

О вреде курения

**«Каждый гражданин
имеет право дышать воздухом, не
загрязненным табачным дымом, в
общественных местах»**



Выбор темы обосновывается
следующими факторами:

1. Всё больше детей начинает курить с младшего школьного возраста
2. Мало кто задумывается о вреде курения на организм



Цель работы:

- *Определить вред курения для организма человека*
- *Определить количество курящих детей среди учащихся начальной школы*
- *Оформить результаты изученной темы в виде презентации для дальнейшего использования в профилактических целях*



Опрос учащихся 1-4 классов

| | ДА | НЕТ |
|-------------------------------|----|-----|
| Знаешь ли ты о вреде курения? | 92 | 8 |
| Пробовал ли ты курит? | 9 | 91 |
| Куришь ли ты сейчас? | 2 | 98 |
| Курить сейчас модно? | 25 | 75 |



Выводы опроса

- 1. Дети знают о вреде курения.
- 2. В начальной школе есть курящие ребята .
- 3. Многие дети считают, что курить сейчас модно.



КУРЕНИЕ И ШКОЛЬНИК

Курение и школьник несовместимы.

Школьные годы – это годы роста как физического, так и умственного.

Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками. Как известно, навыки, привычки, усвоенные в школьном возрасте, самые прочные.

Это относится не только к полезным, но и к вредным привычкам.



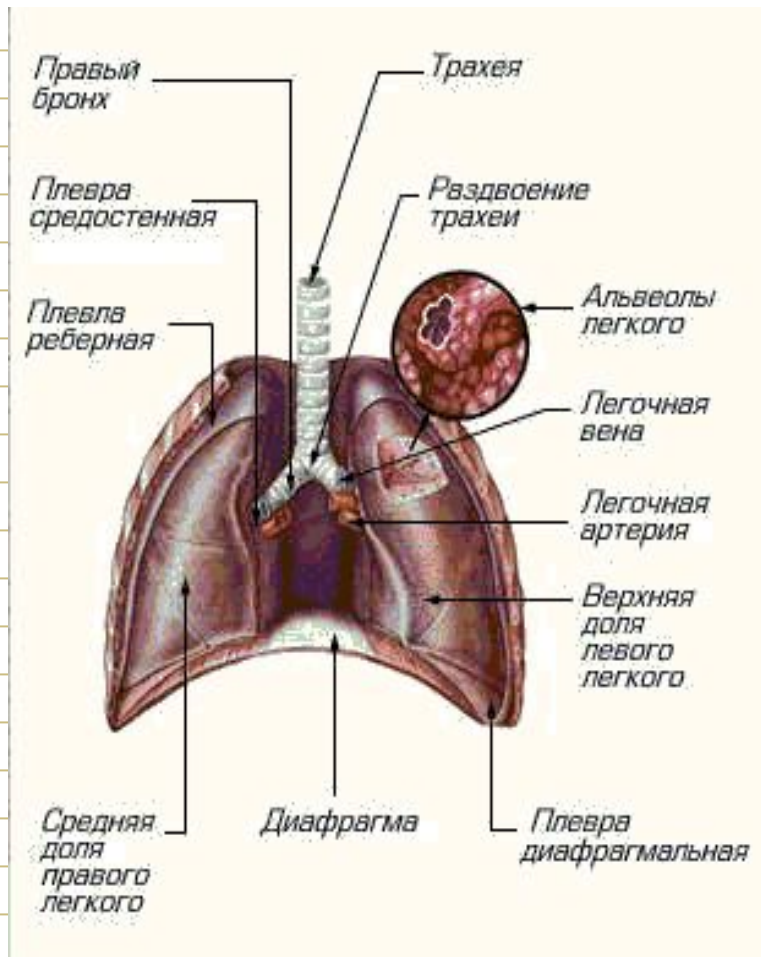
Первый шаг



Табак – один из наиболее распространенных наркотиков



Последний шаг



Табачный дым задерживает солнечные ультрафиолетовые лучи, которые важны для растущего ребенка, влияет на обмен веществ, ухудшает усвояемость сахара и разрушает витамин С, необходимый ребенку в период роста. В возрасте 5 – 9 лет у ребенка нарушается функция легких.



Курение отрицательно влияет на успеваемость школьника. Число неуспевающих возрастает в тех классах, где больше курящих.

Курение школьников замедляет их физическое и психическое развитие.

Состояние здоровья, подорванного курением, не позволяет выбрать род занятий по душе, добиться успеха.

ЧТО Я УЗНАЛ О КУРЕНИИ

- **Табачный дым содержит более 4000 химических соединений, более сорока, из которых, вызывают рак, а также несколько сотен ядов, включая никотин, цианид, мышьяк, формальдегид, углекислый газ, окись углерода, синильную кислоту и т.д. В сигаретном дыме присутствуют радиоактивные вещества: полоний, свинец, висмут. Пачка сигарет в день - это около 500 рентген облучения за год! Температура тлеющей сигареты 700 - 900 градусов! Легкие курильщика со стажем - черная, гниющая масса**





Легкие



Желудок

**НИКОТИН
наносит
удар**

Сердце



НИКОТИН

- *Возбуждает центральную нервную систему.*
- *Спазм кровеносных сосудов, ухудшение кровоснабжения клеток мозга.*
- *Повышает артериальное давление крови и увеличивает работу сердца.*



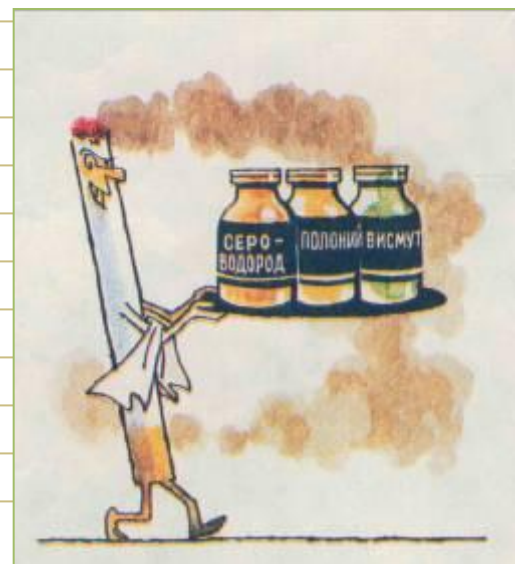
Никотин - это наркотик. А это означает, что с каждым годом тебе будет все труднее...



АММИАК

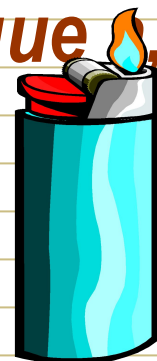
- Раздражает слизистые оболочки вызывая боли в желудке.
- Происходит **слезотечение**.
- Вызывает **удушьё, головокружение**.
- Снижается сопротивляемость легких к инфекционным заболеваниям, в частности к **туберкулезу**.

(Из 100 случаев заболеваний туберкулеза - 95 приходится на курильщиков)



СИНИЛЬНАЯ КИСЛОТА

- Легко проникает в кровь (снижает способность клеток воспринимать кислород).
- При большой дозе проявляется отравление: за сильнейшим возбуждением центральной нервной системы наступает **паралич, останавливается дыхание, затем и сердце.**



СЕРОВОДОРОД

- это токсическое вещество, вызывающее острую кислородную недостаточность, приводящую к поражению нервной системы.



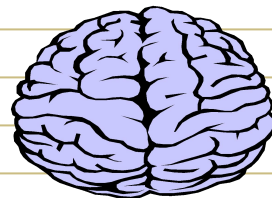
АЦЕТАЛЬДЕГИД

- это ядовитый пар, раздражающий глаза, дыхательные пути, вызывающий удушье и головную боль.

Влияние никотина на здоровье

Нервная система

- Никотин в первой короткой фазе расширяет сосуды мозга, затем резко сужают их.
- Отравляет клетки мозга (ухудшается память, зрение, умственная работоспособность, появляется бессонница, головные боли).
- Курящие ученики отстают в учебе, становятся нервными, рассеянными, ленивыми, грубыми.
- Развиваются нервные заболевания – невралгии, невриты.





Дыхательная система

- **Хронические заболевания** дыхательных органов: бронхит, астма, гибель эпителия, усиленное выделение слизи, воспаление голосовых связок.
- **Туберкулез легких**
- **Рак легких** (почти 97% больных раком – курильщики,
- **Рак гортани**



Лёгкие некурящего

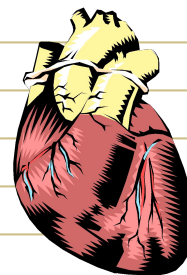


Лёгкие курильщика



КРОВЕНОСНАЯ СИСТЕМА

- *Снижается гемоглобин*
- **Стенокардия** у курильщиков чаще в 13 раз
- **Инфаркт** миокарда чаще в 13 раз
- **Острый инфаркт миокарда**
- *Курение способствует возникновению атеросклероза, гипертонической болезни, кровоизлияния в мозг.*





ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

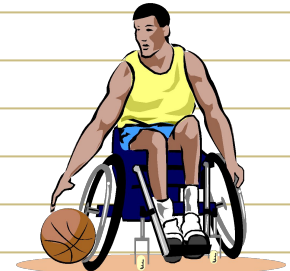
- Развивается **кариес**
- Ухудшается аппетит, обоняние, вкус извращается
- Возникают спазмы желудка, кишечника, кишечная непроходимость кишечника ведет к смерти
- Развивается хронический **гастрит, колит, язвенная болезнь** желудка и 12- перстной кишки
- Приводит к **циррозу печени**
- Развивается **рак полости рта, пищевода, поджелудочной железы**

ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА



Ухудшение кровоснабжения из-за спазма кровеносных сосудов приводит к снижению работоспособности мышц (может привести к самопроизвольной **гангрене** конечностей).

Никотин действует как яд кураре, парализующий мышечную систему (страдает каждый 7 курильщик)







ВЫДЕЛИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- Развитие **хронических болезней почек и мочевого пузыря**, вплоть до рака мочевого пузыря
- **Рак почек** (встречается у курильщиков в 5 раз чаще)





ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ДРУГИЕ СИСТЕМЫ

- **Кожа** – преждевременное старение кожи, сухость, землистый оттенок, бледность, морщины, дряблость. Кожа теряет свою эластичность и свежесть. Женщины-курильщицы в 25 лет выглядят намного старше ровесниц.
- **Железы внутренней секреции** – нарушаются нормальные функции всех желез, развивается сахарный диабет.
- **Обмен веществ** – снижается, развивается витаминная недостаточность.



| Болезни | Курящие | не курящие |
|--------------------------------|---------|------------|
| 1. нервные | 14 | 1 |
| 2. понижение слуха | 13 | 1 |
| 3. плохая память | 12 | 1 |
| 4. плохое физическое состояние | 12 | 2 |
| 5. плохое умственное состояние | 18 | 1 |
| 6. нечистоплотны | 12 | 1 |
| 7. плохие отметки | 18 | 3 |
| 8. медленно соображаю | 19 | 3 |



Эти яды могут
вызывать серьёзные
заболевания

И даже раковые
заболевания

Заболевания
лёгких и бронхов

Нарушения в
работе сердца
даже в молодом
возрасте

Язву желудка

Различные
половые
нарушения, даже
импотенцию

Нарушение
кровотока в
ногах и даже
гангрену

Рак ротовой
полости и пищевода

Рак лёгких

Рак желудка и
поджелудочной железы

Рак почек

Рак мочевого
пузыря

Поэтому скажи курению **НЕТ** сейчас!

Хотите подарить себе 8 лет жизни,
бросьте курить. Именно настолько дольше
по сравнению с курильщиками живут те,
кто не имеет этой пагубной привычки.



8 лет жизни

**И МОЛОДОСТЬ –
в подарок**

Вывод

- Курение и дети – это несовместимые понятия.
- Чем раньше человек начинает курить, тем раньше он умирает, или его органы поражают разные болезни.
- Курить вредно как детям, так и взрослым!

Не курите!

Не убивайте своё будущее и будущее России!



Библиографический список:

- http://www.no-smoking.ru/sections/articles/vredku_reniya/ovredekur
- <http://www.uroki.net/docklruk/docklruk25.htm>
- <http://parkour.org.ru/article/item/12/>
- <http://nosigaret.narod.ru/novost4.html>
- <http://sch166.minsk.edu.by/main.aspx?uid=78410>