МОУДербишевская СОШ

• Исследовательская работа на тему: «Здоровье молодежи в современном мире»

Выполнила ученица 11«а» класса Каримова Зилия

Руководитель: учитель обществознания Зинатулина Финия Ханафеевна

Вступление

 Слово «здоровье» является один из самых частых, которые использует человек. Даже приветствие при встречах и расставаниях мы связываем с этим словом: «здравствуйте», «будьте здоровы» и другие. Самый простой ответ гласит, что здоровье - это отсутствие болезней. На продолжительность жизни влияет множество разнообразных факторов, но самое главное, на мой взгляд, это здоровый образ жизни.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

• Здоровье - это бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья, так как это - основное условие и залог полноценной и счастливой жизни.

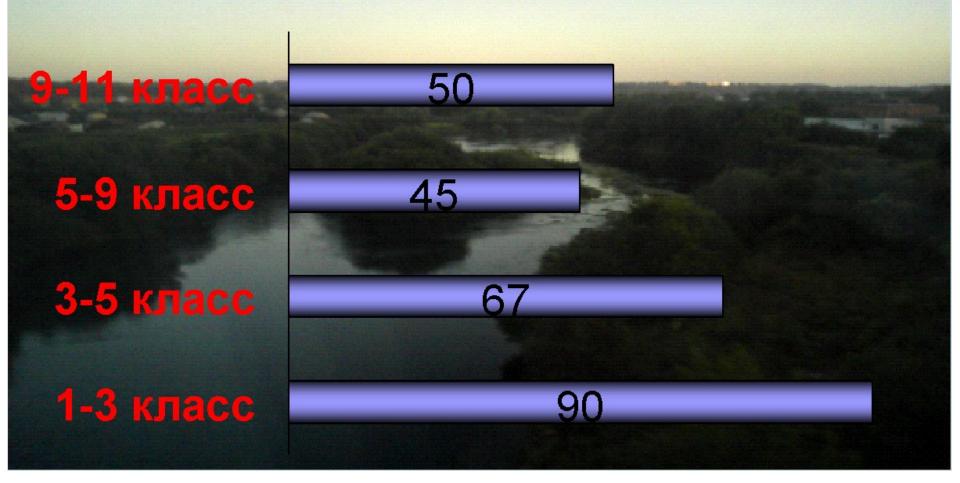
Признаками здоровья являются:

устойчивость к действию повреждающих факторов; показатели роста и развития в пределах среднестатистической нормы; функциональное состояние организма в пределах среднестатистической нормы; наличие резервных возможностей организма; отсутствие какого-либо заболевания или дефектов развития; высокий уровень морально-волевых и ценностно-

высокий уровень морально-волевых и ценностно-мотивационных установок.



ВЕДУТ ЗОЖ МОУ ДЕРБИШЕВСКАЯ СОШ



ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ!

• <u>Приобретение вредных привычек всегда</u> поэтапно:



формирование табачной зависимости или пробы табака.

Затем - алкоголь, причем приоритет отдается пиву, так как этот вид слабоалкогольных напитков рекламируется особенно широко; несколько позже идут более крепкие напитки.

Потом же:

<u>«легкие» наркотики - «травка»: марихуана, гашиш.</u> Опий, героин, препараты амфетаминового ряда.

Главные причины приобретения вредных привычек

- Компания
- Мода
- Скука
- Уход от проблем

• Любопытство





О вреде курения: факторы риска для здоровья, связанные с курением

Курение приводит к развитию трех основных заболеваний с летальным исходом: рак легкого; хронический бронхит и эмфизема; коронарная болезнь.

Доказано, что табак является причиной смертности от рака легкого в 90% всех случаев, от бронхита и эмфиземы в 75% и от болезни сердца в примерно 25% всех случаев.

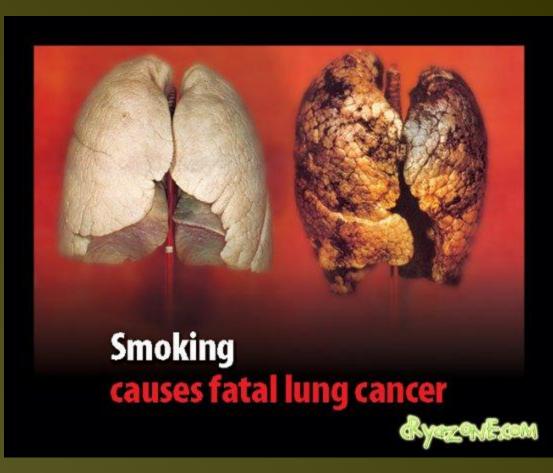
Примерно 25% регулярных курильщиков сигарет умрет преждевременно по причине курения. Многие из этого числа смогли бы прожить на 10, 20 или 30 лет дольше, т.е. в данном случае средняя потеря лет жизни является существенной. Умершие вследствие курения в среднем потеряют 10-15



ПОСЛЕДСТВИЯ КУРЕНИЯ

Поглощение никотина из кислотного дыма сигарет происходит в легких. Щелочной дым от табака из трубок и сигар позволяет никотину абсорбироваться через слизистую оболочку во рту.

Из легких никотин быстро поступает в кровь и в мозг. Никотин действует через специальные клеточные образования, или рецепторы, расположенные в местах соединения нервных клеток, или синапсах, в мозгу и мышечной ткани.



Здорового человека

курящего

КУРЯЩИЕ МОУ ДЕРБИШЕВСКАЯ СОШ



КУРЯЩИЕ В РОССИИ

70% курящих мужчин

42% курящие

подростки

28% курящие женщины

AJIKOTOJIKSM

Алкоголизм является острой проблемой человечества с древнейших времен.

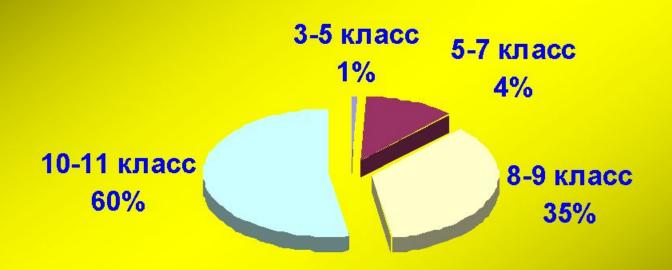


МОЗГ-ОСНОВНАЯ МИШЕНЬ АЛКОГОЛЯ

Алкоголь часто называют стимулирующим средством. Это абсолютно неверно. Ведь алкоголь не что иное, как специфический яд, и на центральную нервную систему он оказывает не стимулирующее, а угнетающее действие. Как известно, в основе высшей нервной деятельности человека лежат два противоположных процесса возбуждение и торможение; в нормальном состоянии они уравновешены. Но даже незначительная доза спиртного угнетает процессы активного внутреннего торможения, отсюда и некоторая развязность, несдержанность.



ПРОБОВАЛИ ПИВО МОУ ДЕРБИШЕВСКАЯ СОШ



Наркотики среди НАС.



Одно из первых мест среди больных наркоманией в мире занимают наркоманы, употребляющие препараты из разных видов конопли, такие, как анаша, марихуана, гашиш, банг, киф, гуаза, хусус, план, харас, хуррус, дагга, гунья, черес, кафур. Разные сорта конопли произрастают в странах Азии, Африки, Южной Америки, широко культивируются во многих странах мира. Заболеваемость гашишной наркоманией в общей структуре заболеваемости наркоманией в РФ составляет от 20 до 30%. В некоторых южных мусульманских странах, где традиционно спиртное запрещено, гашишизмом поражено до 60% мужчин в возрасте от 20 до 40 лет. После алкоголизма гашишизм является наиболее

распространенным видом наркотизма в мире.

Опасности связанные с употреблением наркотиков

- Передозировка ведет к потере сознания и даже смерти.
- Аварии в состоянии наркотического опьянения.
- Привыкание, физическая и психическая зависимость.
- Растерянность, плаксивость, галлюцинации.
- Эмоциональная возбудимость, неадекватное поведение.
- Провалы памяти.
- СПИД и другие заболевания.
- Потеря стремлений, лень.
- Врожденные дефекты у детей.
- Эмоциональные и физические нарушения

Серьезные последствия

- Разрушение собственного здоровья.
- Отвержение обществом.
- Психическая нестабильность



<u>Выздоровление</u>

• Важно помнить о том, что если у человека есть вредные привычки (если есть одна, то есть и другие), у него еще есть шанс. Если он сам этого захочет он может излечиться. «Излечимость» или «Неизлечимость» зависит от принятия или непринятия человеком, принципов его собственного здоровья.

BbIBOA

• В народе говорят: "Здоровому все здорово!" Об этой простой и мудрой истине следует помнить всегда, а не только в те моменты, когда в организме начинаются сбои и мы вынуждены обращаться к врачам, требуя от них подчас невозможного. Какой бы совершенной ни была медицина, она не может избавить каждого от всех болезней. Сегодня каждый человек должен понимать, что его здоровье и жизнь, в первую очередь, зависят от него самого. Четкие знания о вредных факторах и привычках (курение, алкоголь, наркотики) и сознательное негативное отношение к ним. Словом, добиваться разумными путями подлинной гармонии здоровья.

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ В ВАШИХ РУКАХ!!!

Наше будущее в наших руках

• Лишь от нас и только от нас зависит какими людьми мы станем, какое будущее нас ждет, какое место займем в обществе. Ведь в нашей жизни нужны здоровые, полноценные люди, чтобы построить здоровое общество.

