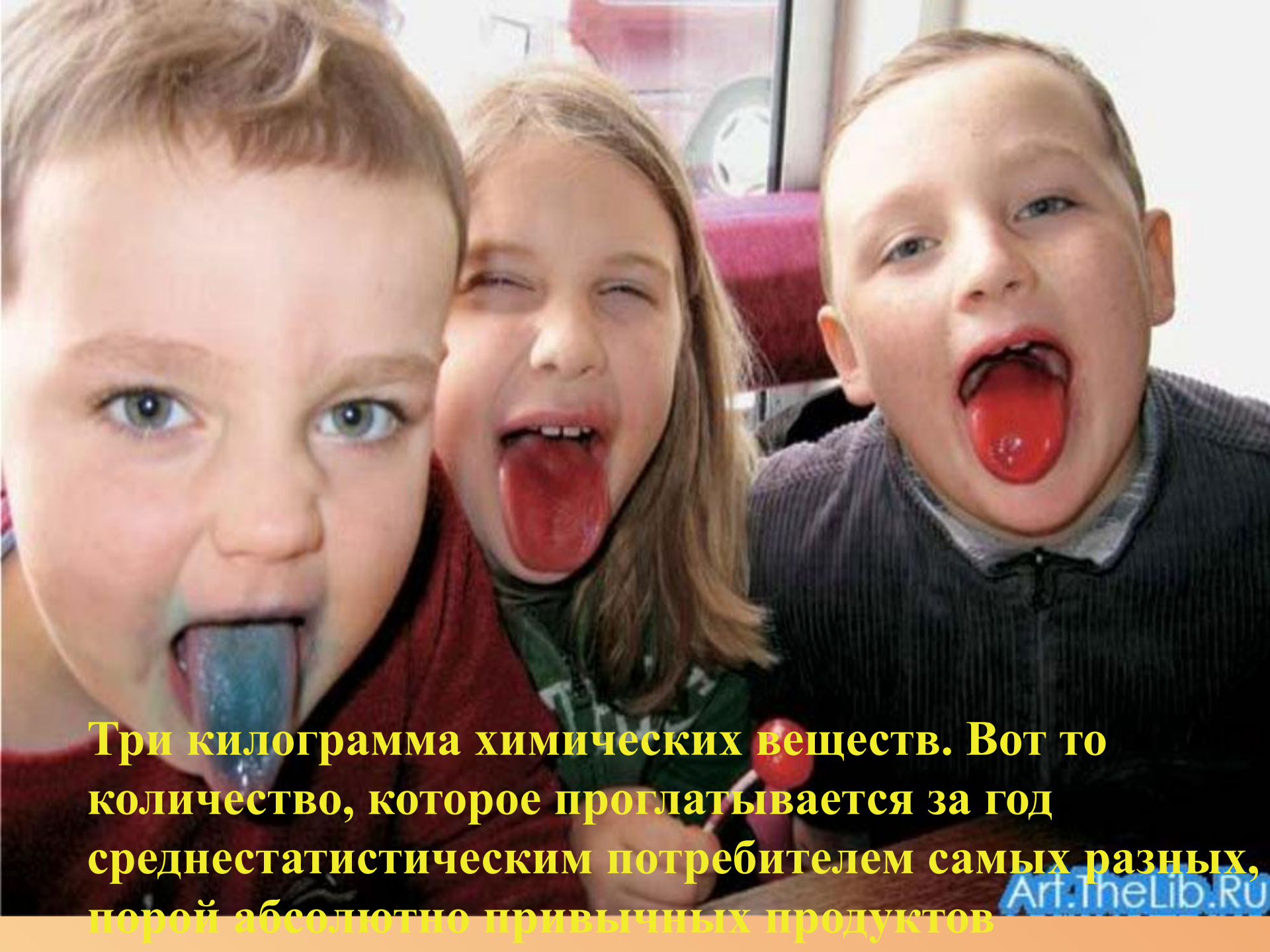
A baby is sitting in a field of pink and white flowers. The baby is wearing a crown made of white flowers and has its tongue sticking out. The baby is holding its hands near its mouth. The background is a dense field of pink and white flowers.

**«Человек рождается  
здоровым, а все болезни к  
нему приходят через  
продукты питания»**

**А ЧТО ВЫ  
ЕДИТЕ КАЖДЫЙ  
ДЕНЬ ?**



**Доказано, что ежедневно человек должен получать с питанием более 600 элементов, а получает только около 250. Следствием этого является постоянный голод каждой клетки организма.**



**Три килограмма химических веществ. Вот то количество, которое проглатывается за год среднестатистическим потребителем самых разных, порой абсолютно привычных продуктов**

# Осторожно - еда!

Режиссер

Ольга Севостьянова

Фильм 1

Фильм 2



2008

# E-стандарты

Своим обозначением — "E" — эти добавки обязаны Европейской комиссии по добавкам (JECFA). Она информирует покупателя о том, какие химические соединения присутствуют в продукте.

"E" — это Европа, а следующий трех- или четырехзначное число — закодированное соединение

**-красители (E100-E182)** — усиливают или восстанавливают цвет продукта;

**- консерванты (E200-E299)** — повышают срок хранения продуктов,;

**-антиокислители (E300-E399)** — защищают от окисления,

**-стабилизаторы и загустители (E400-E499)** — сохраняют заданную консистенцию и повышают вязкость соответственно;

**- эмульгаторы (E500-E599)** — создают однородную смесь несмешиваемых веществ;

**- усилители вкуса и запаха (E600-E699);**



**- пеногасители (E900-E999)** — предупреждают или снижают образование пены;

**- группа E1000 и выше – глазирующие агенты, а также подсластители, разрыхлители и другие**



# Е-добавки,

## запрещенные на территории России

**E121** — краситель цитрусовый красный; **E123** — краситель красный амарант;  
**E240** — консервант формальдегид; **E116-117** — консерванты, активно  
использующиеся при производстве кондитерских и мясных изделий; **E924a и**  
**E924б** — так называемые «улучшители муки и хлеба».

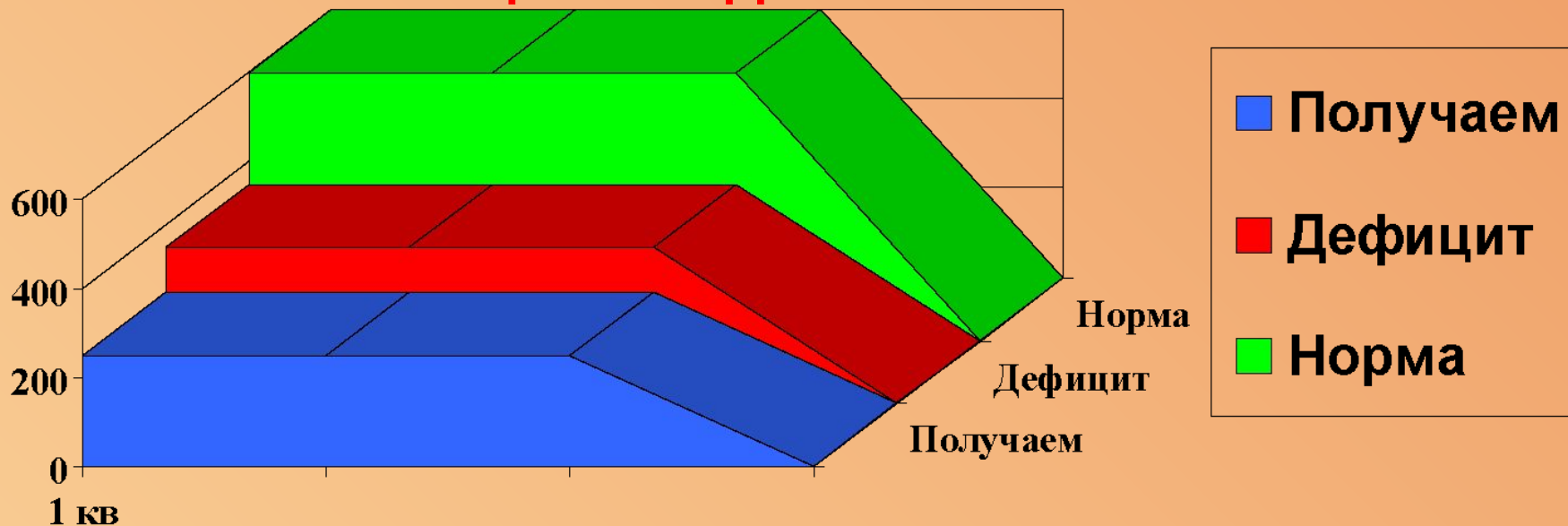
Кроме них запрещены также: **E103, E107, E125, E127, E128,**  
**E213-219, E140, E153-155, E166, E173–175, E180, E182, E209,**  
**E213–219, E225–228, E230–233, E237, E238, E240, E241, E252,**  
**E253, E264, E281–283, E302, E303, E305, E308–314, E317, E318,**  
**E323–325, E328, E329, E343–345, E349, E350–352, E355–357, E359,**  
**E365–368, E370, E375, E381, E384, E387–390, E399, E403, E408,**  
**E409, E418, E419, E429–436, E441–444, E446, E462, E463, E465,**  
**E467, E474, E476–480, E482–489, E491–496, E505, E512, E519–523,**  
**E535, E537, E538, E541, E542, E550, E552, E554–557, E559, E560,**  
**E574, E576, E577, E579, E580, E622–625, E628, E629, E632–635,**  
**E640, E641, E906, E908–911, E913, E916–919, E922–926, E929,**  
**E942–946, E957, E959, E1000, E1001, E1105, E1503, E1521.**

# Баланс питательных веществ.

Ежедневная норма - 600 питательных веществ в день.

Ежедневно получаем - 250 питательных веществ в день

Ежедневный дефицит - 350 питательных веществ в день.



# Последствия дефицита ПОЛЕЗНЫХ ВЕЩЕСТВ

**НАРУШЕНИЕ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ**



**ЗАГРЯЗНЕНИЕ ОРГАНИЗМА  
ПРОДУКТАМИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**



**СНИЖЕНИЕ ИММУНИТЕТА**



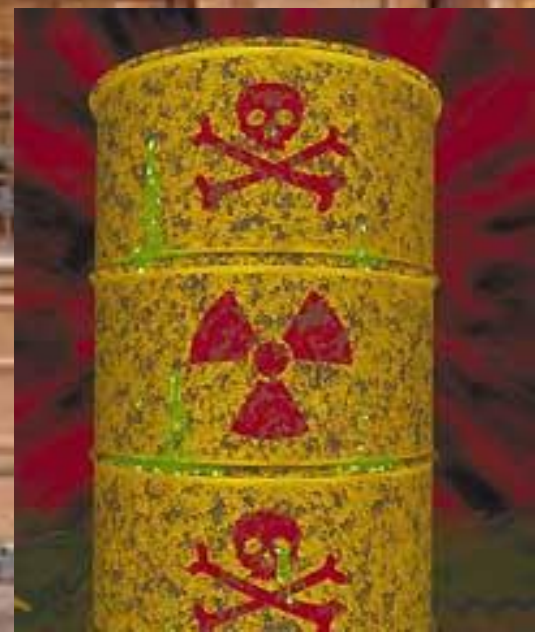
**ЗАБОЛЕВАНИЕ ОРГАНОВ И СИСТЕМ**



**МУТАЦИИ КЛЕТОК**



# ЭКОЛОГИЯ



# ЭКОЛОГИЯ

Экологические факторы  
окружающая среда

Экология помещений

Экологическое сознание

# Окружающая среда



Вода

Воздух

Промышленность



# ВОДА



# Вода

Значение воды для человека

Запасы воды на Земле и пути

уменьшения сводного «голода»

Вода и здоровье





Photo (c) Serge Bikhunenko, 1997

**ВОЗДУХ**



# Воздух

- Значение свойств воздуха
- Комплексное действие воздушной среды на организм
- Влияние загрязнения атмосферного воздуха на  
здоровье населения и санитарные условия  
жизни в городах.





# Промышленность

Промышленное производство и  
качество окружающей среды

Химическое загрязнение среды  
промышленностью

Загрязнение окружающей среды  
СВИНЦОМ

Загрязнение моря нефтью и  
нефтепродуктами



# ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

- КУРЕНИЕ
- АЛКОГОЛИЗМ
- НАРКОМАНИЯ





**АЦЕТАЛДЕГИД**  
(раздражитель дыхательных путей)

**АКРОЛЕН**  
(раздражитель дыхательных путей)

**АЦЕТОН**  
(растворитель)

**АМИНОНАФТАЛИН** ☒

**МЕТАНОЛ**  
(ракетное топливо)

**ПИРЕН** ☒

**ДИМЕТИЛНИТРОСАМИН**

**НАФТАЛИН**  
(средство против моли)

**НИКОТИН**  
(гербицид, пестицид)

**КАДМИЙ** ☒

**ОДНООКИСЬ УГЛЕРОДА**  
(заключенные газы)

**БЕНЗОПИРЕН** ☒

**ВИНИЛХЛОРИД** ☒  
(используется для производства пластика, смонжонне либридо)

**РТУТЬ** ☒  
(термометр)



**СИНИЛЬНАЯ КИСЛОТА** ☒  
(использовалась в газовых печах)

**АМИНОТОЛУОЛ** ☒

**АММИАК**  
(детергент)

**УРЕТАН** ☒

**ТОЛУОЛ**  
(промышленный растворитель)

**МЫШЬЯК** ☒  
(смазочный ад)

**ДИБЕНАКРИДИН** ☒

**ФЕНОЛ**

**БУТАН**

**ПОЛОНИЙ 210** ☒  
(радиоактивный элемент)

**СТИРОЛ**

**ДДТ**  
(инсектицид)

**СМОЛЫ** ☒  
(смазочные канцерогены)

**СВИНЕЦ**  
(бензин и выхлопные газы)



# здравоохранение

- ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА
- ФАРМОКОЛОГИЯ
- ВИТАМИНЫ





Сведения о разработчике:

Абашина Анна Юрьевна,

г. Орел, МОУ средняя школа №37, 11 «Б» класс

Руководители проекта: Кучинова Валентина Николаевна,  
Петрушина Наталья Егоровна

## Библиографический список

## Ресурсы Сети Интернет