



ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

Выполнила
Ладилова Валерия
4 «Б»

Что такое вредные привычки?



В ЧЕМ ВРЕД КУРЕНИЯ?



Никотин портит структуру ногтей, цвет и крепость зубов, влияет на цвет кожи и силу волос. Обычно курильщика легко определить по желтоватому цвету кожи, налёту на зубах и всегда неприятному запаху изо рта, даже если он курил давно и пользуется жвачкой и освежителями для рта. Дело в том, что курение негативно влияет на выделение секретов желудка, из-за чего он постепенно начинает гнить.

В ЧЕМ ВРЕД АЛКОГОЛЯ?



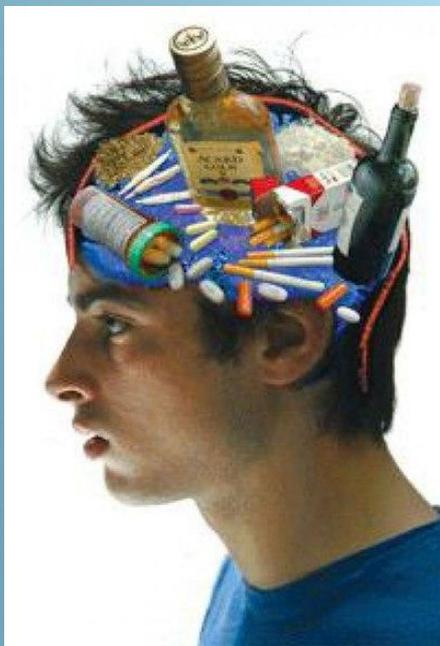
- Алкоголь разрушает иммунную систему, ткани и органы и особенно влияет на кору головного мозга. Он постепенно вызывает замедление работы мозга и отмирание его клеток
- Пьянство и особенно зачатие ребёнка в состоянии алкогольного опьянения увеличивает шансы родить больного и недоношенного младенца или вовсе не родить. Дети алкоголиков развиваются медленнее своих сверстников.

В ЧЕМ ВРЕД НАРКОТИКОВ?



- В первую очередь наркотики поражают мозг человека и психику, из-за чего «завязать» наркоману гораздо тяжелее. Он пропускает тот порог, когда ещё можно бросить, думая, что легко расстанется с дурной привычкой в любой момент и незаметно переходит в ту фазу, когда не осознает вреда, наносимого наркотиками.
- Наркотики вызывают бессонницу и при этом постоянное состояние сонливости, бледность, заторможенность реакции, частое чихание и заложенный нос.

ВАЖНО!!!



- Самое печальное то, что вредные привычки человека наносят вред, не только себе, но и окружающим их людям
- **Вредные привычки это самое настоящее зло.** Занимайтесь спортом, отказывайтесь от вредных привычек и ведите здоровый образ жизни.