

# Урок на тему «Вред курения»



Преподаватель КГБ ПОУ «Минусинский  
колледж культуры и искусства»  
Давыдов А. С.

Курение - одна из глобальных угроз здоровью и благополучию населения планеты. Ежегодно от связанных с курением болезней умирают более **5 МИЛЛИОНОВ** человек. Каждые восемь секунд в мире преждевременно умирает курильщик. Пока вы это читали умер один курильщик...



**НИКОТИН** – алкалоид, содержащийся в листьях и стеблях табака. При курении вдыхается с дымом, через легкие попадает в кровяное русло, преодолевает

гематоэнцефалический барьер за несколько секунд, возбуждает нервную систему, вызывает привыкание. Действие при применении действует на вегетативные ганглии.

**Окись углерода** (угарный газ) является весьма токсичным компонентом табачного дыма. Механизм патогенного действия окиси углерода достаточно прост: вступая в связь с гемоглобином, окись углерода

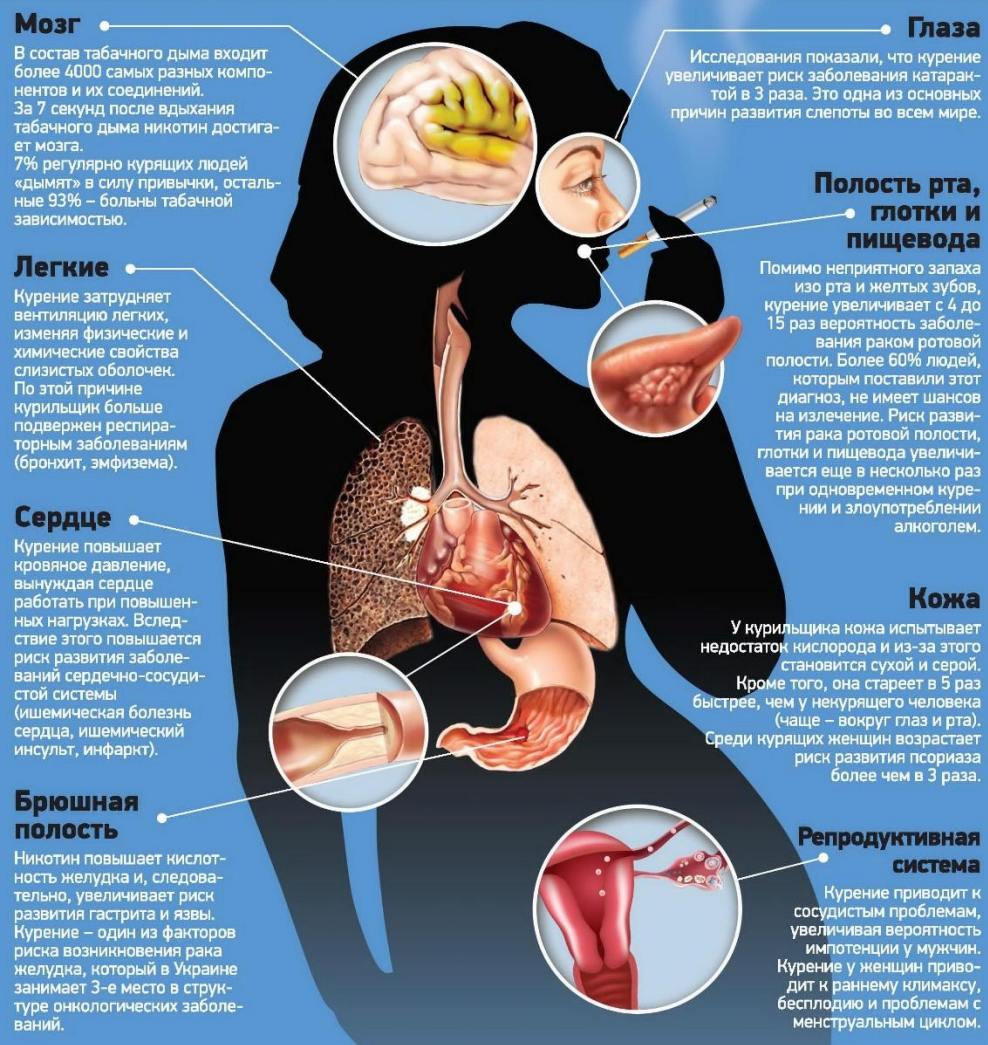
образует соединение карбоксигемоглобин. Он препятствует транспорту кислорода к тканям, в результате чего развивается кислородное голодание.

**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. Причем, наряду с самим курильщиком, страдают и «принудительные» курильщики: они получают огромную дозу вредных веществ.

**5** летальных исходов в год.  
**млн.**

# ВРЕД НИКОТИНА

Согласно данным ВОЗ, никотин влечет за собою смерть 1 из 10 взрослых во всем мире.



Как  
долго  
ты  
будешь  
жить?

Бросая курить бросай!

По заказу клиники Healthy&Happy

**Пассивное курение**  
Некурящие, которые вдыхают ядовитые вещества, на 25% больше рискуют заполучить ишемическую болезнь сердца и на 30% – рак легких, чем обычные люди, которые не вдыхают дым.

**ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ:**  
Курение вызывает 25% летальных исходов от ишемической болезни сердца, 75% смертей от эмфиземы легких и хронического бронхита, 98% летальных исходов от рака гортани, около 96% – от рака легких, 30% – от всей онкологии.

В Украине курят 40% подростков в возрасте 15 лет. Это около 19 млн. человек, из них 34% – заядлые курильщики. Каждый год в нашей стране умирает от последствий курения около 100 тыс. человек. Люди, которые начали курить до 15 лет, в 5 раз чаще умирают от рака легких.

**Чем страдают люди,  
употребляющие никотин?**





# Кожа, зубы, дыхание

Дым сигарет имеет отвратительный запах, который прочно въедается в одежду, пропитывает кожу и дыхание. У вас есть все шансы приобрести **желто-серые зубы, дурной запах изо рта**, от которого не избавят ни полоскания, ни жвачка - целовать курильщика, все равно, что вылизывать пепельницу. Кожа рук и лица, из-за никотина, приобретет желто-серый цвет. **Кожа лица будет напоминать**



# Хронический бронхит

При этом заболевании дыхательные пути, ведущие к легким, сужены и повреждены, а большая часть легочной ткани разрушена. К моменту, когда появляется отдышка, почти вся поверхность слизистой бронхов **разрушена.**



# Болезни сердца и сосудов



Причиной умерших внезапной смертью людей, на фоне общего благополучия, является спазм сосудов в результате курения и как следствие ишемической болезни сердца (ИБС). **Курящие люди в два раза чаще умирают, чем не курящие.**



# Рак легких

Курение причина трети всех смертей от злокачественных заболеваний, опухолей. Если вы ежедневно выкуриваете более 10 сигарет, то тем самым в 24 раза повышаете вероятность заболеть раком легкого.

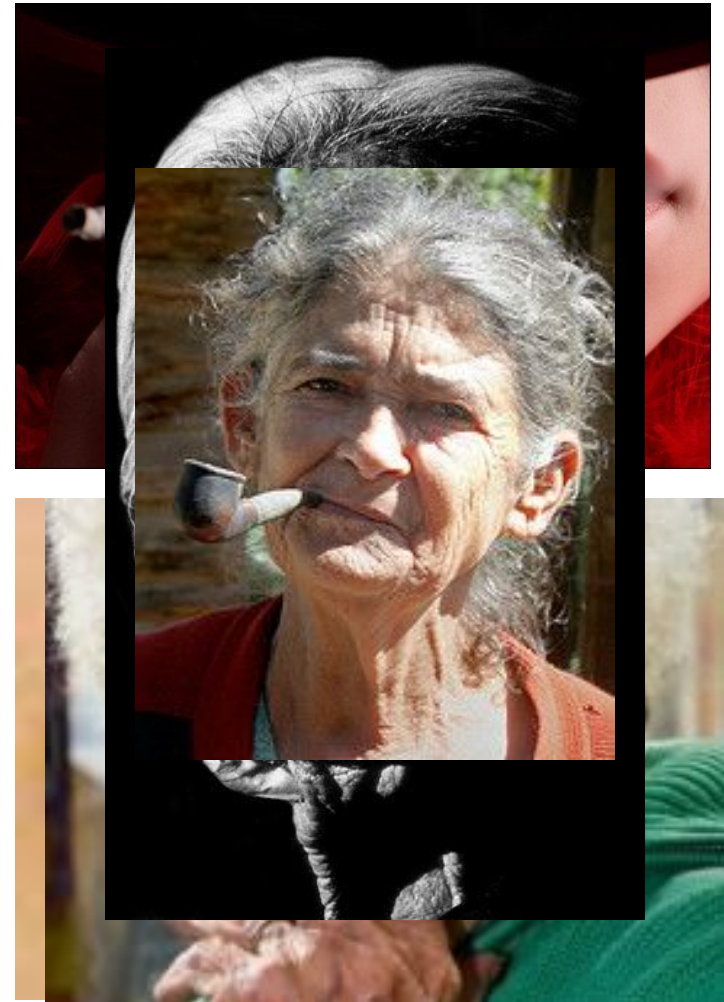
Легкие  
некурящего

Легкие  
курильщика

**Smoking**  
**causes fatal lung cancer**

# Влияние курения на здоровье женщины

Курящие женщины чаще бывают **бесплодными**, беременность у них наступает реже, чем у некурящих. Кроме этого, у первых быстрее наступает менопауза. Это свидетельствует о том, что курение неблагоприятно влияет на функции яичников. У курящих женщин несколько повышен риск спонтанного аборта, кровотечения во время беременности. **Курящие женщины в несколько раз быстрее стареют, чем некурящие.**



# Влияние курения на развитие плода



Масса тела ребенка, рожденного курящей матерью, примерно на 200 грамм меньше, чем у не курящей. У детей, рожденных курящими женщинами, несколько чаще **риск смерти в раннем возрасте.** Это связано с ослаблением и задержкой развития плода **из-за токсинов входящих в состав сигарет.**



[www.mhp.com.ua](http://www.mhp.com.ua)



**ВЫБИРАЙ**  
что для тебя важнее



# Влияние курения на половую функцию мужчин





- Существует 14 болезней, появление которых у человека связывают именно с курением:
- болезни бронхо-легочной системы на 92% ;
- рак губы, гортани, глотки – на 90%;
- облитерирующий эндартерит, когда артерии зарастают и наступает гангрена конечностей 95%;
- 72% рака поджелудочной железы
- 70% рака мочевого пузыря ;
- 25% ишемической болезни сердца .





**Лучше  
палец  
во рту,**

**...чем сигарета в зубах!**



# Пассивное курение





**ВДЫХАЯ — УБИВАЕШЬ СЕБЯ, ВЫДЫХАЯ — ДРУГИХ**

# Болезни пассивного курильщика

## У взрослых

Инсульт

Риниты, рак носовых пазух

Рак лёгких

Ишемическая болезнь сердца

Рак груди

Атеросклероз сосудов

Хронический бронхит,  
бронхиальная астма,  
повреждения лёгких

У беременных - выкидыши  
или преждевременные роды,  
рождение  
недоношенных детей

## У детей

Опухоли мозга

Болезни среднего уха

Лимфома

Заболевания органов дыхания,  
бронхиальная астма

Лейкемия

Синдром внезапной детской смерти  
(у детей до 1 года)



Бросая курить бросай!



# Паника

По результатам исследований Колумбийского Университета (Нью-Йорк) выявлен новый вредный эффект от курения: беспричинный страх. Тинэйджеры, которые выкуривают в день больше одной пачки сигарет, подвержены приступам беспричинной паники в 15 раз больше, чем их некурящие сверстники.

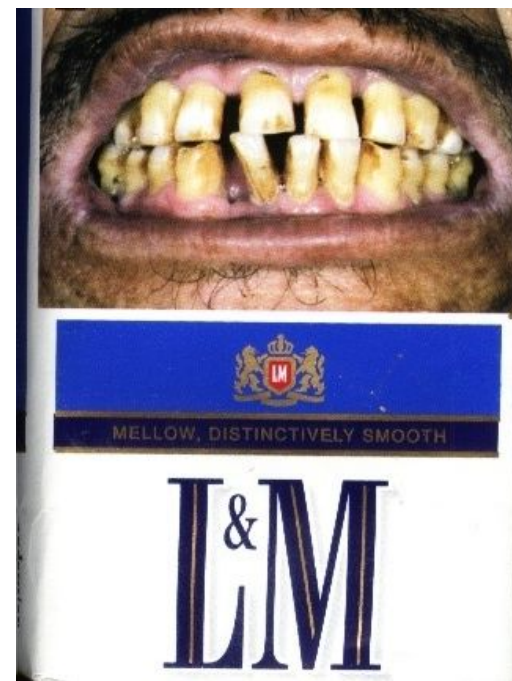




**Почему же люди, несмотря на очевидный вред курения, продолжают соблазняться курением ?**

Почему они забывают, что именно действия табака приводят к разрывам сосудов, инфарктам, ампутациям, и т.п. ?

Было бы большим упрощением проблемы сказать, что это происходит потому, что они не дают себе отчета в том, что они делают...







И для чего  
люди курят?

Чтобы у нас  
работа была!

© 2005



УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ?



**КУРЕНИЕ**



**УБИВАЕТ**

**Я ПРОТИВ**



**КУРЕНИЯ**