

Текеева Аминат Магомедовна,  
МКОУ «СОШ №3 ст. Сторожевой»



**Курение – это яд !**



# Безвредного табака не бывает !



# Курение в России

СКОЛЬКО СИГАРЕТ В ДЕНЬ ВЫКУРИВАЮТ РОССИЯНЕ



# Курение в России

«Смертность от заболеваний,  
связанных с табакокурением,  
выросла за последние 10 лет

с 250 до 400 тысяч

человек в год»



(академик РАМН Николай Герасименко).

# Последствия первой затяжки

## Защитная реакция организма:

**U** першит в горле;

**U** учащённо бьётся сердце;

**U** противный вкус во рту.



# Последствия курения

## Поражение

### внутренних органов

- ✓ дыхания;
- ✓ сердечно-сосудистой системы;
- ✓ желудочно-кишечного тракта.



# Последствия курения . Болезнь Бюргера.



Children of parents who smoke, get to heaven earlier.



qapirse.ru



# Изменения при отказе от курения

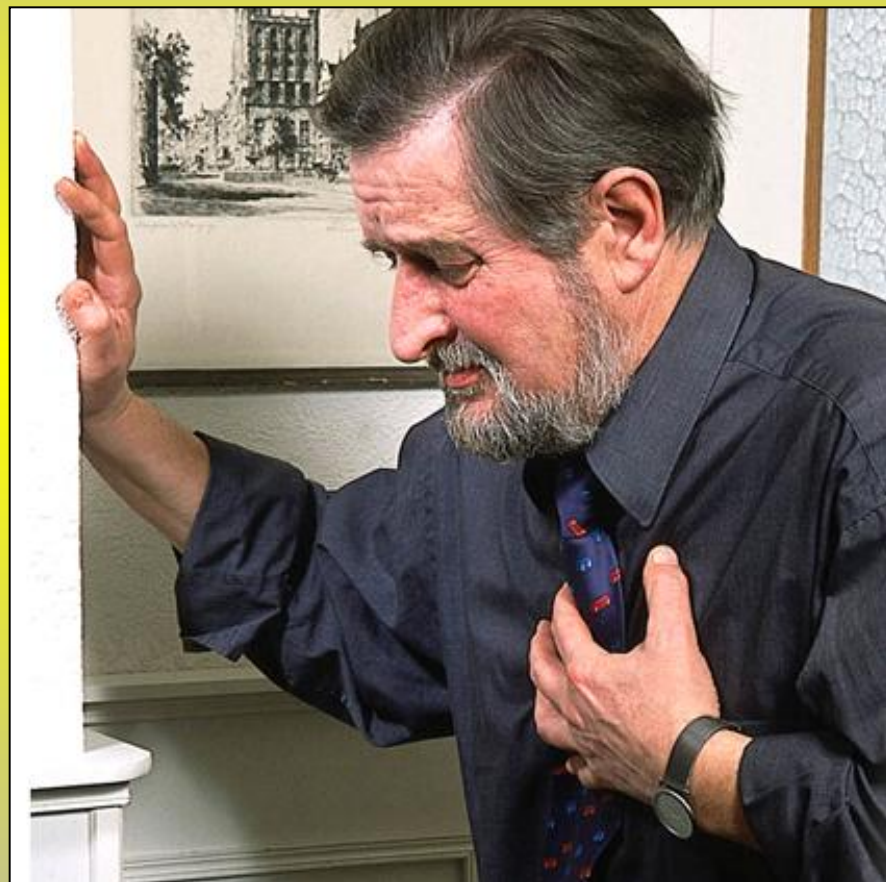
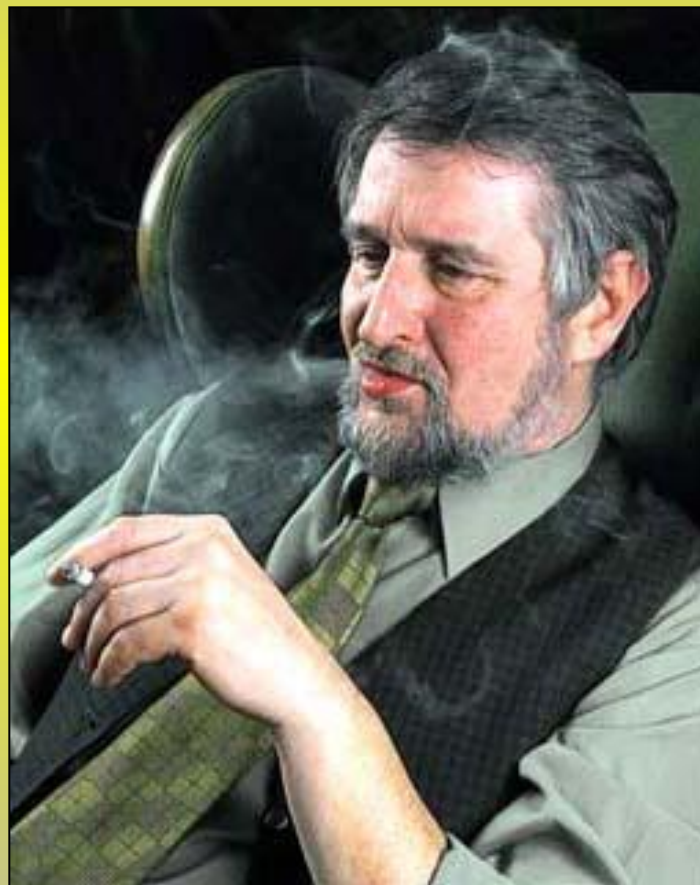
- Через 2 часа никотин начинает удаляться из организма.
- Через 12 часов лёгкие начинают функционировать лучше.
- Через 2 дня усиливаются вкусовые и обонятельные ощущения.
- Через 3 месяца улучшается система кровообращения, что позволяет легче ходить и бегать.
- Через 4 – 9 месяцев уменьшаются кашель и одышка.



# Курение убивает и твоих некурящих детей. Вред пассивного курения



# Сравните !



# Сравните !

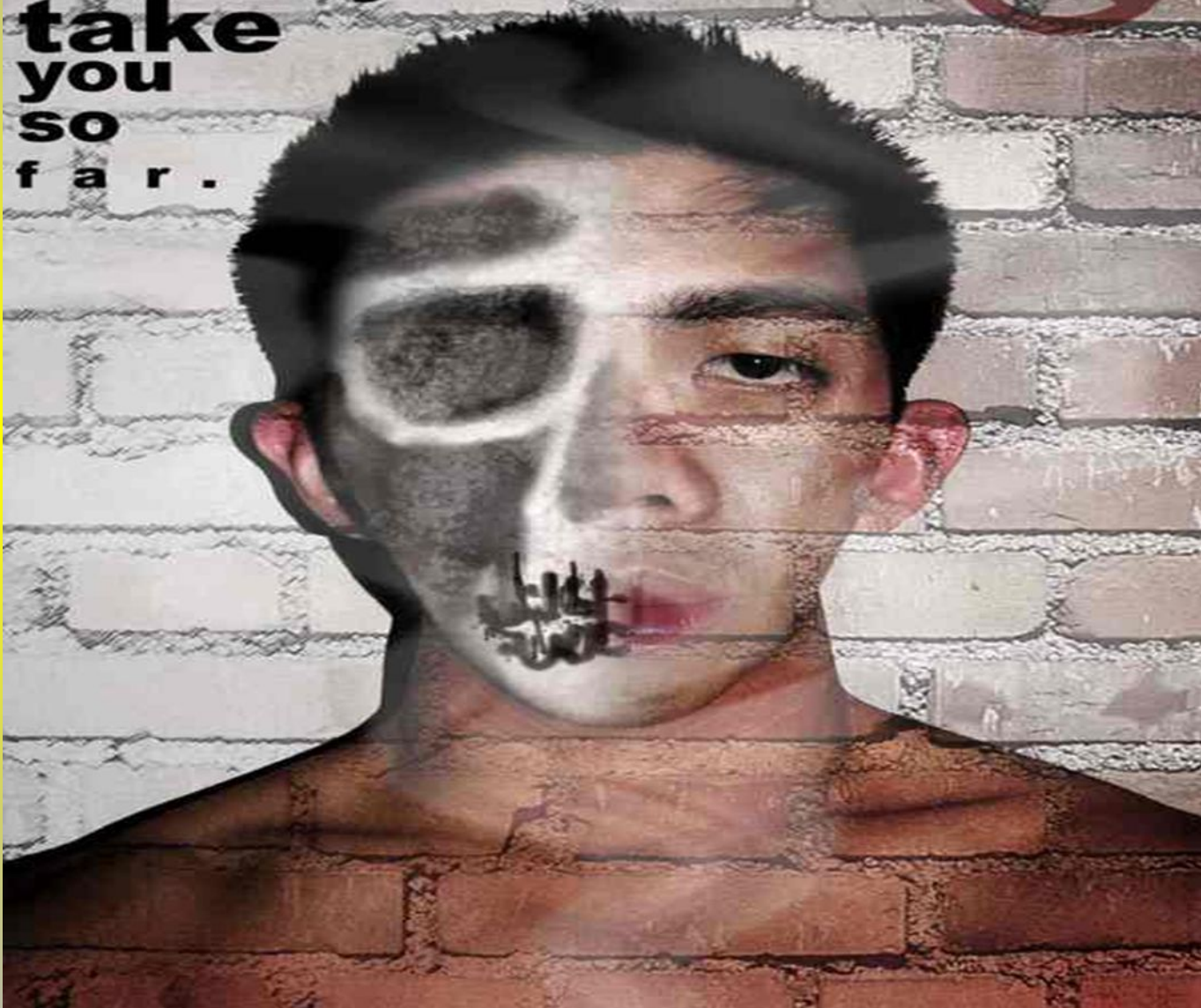


**Слева – лёгкие некурящего человека,  
справа – курильщика  
(чёрная, гниющая масса).**

# Сравните !

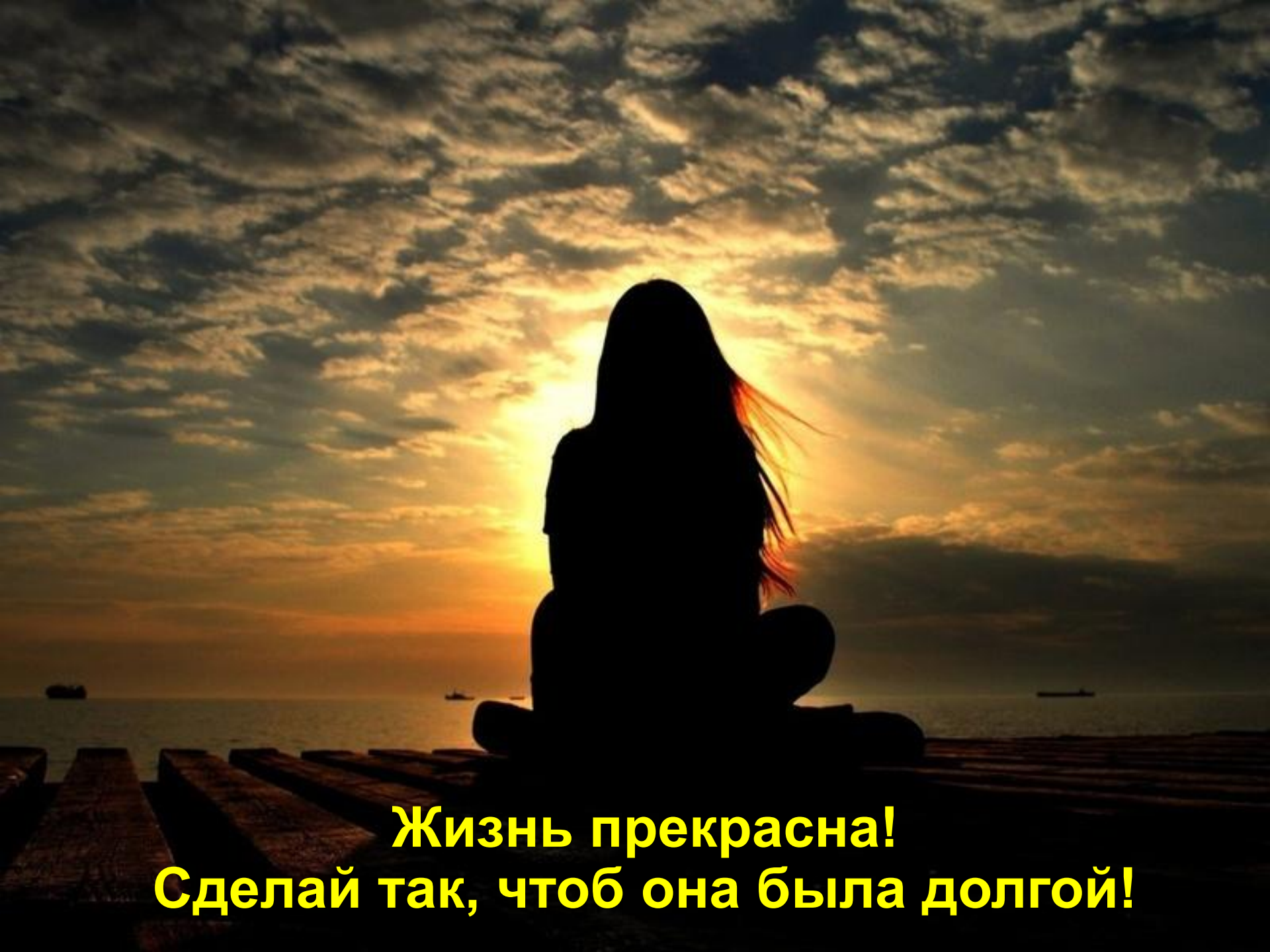


**Smoking**  
can only  
**take**  
you  
so  
f a r .



**Не бойся сказать «Н Е Т!»**





**Жизнь прекрасна!  
Сделай так, чтоб она была долгой!**