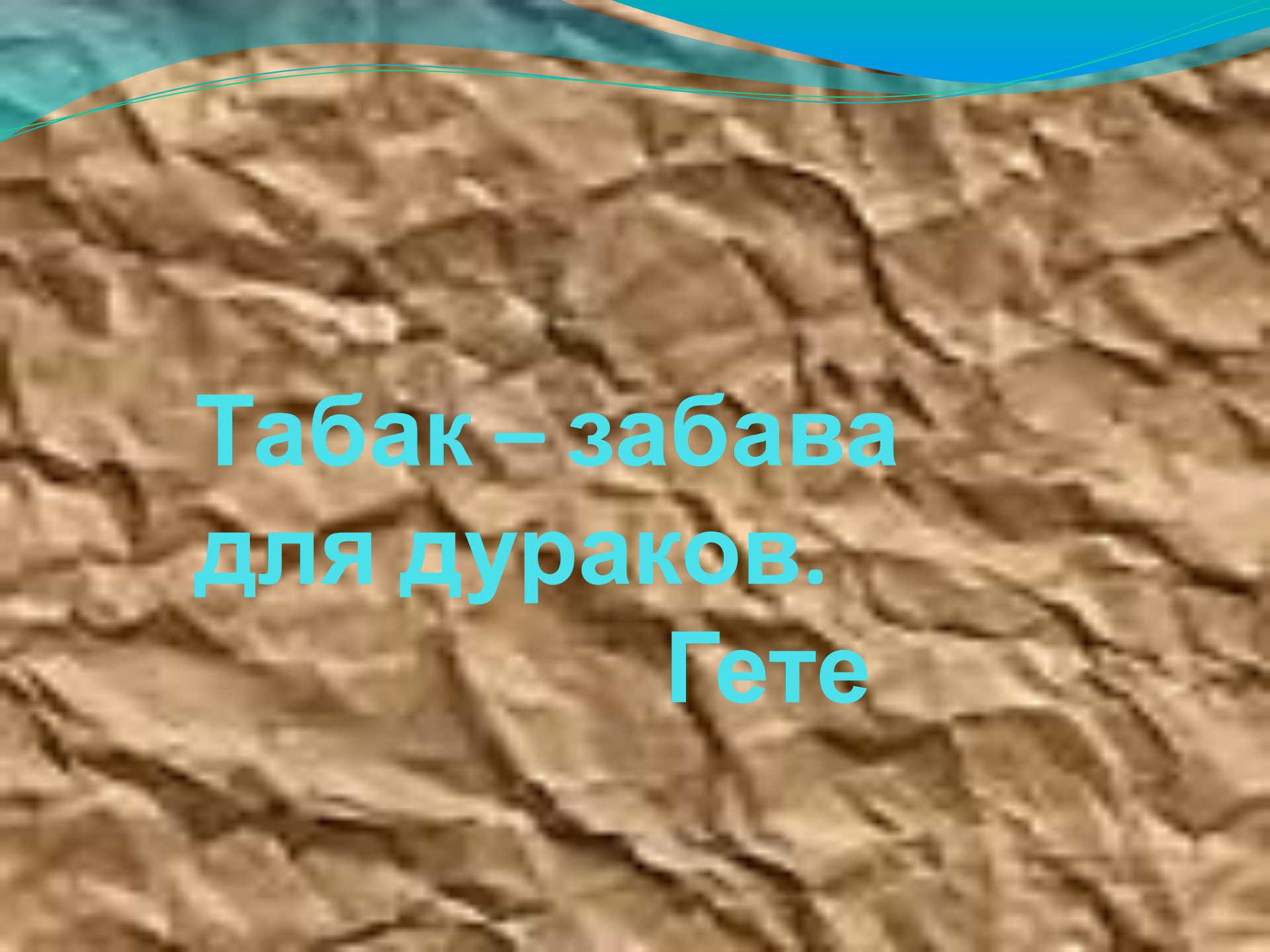


Классный час на тему: «От лекарств к яду или - наоборот...»

*Подготовила и провела: Студеникина Л.А.
классный руководитель 7 класса МКОУ
Садовская СОШ №2
2014 -2015 учебный год*

От лекарства к яду или - наоборот...





**Табак – забава
для дураков.
Гете**



**Человек сам себе часто
злейший враг.**

Цицерон

Родина табака

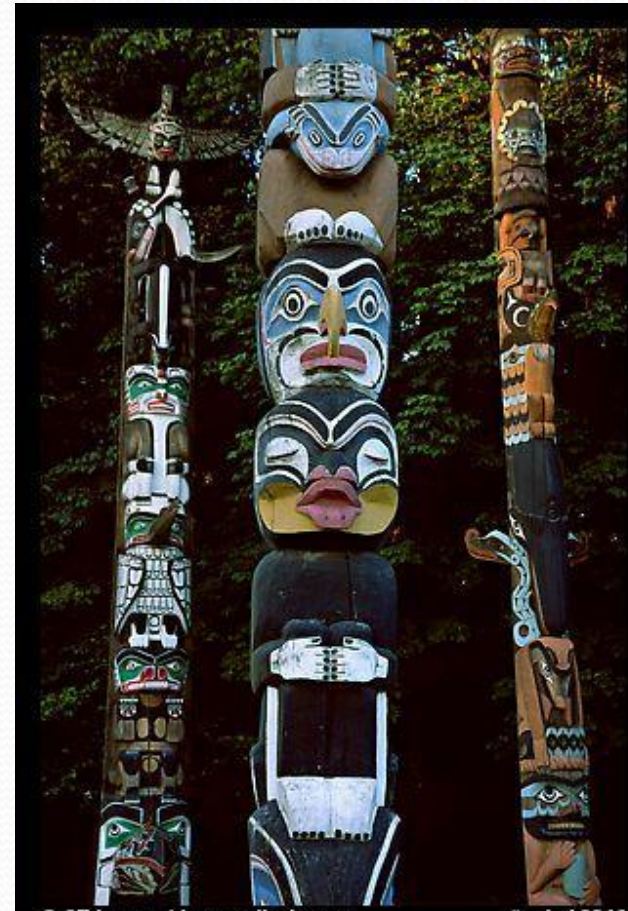




Первые изображения курильщиков табака, найденные в древних храмах Центральной Америки, датируются 1000 годом до нашей эры.



Использование табака вошло и в религиозные ритуалы древних цивилизаций Америки: их участники верили в то, что вдыхание табачного дыма помогает общаться им с богами



Табак был в большом почете у местных лекарей: ему приписывались целебные свойства, и листья табака применялись как болеутоляющее.





в Северной Америке
стали популярными
трубки, тогда как
в Южной Америке
большее
распространение
получило курение
сигар, скрученных
из цельных
табачных листьев.

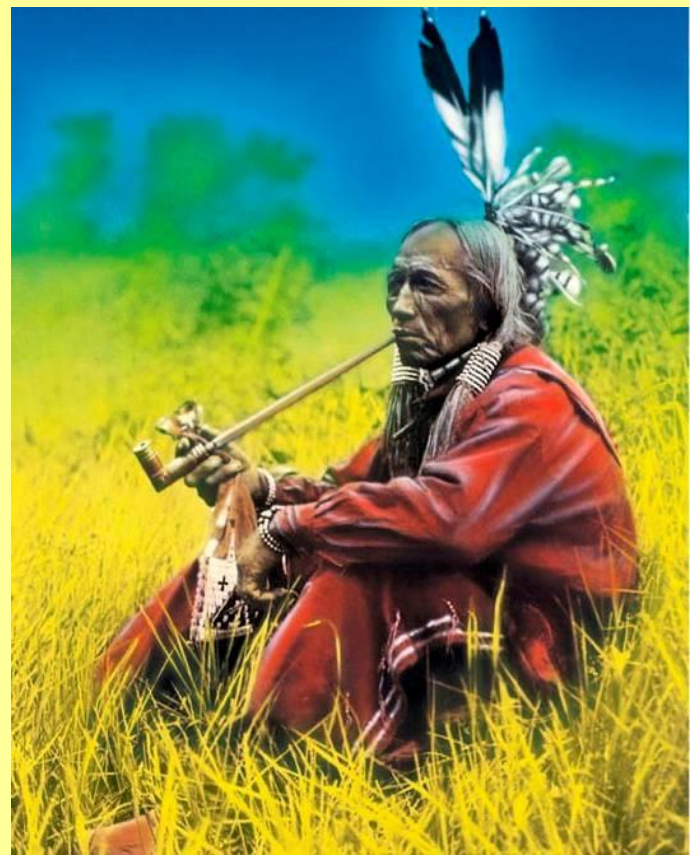




Выражение

"выкурить трубку мира", —
означает заключить мирные
соглашения.

Выражение пошло от индейского обряда выражение пошло от индейского обряда завершения войны, когда враждующие вожди и представители племён садились рядом и пускали "на круг" курительную трубку



1493 г

Кто был первым европейцем, познакомившимся с табаком?



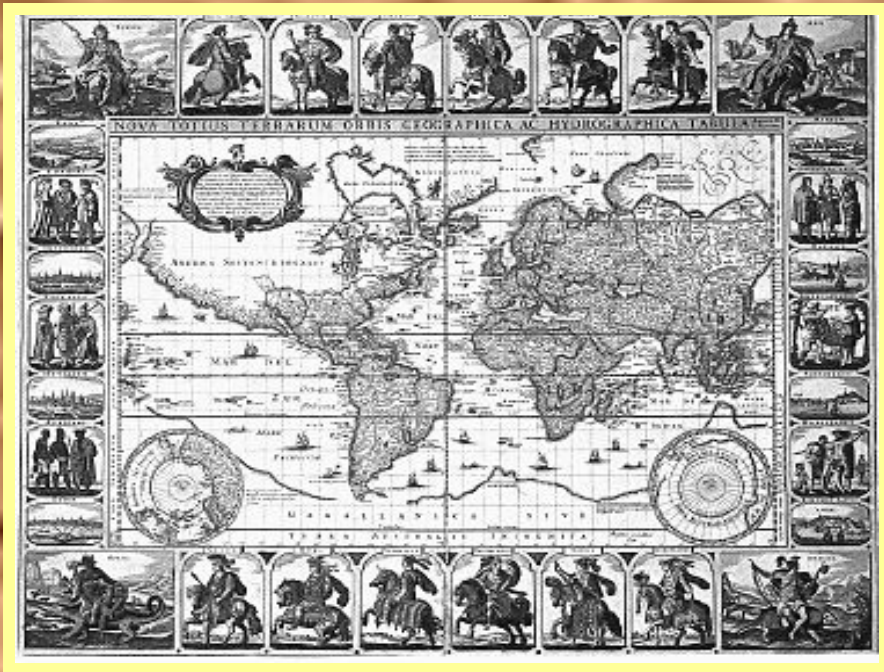
Христофор Колумб



В числе подарков местные жители поднесли Колумбу сушеные листья растения «петум». Они курили эти подсушенные на солнце листья, свернутые в трубочки.

Век спустя...

...после открытия Америки табак уже выращивали в Бельгии, Испании, Италии, Швейцарии и Англии. Благодаря расширению торговых связей, табак проник в Сибирь и другие регионы Азии.



Распространению табака в Старом Свете способствовали и уважаемые государственные деятели: в 1561 году посол Франции в Лиссабоне Жан Нико послал табак своей королеве, Екатерине Медичи, и порекомендовал его как прекрасное средство от мигрени.



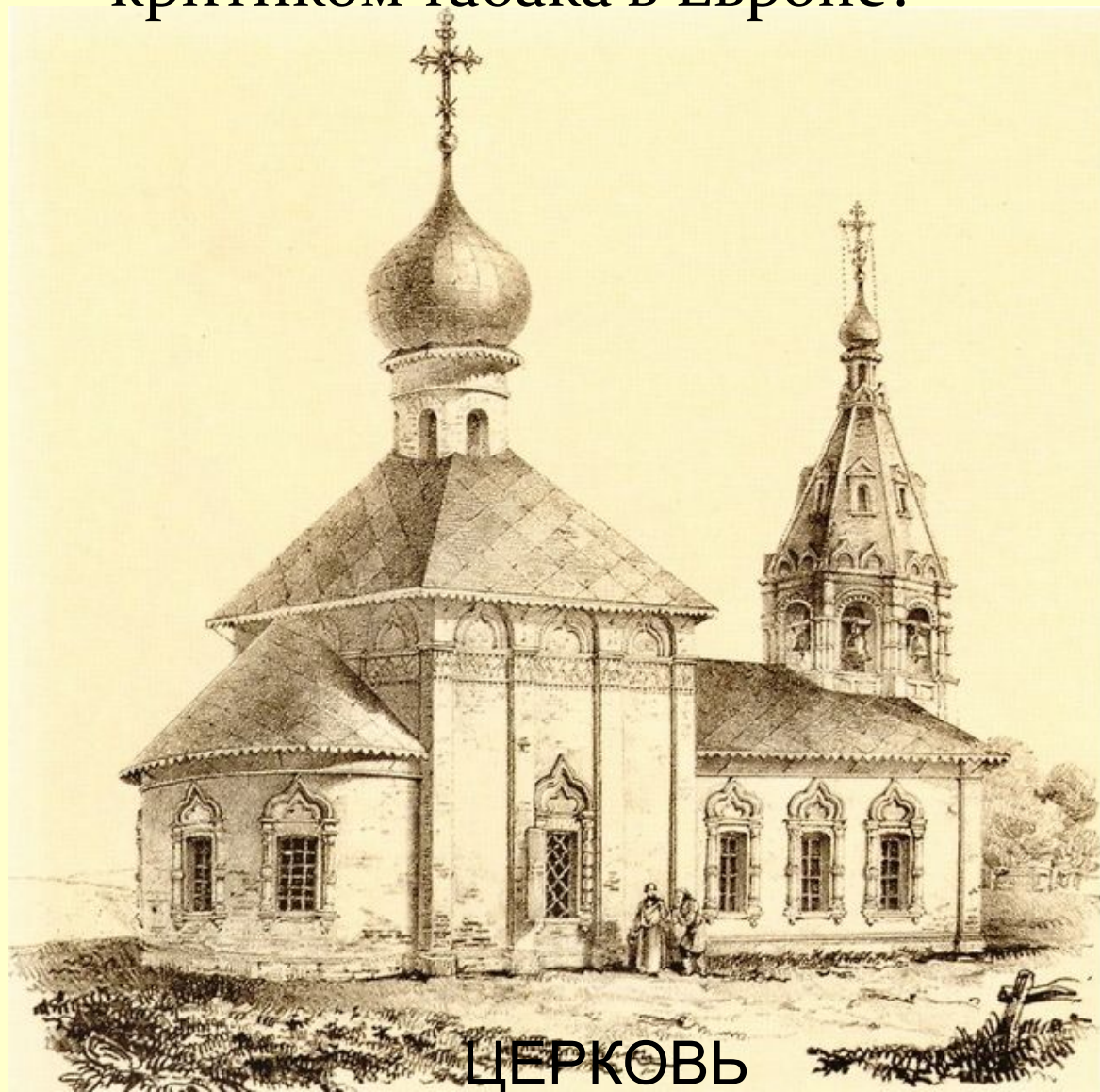
Табак может уменьшить спазм сосудов головного мозга, вызывающий мигрень. Табак использовали для снятия зубной боли, ломоты в костях, даже от кашля.

- Быстрому распространению табака способствовало, конечно, удивительное его свойство — привычная тяга к курению, с которой было очень трудно совладать человеку. Теперь-то мы знаем о наркотических качествах никотина, но те далекие времена табаку приписывали необыкновенные действия.

- Например, считалось, что табак целебен, его дым отпугивает болезни, злых духов и т.п. Табак считали стимулирующим и успокаивающим средством. Табачные листья использовались как лечебное вещество.



Кто или что являлось самым резким образом критиком табака в Европе?



матросы были первыми, научившимися курить от местных жителей. И хотя в представлении набожных испанцев пускать дым из ноздрей могли лишь черти, многие матросы и сам адмирал втянулись в это занятие.

№ 1. До Петра табак на Руси курили:

- а) священники в специально отведенных для этого местах;***
- б) иностранцы;***
- в) больные по назначению***
- г) члены царской семьи.***



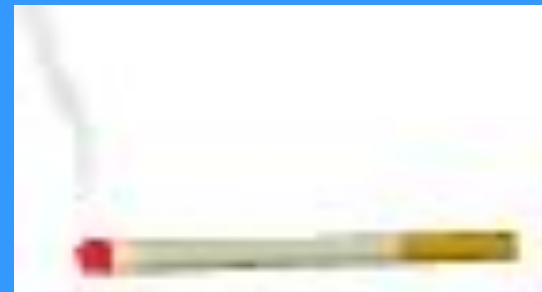
История появления табака



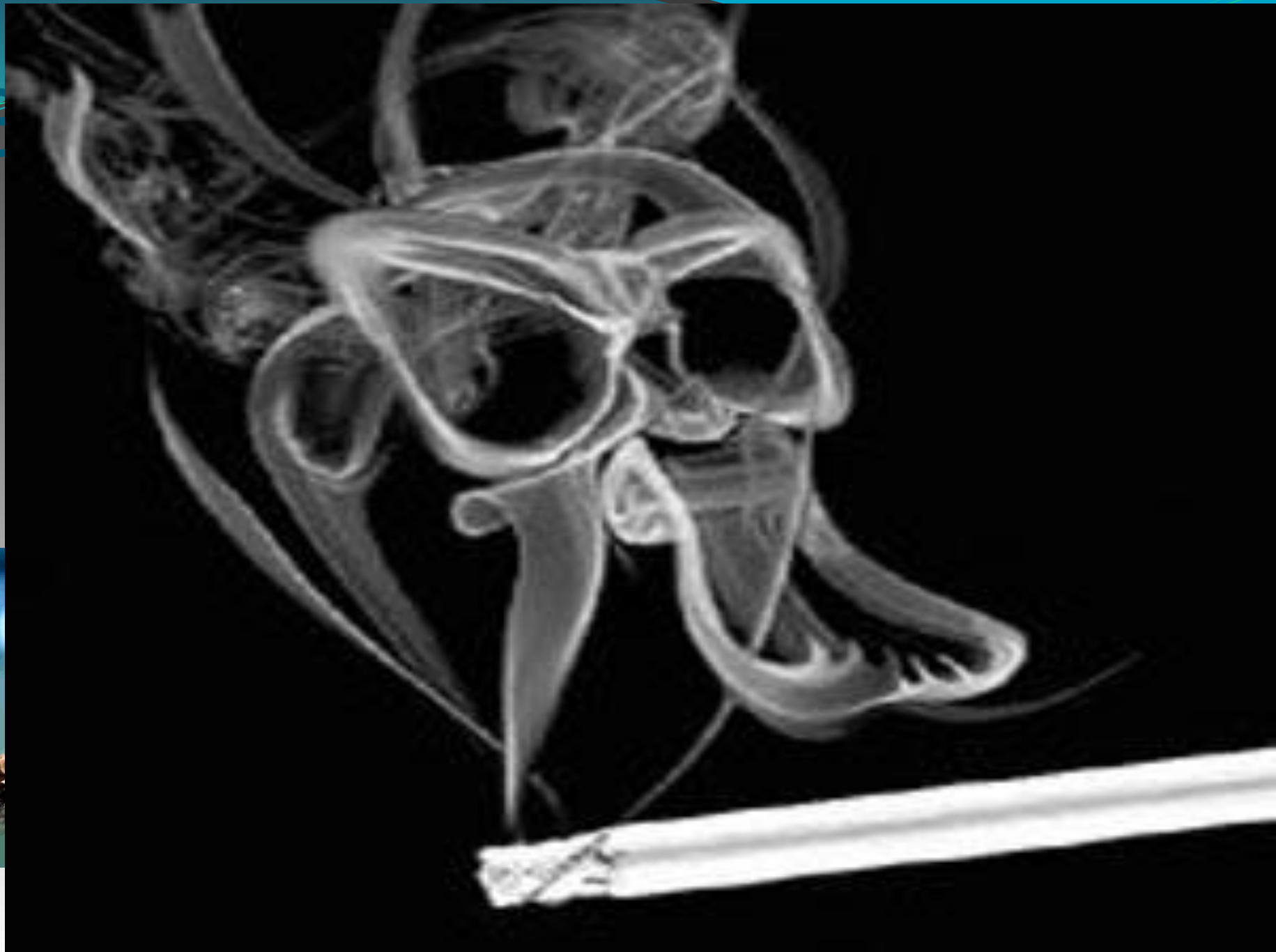
- В России торговля табаком и курение были разрешены в 1697 году в царствование Петра I, который сам стал заядлым курильщиком после посещения Голландии.
- Более того, он всячески склонял к курению своих приближенных и разрешил свободный ввоз табака из-за границы, наложив, правда, на него высокую пошлину.

№ 3. Царь хотел приучить своих подданных к табаку:

- а) чтобы получать высокие прибыли от своих табачных плантаций;***
- б) чтобы привлечь в страну иноземных купцов, торгующих табаком;***
- в) с целью уменьшить население страны, распространив легочные заболевания;***
- г) надеясь приблизить образ жизни русских к европейскому.***







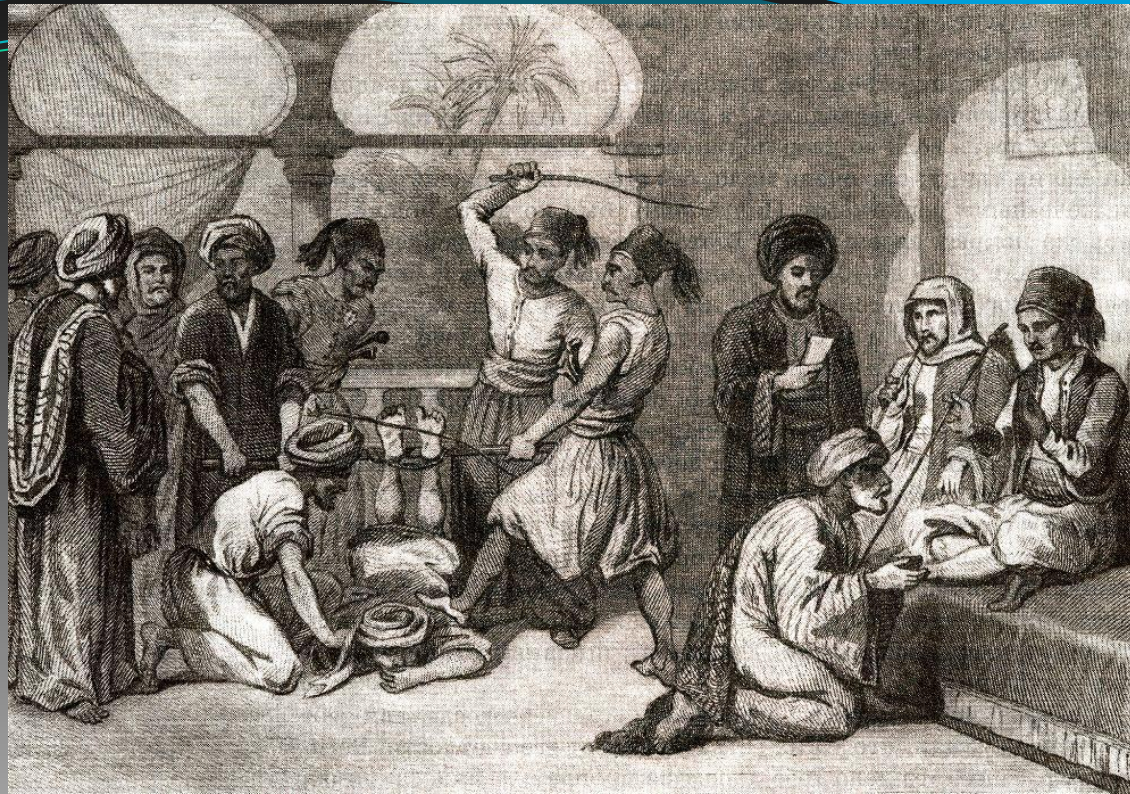
Запрет на курение

- По религиозным (и экономическим!) мотивам в ряде стран, например в Италии, табак был объявлен «забавой дьявола». Римские папы предлагали даже отлучать от церкви курящих и нюхающих табак.

- В назидание потомству пятеро монахов, уличенных в курении, были заживо замурованы в монастырской стене.

- А в Англии по указу Елизаветы I (1585 г.) курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с веревкой на шее.





- В России в царствование царя Михаила Федоровича уличенных в курении в первый раз наказывали бо ударами палок по стопам, во второй — отрезанием носа или ушей.
- После опустошительного пожара в Москве в 1634 году, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной казни.
- При Алексее Михайловиче, сыне Михаила Федоровича, в специальном «Уложении» от 1649 года было «ведено всех, у кого будет найдено богомерзкое зелье, пытать и бить на козле кнутом, пока не признаются, откуда зелье получено». Частных торговцев табаком повелевалось «пороть, ссылать в дальние города».



- **Торговля табаком не сокращалась, доходы казны значительно росли.**
- **Этот факт заставил многие правительства изменить свое отношение к табаку и использовать его как источник прибылей.**

Состав табачного дыма

- Аммиак
- Угарный газ
- Летучие канцерогенные углеводы
- Радиоактивный полоний
- Никотин
- Сажа
- Деготь
- Сероводород
- Синильная кислота

В составе табачного дыма 3660 компонентов небезопасных для организма.



Вред, причиняемый организму

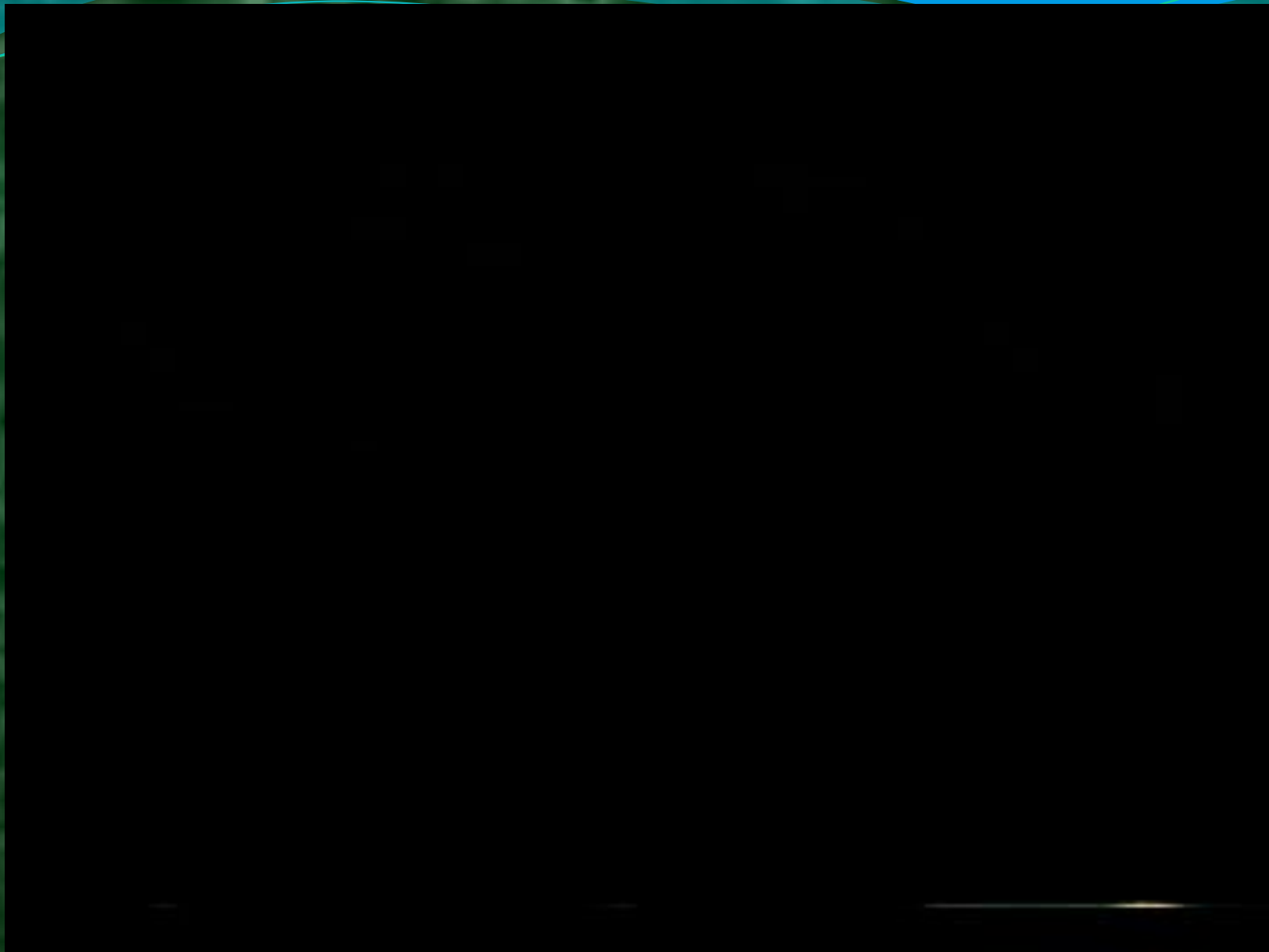


Хронический бронхит,
рак легкого, губ, языка,

Гипертония, образование тромбов,
закупорка вен и отмирание тканей,
коронарная болезнь сердца

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстно кишки,
заболевания печени

Атрофия семенников, нарушение развития
сперматозоидов,
выкидыш, мертворождение,
рождение ребенка с низкой массой тела



Путь сигаретного дыма



- Первыми в контакт с табачным дымом вступают рот и носоглотка.
- Проходя через слой табачной набивки, дым от тлеющего табака хотя и успевает охладиться, но не настолько, чтоб сравняться с температурой полости рта.
- Обычно температура табачного дыма около 55—60°C.

Куриво портит пам'ять!



Ротовая полость

- Такие значительные перепады температуры во время курения отражаются на состоянии зубной эмали.

- Со временем на ней появляются микроскопические трещинки «входные ворота» для микроорганизмов.

- В результате этого зубы у курящих начинают разрушаться раньше, чем у некурящих людей.



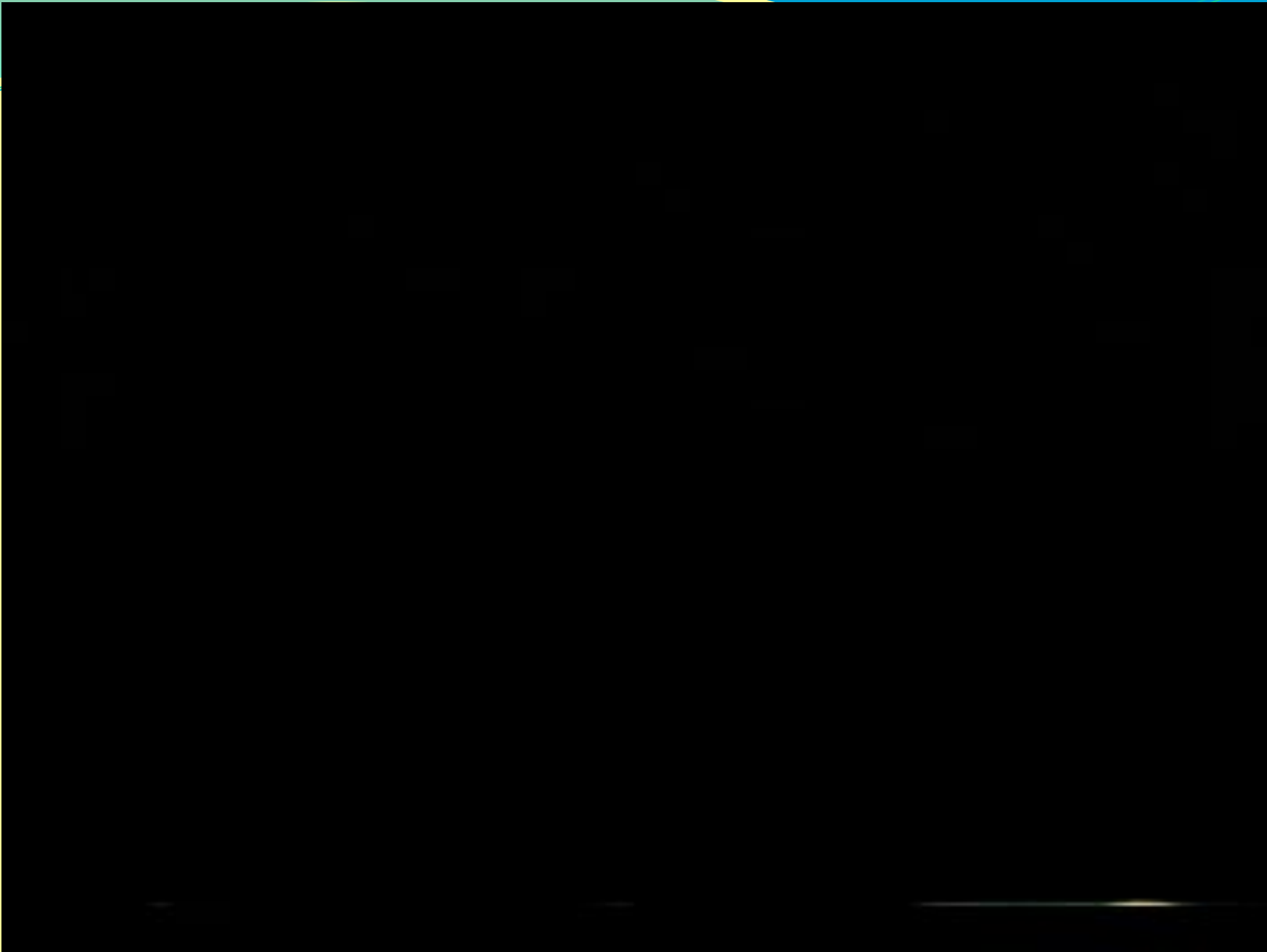
***сначала курение
убивает твоё зрение***



Дыхательная система

- Слизистые оболочки гортани, трахеи, бронхов, их мельчайших разветвлений — бронхиол и, наконец, легочных пузырьков — альвеол — также подвергаются действию табачного дыма.
- Составные части табачного дыма (аммиак, кислоты, пиридиновые основания, твердые частицы и др.) раздражают слизистые оболочки легких.





Нервная система

- Проникая в кровь, никотин снижает способность клеток воспринимать кислород из притекающей крови. Наступает кислородное голодание, а так как нервные клетки больше всех остальных нуждаются в кислороде,
- При большой дозе синильной кислоты вслед за сильнейшим возбуждением центральной нервной системы наступает ее паралич, прекращается дыхание, а затем останавливается и сердце.





УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ?



Почему люди курят?

- Одной из основных причин и начала курения является любопытство. По данным опроса учащихся старших классов школ, ПТУ и студентов младших курсов институтов, курить из любопытства начинали до 25%.



Ksj u

Почему люди курят?

- Другая причина начала курения в молодом возрасте **подражание взрослым.**

- В некурящих семьях курящими становятся не более 25% детей, в курящих семьях число курящих детей превышает 50%.

- У многих курение объясняется подражанием курящим товарищам или героям кино.



Почему люди курят?

- В распространении этой вредной привычки имеет значение своеобразное принуждение детей курению со стороны курящих.
- В школах курящие считают некурящих трусами, «маменькиными сынками», не вышедшими из-под опеки родителей, несамостоятельными.
- Желание избавиться от такого мнения товарищей, встать вровень с курящими достигается помощью первой выкуренной сигареты.



Почему люди курят?

Возрастные группы	Процентное соотношение зависимости от причин курения			
	подражание другим школьникам, студентам	чувство новизны, интереса	желание казаться взрослыми, самостоятельными	точной причины не знают
Учащиеся				
5-6 классов	50,0	41,5	5,5	3,0
7-8 классов	35,6	30,0	10,4	24,0
9-10 классов	25,5	24,0	15,0	35,5
Студенты				
1-го курса	4,1	25,5	25,0	45,4
3-го курса	1,5	10,0	25,1	63,4
6-го курса	0	0	1,5	98,5

Курение и подростки

- Ребенок - это не совсем копия взрослого по всем параметрам. У него еще находятся в стадии развития все системы и органы, имеет свои особенности и состояние обмена веществ в организме. Поэтому ребенок, подросток значительно чувствительнее, уязвимее к действию любых вредных веществ, в том числе и табачных ядов, чем взрослый человек.
- У курящих детей в первую очередь изменяются функции центральной нервной и сердечно-сосудистой систем. Такие дети, прежде всего, становятся легко возбудимыми, вспыльчивыми, раздражительными, невнимательными.
- Постепенно развивается зависимость от табака, и если нет сигареты, появляется состояние дискомфорта в самочувствии, что выражается в виде беспокойства. Все мысли заняты тем, чтобы поскорее закурить.
- Американские ученые установили, что у курящих юношей ухудшается память, затрудняется заучивание текстов. Установлено, что 50% курящих школьников учатся плохо.
- У курящих подростков нарушаются обменные процессы в организме, особенно усвоение витаминов А, В₁, В₆, В₁₂, а витамин С разрушается. Это является причиной того, что тормозится общее развитие, замедляется рост.
- Вследствие курения часто развивается малокровие, а также близорукость.
- Появляются воспалительные процессы в носоглотке.
- Курение в раннем возрасте ухудшает слух, поэтому курящие дети, как правило, хуже слышат низкие звуки.

Курящие девушки и женщины более подвержены опасности, чем мужчины

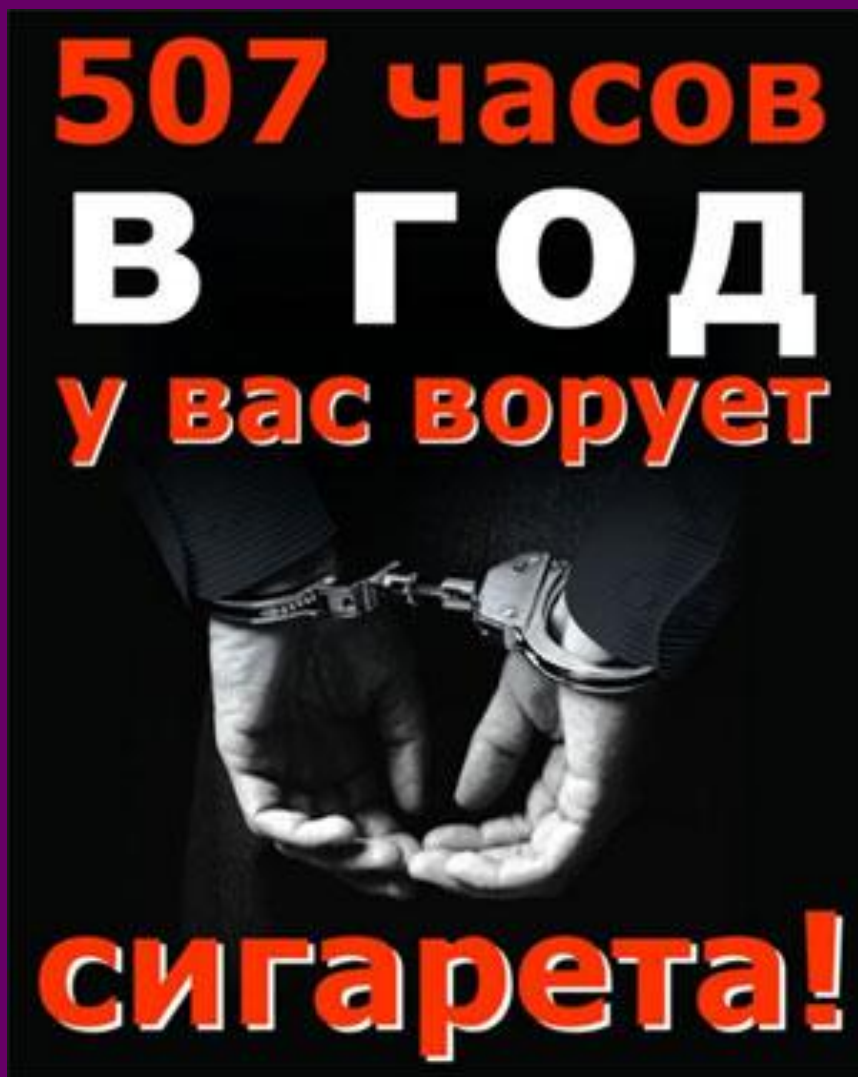
- Курение-причина преждевременного старения
- Курение ведет к ухудшению кровоснабжения, насыщения кислородом и способствует раннему увяданию кожи.
- Табачный дым оседает на коже, оставляет неприятный запах и закупоривает поры.
Волосы становятся ломкими из-за накопления в них дыма и обезвоживания кожного покрова головы.
- Вследствие постоянного раздражения дымом глазного яблока часто развивается конъюнктивит.
- Никотин и осаждение смол ведут к обесцвечиванию зубов, повышается вероятность заболевания десен.
- Неприятный запах изо рта.
- Может измениться и голос
- У курящих женщин на 1-2 года раньше по сравнению с некурящими наступает менопауза, больше морщин и седины.
- Среди курящих женщин выше частота рака шейки матки
- Оказывается, курящим женщинам больше требуется времени, для того, чтобы забеременеть и чаще бывают выкидыши.

Цена сигареты

- Каждые 10 секунд от последствий употребления табака на планете гибнет один человек (без учета так называемых «пассивных курильщиков»).

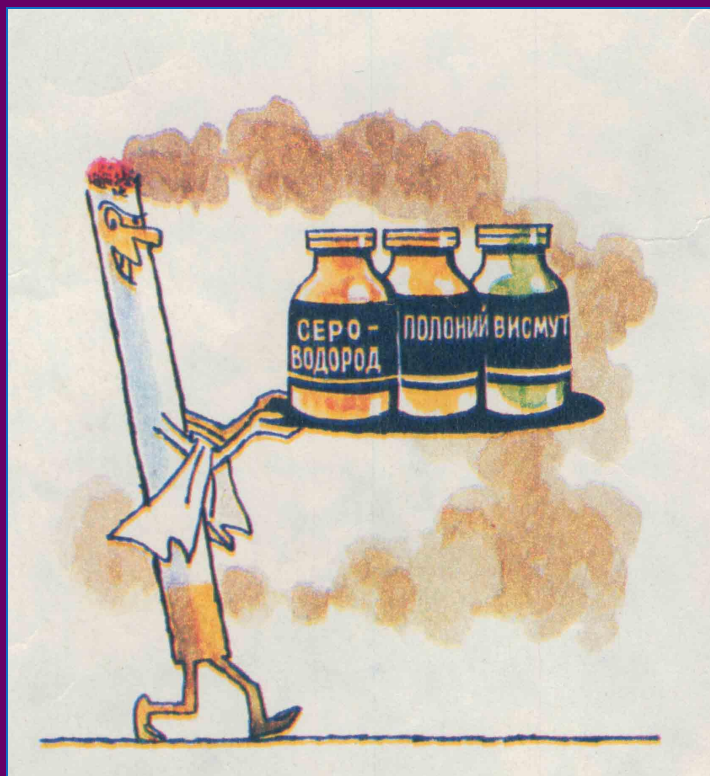
(Таков результат исследований Всемирной организации здравоохранения.)





Ученые,
изучающие
продолжительность
жизни курящих и
некурящих людей,
пришли к выводу,
что каждая
выкуренная
сигарета
сокращает жизнь
на 15 минут.

Сигарета – как она ест



- Каждую секунду на земле выкуривается **более 300 000 сигарет.**
- Около **40 веществ**, содержащихся в табачном дыме, **вызывают рак.**
- Пассивные курильщики в два раза чаще заболевают раком, чем те, кого не **«обкуривают».**

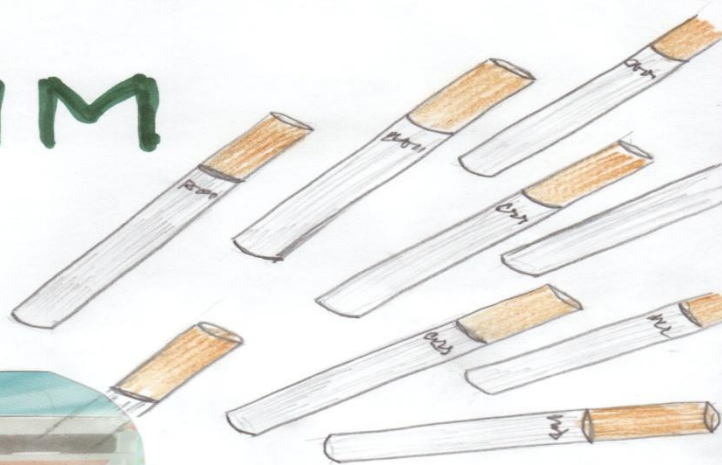
Он выбрал правильное
решение!

Последуй его
примеру

и
ТЫ!!!



СДЕЛАЙ МИР
ЧИСТЫМ



Как бросить курить

- Определите срок, в течение которого вы хотите бросить курить;
- Определите ситуации, в которых чаще беретесь за сигарету;
- Сокращайте количество выкуриваемых в течение дня сигарет;
- Попробуйте обходиться без сигарет сутки, двое;
- Больше находитесь на свежем воздухе, ходите, делайте гимнастику;
- Откажитесь от крепкого чая и кофе, острой и соленой еды, употребляйте больше растительной пищи, соков, минеральной воды;
- Если очень сильно захочется курить, берите конфеты, сухари, а лучше жевательную резинку.

- Решение самого курящего избавиться от вредной привычки!
- Бросить курить можно в любое время, стоит только захотеть!
- Более 70% курящих обладают достаточной силой воли, чтобы прекратить курение, не прибегая к помощи врачей!!!



NO SMOKING