



Вред курения для подростков



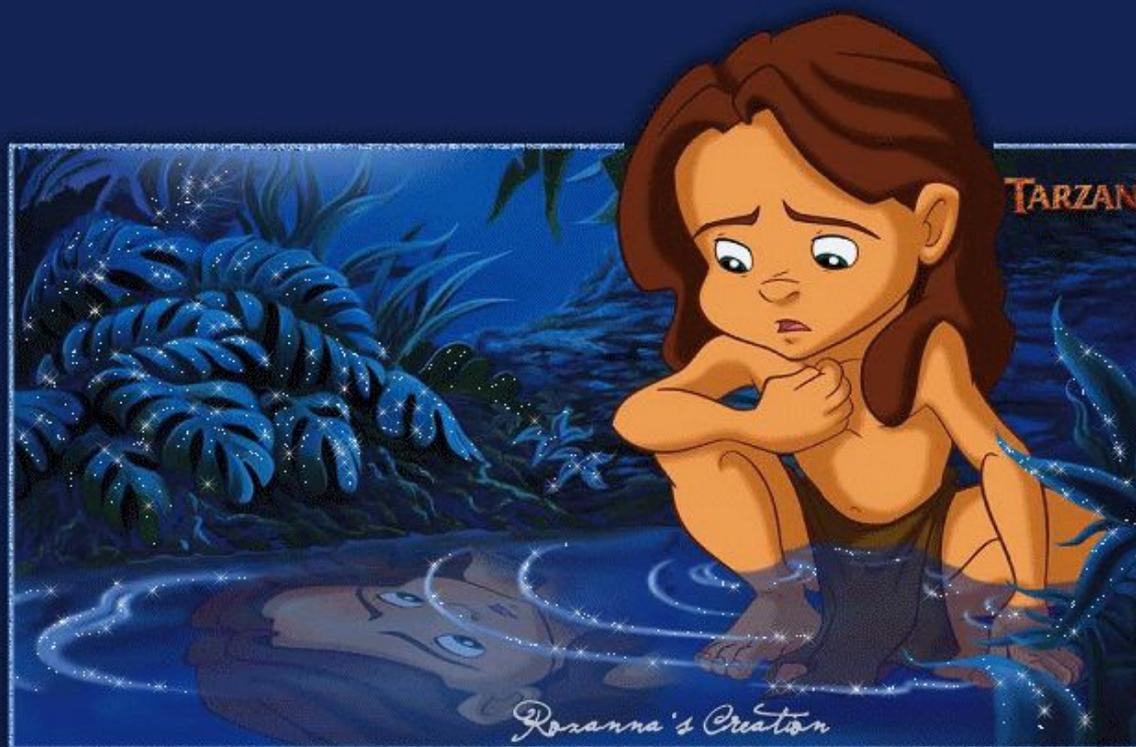
История

- Курение не всегда было привычкой в России...
- До XVI века табак произрастал только в Северной и Южной Америке





Вред курения



Если ребенок живет в квартире, где один из членов семьи выкуривает 1-2 пачки сигарет, то у ребенка обнаруживается в моче количество никотина, соответствующее 2-3 сигаретам.

Ядовитые вещества дыма

□ Более **90%** основного потока состоит из **350-500** газообразных компонентов, особо вредоносными из которых являются окись и двуокись углерода. Остальную часть основного потока представляют твердые микрочастицы, включающие различные токсические соединения. Содержание некоторых из них в дыме одной сигареты следующее: окись углерода - 10-23 мг, аммиак - 50-130 мг, фенол - 60-100 мг, ацетон - 100-250 мкг, окись азота - 500-600 мкг, цианистый водород - 400-500 мкг, радиоактивный полоний - 0.03-1.0 .





Влияние табака на организм человека

□ Никотин - алкалоид, содержащийся в листьях и стеблях табака. При курении вдыхается с дымом, через легкие попадает в кровяное русло и через несколько секунд попадает в центральную нервную систему. В организме человека обнаружены специфические рецепторы, воспринимающие эндогенный (вырабатываемый в организме в микроколичествах) и экзогенный (курительного-дымовой) никотин. При воздействии на специфические рецепторы никотин проявляет свои наркотические свойства, при неоднократном курении вызывает табачную зависимость.



ПОДУМАЙ!!!

Может лучше побольше?!

Влияние никотина на организм

- Результат воздействия никотина на организм - повышение кровяного давления, тахикардия, могут отмечаться экстрасистолия, пароксизмальная тахикардия и приступы стенокардии. Принято считать, что **смертельная для человека доза никотина содержится в 20-25 сигаретах(!)**. Курильщики не умирают от такого или большего числа сигарет лишь потому, что выкуривание их растянуто во времени. Аммиак и табачный деготь (смолы) при сгорании табака попадают в трахею, бронхи и легкие. Аммиак растворяется во влажных слизистых оболочках верхних дыхательных путей, превращаясь в нашатырный спирт, раздражающий слизистую и вызывающий ее повышенную секрецию. Итог постоянного раздражения - **кашель, бронхит, повышенная чувствительность к воспалительным инфекциям и аллергическим заболеваниям**





Табачный дым

- Наряду с самим курильщиком, страдают и "пассивные" курильщики: они получают огромную дозу вредных веществ. Табачные смолы (деготь) проходят через легкие, частично осаждаюсь, в количестве до 1 килограмма в год. Они окрашивают легкие и мокроту в грязно-коричневый цвет. Наряду с балластными в смолах содержится опаснейший канцероген - бензпирена, под воздействием которого курильщики заболевают раком верхних дыхательных путей в 10 раз чаще, чем некурящие.



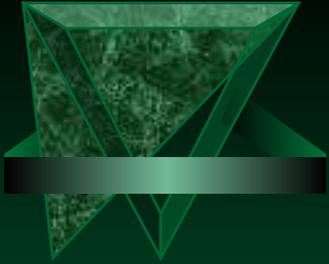


ВРЕД КУРЕНИЯ

Основной поток табачного дыма образуют 35% сгорающей сигареты, 50% уходят в окружающий воздух, составляя дополнительный поток, от 5 до 15% компонентов сгоревшей сигареты остается на фильтре. В дополнительном потоке окиси углерода содержится в 4-5 раз, никотина и смол - в 50, а аммиака - в 45 раз больше, чем в основном!

В окружающую атмосферу курильщика попадает токсических компонентов во много раз больше, чем в организм самого курильщика. По токсичности радиоактивные изотопы табачного дыма превышают никотин.





В организме...

- Человек, выкуривающий пачку сигарет в день, получает дозу радиации, в 3.5 раза большую, чем биологически допустимая; те же 20 сигарет (пачка) в день дают такую же дозу радиации, как 200 рентгеновских снимков. Радиоактивные изотопы имеют коварное свойство накапливаться в организме, в связи с чем радиоактивный фон организма курящего в 30 раз выше, чем у некурящего. При вдыхании табачного дыма радиоактивные частицы оседают глубоко в легких, разносятся током крови по организму, оседая в тканях печени, поджелудочной железы, лимфатических узлах, костном мозге и т.д.

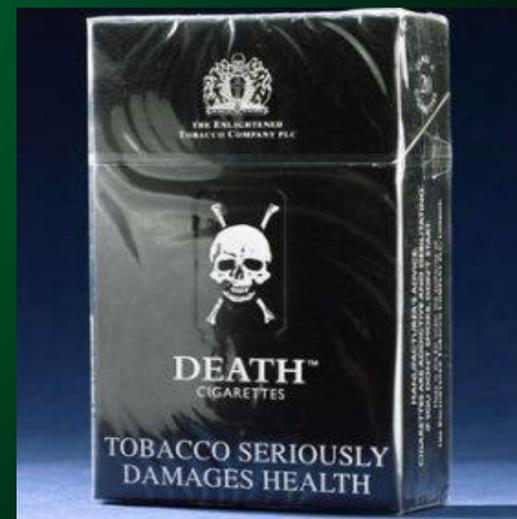


КУРЕНИЕ ИЛИ ЖИЗНЬ ?

- Несмотря на предупреждение Минздрава на пачке сигарет, потребление табака не уменьшается, а неуклонно растет.
- Народная мудрость:

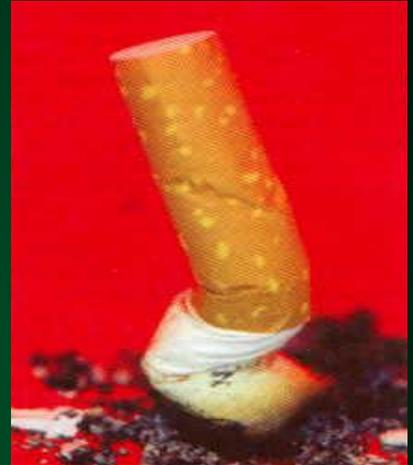
все удовольствия в жизни либо аморальны, либо незаконны, либо вредны для здоровья.

И если уж ты сознательно выбираешь вредное для здоровья удовольствие, то будь готов за него расплатиться.



Вывод: Нет табакокурению !

- Установлено, что систематически курящие школьники жалуются на появление головных болей, бессонницы, раздражительности, на ослабление памяти и другие нервноподобные признаки.
- Активным и «пассивным» курильщикам грозит опасность получить болезнь нервной, дыхательной и других систем организма. Стоит ли человеку рисковать своим здоровьем и сокращать себе жизнь из-за сомнительного удовольствия - табакокурения?
- Все больше разумных людей говорят: **НЕТ!** и вообще не прикасаются к сигаретам или вовремя отказываются от этого порабощающего порока. Последуйте и вы их примеру, если хотите быть физически и психически здоровыми людьми и если вы думаете о здоровье членов вашей семьи, и тех, кто вас окружает.



Полезьа никотина

- Используют никотин и для защиты растений от прожорливых насекомых. Причем алкалоид никотин является очень экологичным инсектицидом, так как довольно быстро разрушается в окружающей среде, не нанося ей существенного ущерба.
- Так что от никотина не только вред, но может быть и польза .



Взрослые!



День (само)защиты детей!

- Дети не хотят курить и быть «пассивными» курильщиками!
- *Дети хотят быть здоровыми!!!*