

"Профилактика вредных привычек у подростков»»

Основные группы токсинов

СМОЛЫ

НИКОТИН

Токсичные газы



Статистические данные курения табака среди школьников

28,2% школьников не курили ни разу в жизни,
28% опрошенных пробовали курить,
42,8% курили более 20 раз в жизни.

Более **30%** школьников курят ежедневно
(от одной и более сигарет в день),
10% ограничиваются «эпизодическим» курением
(одна сигарета не каждый день),
более **58%** школьников не курили
в течение месяца ни разу.



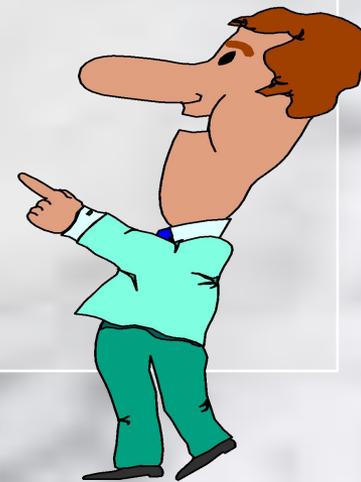
Физическая зависимость от табака



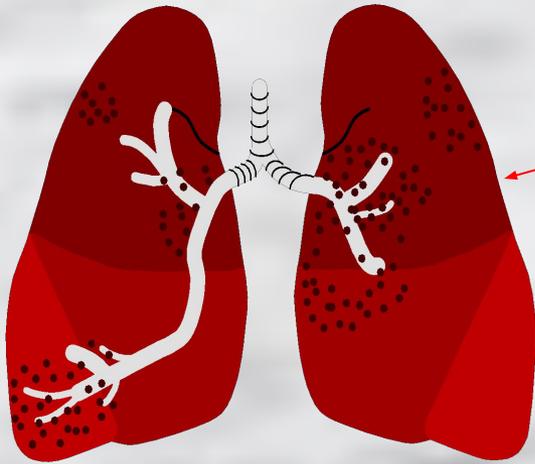
Табак приносит вред телу,
разрушает разум, отупляет
целые нации.

О. Де Бальзак

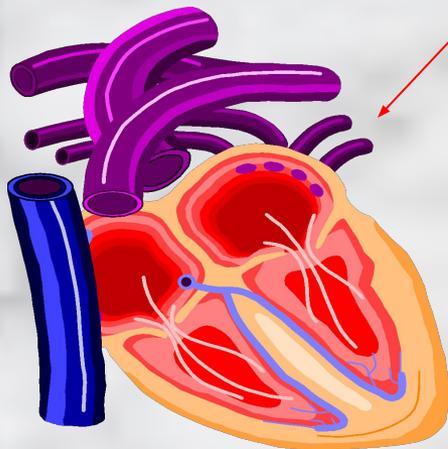
- Охота за возбуждающим действием никотина.
- Курение как способ заполнить смысловые паузы в общении.
- Иллюзорная возможность «быть взрослым».
- Повышенная внушаемость.



Болезни, связанные с курением

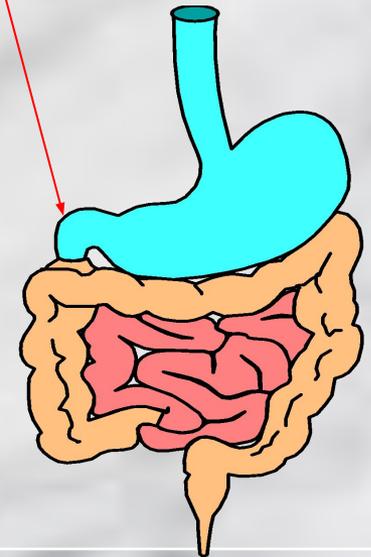


Бронхит,
эмфизит,
рак



Инфаркт

Болезни
желудка и
12-типерстной
кишки



Как помочь человеку бросить курить?

Памятка для родителей

- Родители должны первыми освободиться от курения.
- Родители должны помочь ребенку отвлечься от привычки курить. Как? (Игры, отдых на свежем воздухе, прогулки, беседы - все это способствует отказу от курения.)
- Не назидать, а поддерживать своих детей, утверждать, что все получится, если человек чего-то хочет добиться.
- Не бояться компании своего ребенка, а помогать и его друзьям бороться с соблазном курения.



Помните!

Табакокурение – знак беды!