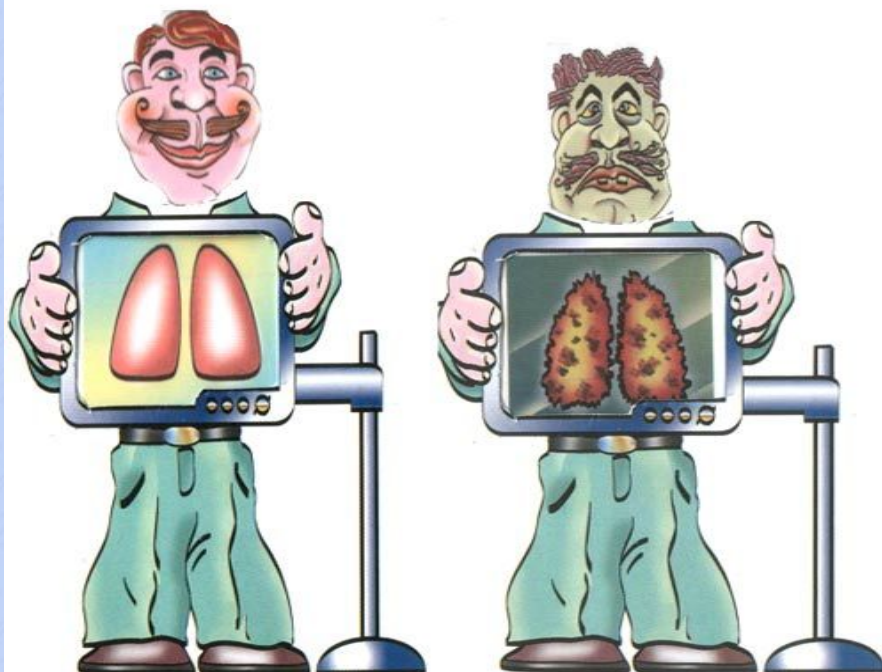


Если ты

"Здоровый и курящий человек"



Презентацию подготовила
Новосёлова М.Л.
учитель географии
МКОУ «Большелеушинская
СОШ»

Курени

ЭТО СЕРЬЁЗНОЕ **е**-ЗАБОЛЕВАНИЕ

КУРЯЩИЙ ЧЕЛОВЕК ГУБИТ НЕ
ТОЛЬКО СВОЁ
ЗДОРОВЬЕ,

**но и здоровье
окружающих его людей**

Что содержится в сигарете?

В дыме одной сигареты содержится:

6 мг никотина,

1,6 мг аммиака,

25 мг угарного газа,

0,03 мг синильной кислоты,

0,5 мг пиридина, формальдегид,

радиоактивные вещества: полоний, свинец, висмут, смолы и деготь и др.

Значительная часть уходит в окружающую среду.

Дым сигарет вреден окружающим.

*Каждая сигарета отнимает
от 5 до 15 минут жизни!*



**Ты всё это
отправляешь
в свой организм!!!**

Эти яды могут
вызывать серьёзные
заболевания

И даже раковые
заболевания

Заболевания
лёгких и бронхов

Рак ротовой
полости и пищевода

Нарушения в
работе сердца
даже в молодом
возрасте

Рак лёгких

Язвы желудка

Рак желудка и
поджелудочной железы

Рак почек

Различные
половые
нарушения, даже
импотенцию

Рак мочевого
пузыря

Нарушение
кровотока в
ногах и даже
гангрену

Поэтому скажи курению **НЕТ** сейчас!

ЧЕМ ВРЕДНО КУРЕНИЕ?

В первую очередь страдают органы дыхания. 98% смертей от рака гортани, **96%** смертей от рака легких, **75%** смертей от хронического бронхита и эмфиземы легких обусловлены курением. 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!!!!

При курении никотин из сигареты быстро всасывается в кровь и разносится по всему организму. В мозге находятся нервные клетки со специальными рецепторами для никотина. Никотин - яд, на который организм поначалу реагирует тошнотой и рвотой.

Никотин активизирует так называемую систему поощрения мозга. Чтобы справиться с ядом, мозг вырабатывает новые никотиновые

рецепторы. **Привыкание возникает примерно после 60 сигарет.**



От последствий курения погибают гораздо больше человек, чем при ДТП или авиа- и железнодорожных катастрофах



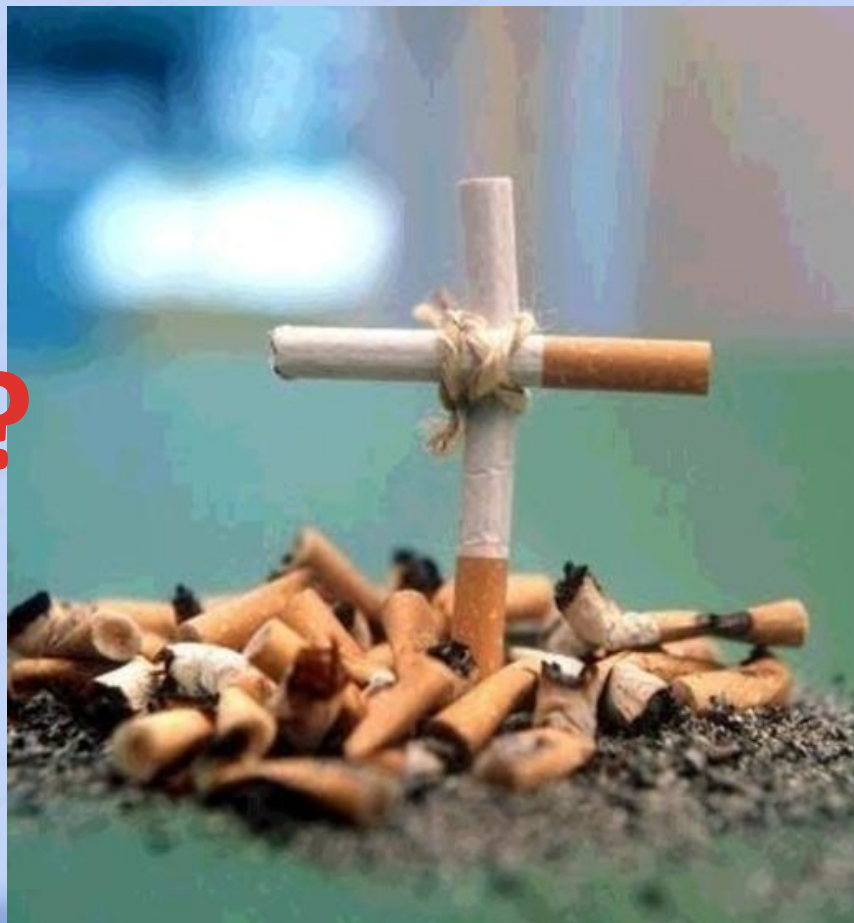
**Я умер
из-за курения**

**Каждый гражданин
имеет право дышать воздухом, не
загрязненным табачным дымом, в
общественных местах или в
общественном транспорте.**



**Пассивное курение убивает до
600 тысяч человек в год!!!**

**Что
дороже:
ЖИЗНЬ
или
Сигарета?**



Из каждых 100 человек,

**умерших от хронических
заболеваний
легких,**

75 курили

**Из каждых 100 человек,
умерших от ишемической болезни
сердца,**

25 курили

**Если человек начал курить
раньше 15 лет,
продолжительность его жизни
уменьшится более чем
на
12 лет!!!**



Легки
е

НИКОТИН

наносит удар

Сердц



Желудо

к



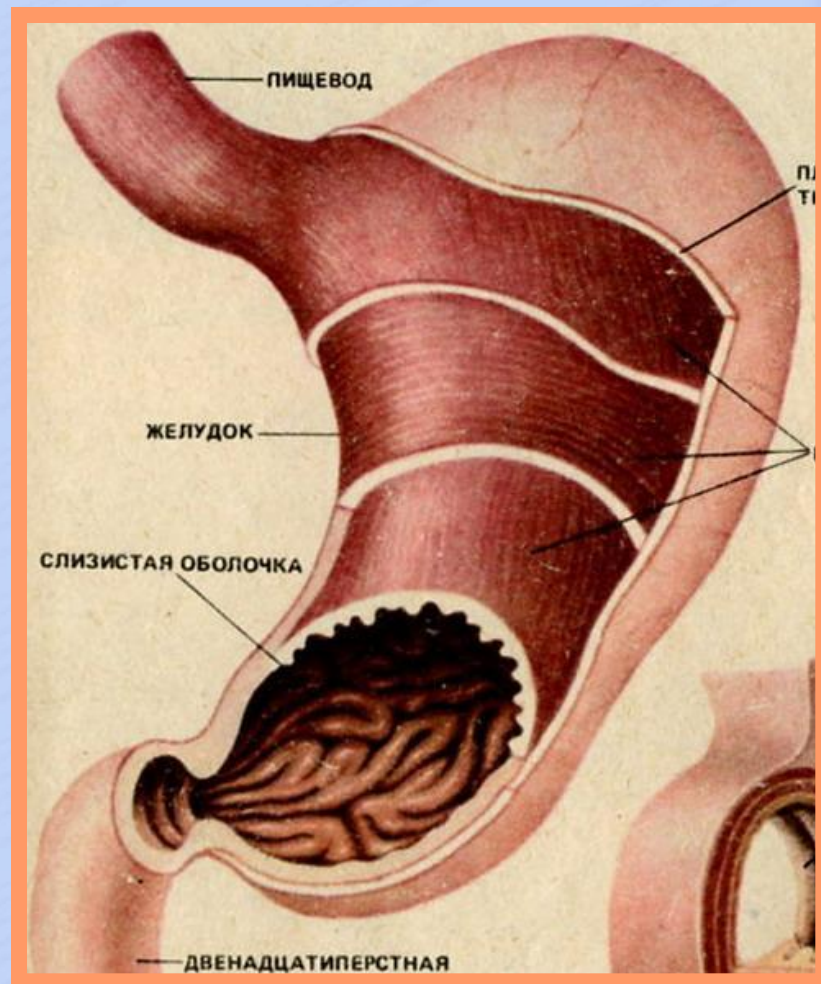
Влияние курения на мозг

- **Нарушаются память и внимание (недостаток кислорода заменяется окисью углерода);**
- **Снижаются интеллектуальные способности (из-за отложения кальция в сосудах).**

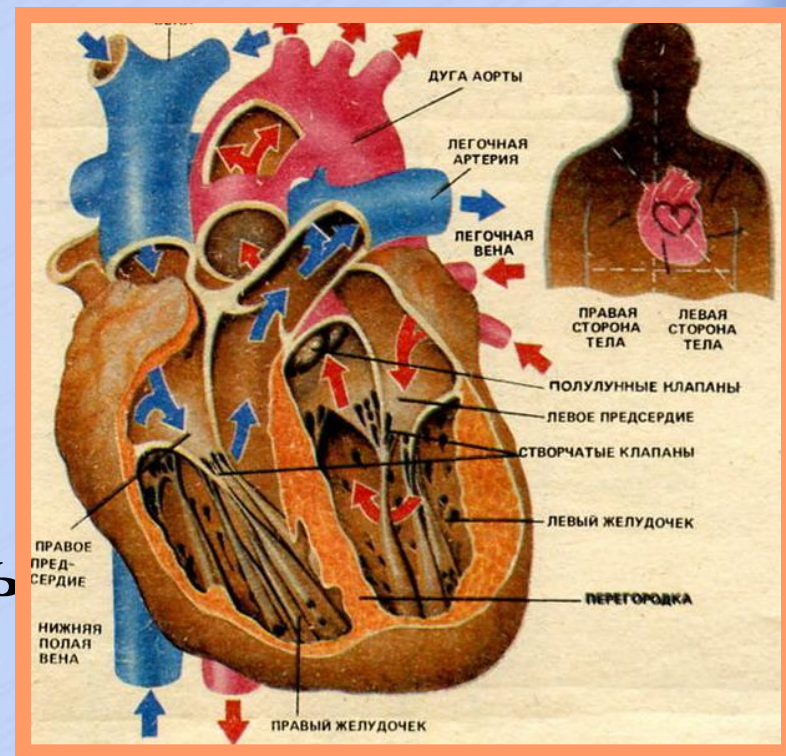
**Очень сильно
снижается
успеваемость!!!**

Влияние курения на желудок

- Табачная смесь приводит к выделению соляной кислоты;
- Никотин, дым, частички табака со слюной попадают в желудок и оказывают постоянное раздражающее действие на него.



- Повышается риск сердечных заболеваний (особенно инфаркта миокарда);
- Возбуждается нервная система, что влияет на ритм сердцебиения;
- При больших дозах яда алкоида может случится **паралич**, при котором есть **опасность остановки дыхания и сердца.**



Страшные

Одна сигарета сокращает жизнь на двадцать минут и **цифры!!!**
курильщик в среднем живет на **восемь лет меньше.**

Длительность жизни человека, выкурившего пачку и более сигарет за один день, уменьшается **на 7 лет** по сравнению с некурящими.

Известно, что человек живет столько, сколько живет его сердце. За 70 лет оно делает 2575 миллионов сокращений. А сердце курильщика несколько ускоряет свой ритм. Если человек выкуривает ежедневно **20 сигарет, то его сердце около 10 часов работает в ускоренном темпе.**

Следовательно, курильщик стареет раньше некурящих!!!!

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

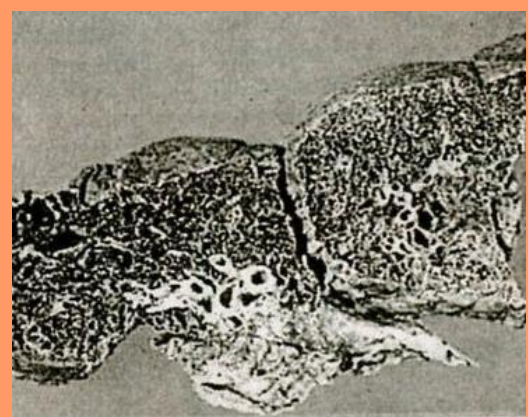


8 лет жизни
И МОЛОДОСТЬ —
В ПОДАРОК



Так выглядят лёгкие курящего

Хозяин этих лёгких курил более 5-ти лет.
Они заметно почернели.



Лёгкие курильщика с 15-летним стажем
забиты смолой и никотином.



25 лет человек не
расставался с сигаретой. Его
лёгкие обожжены, как
угольки.

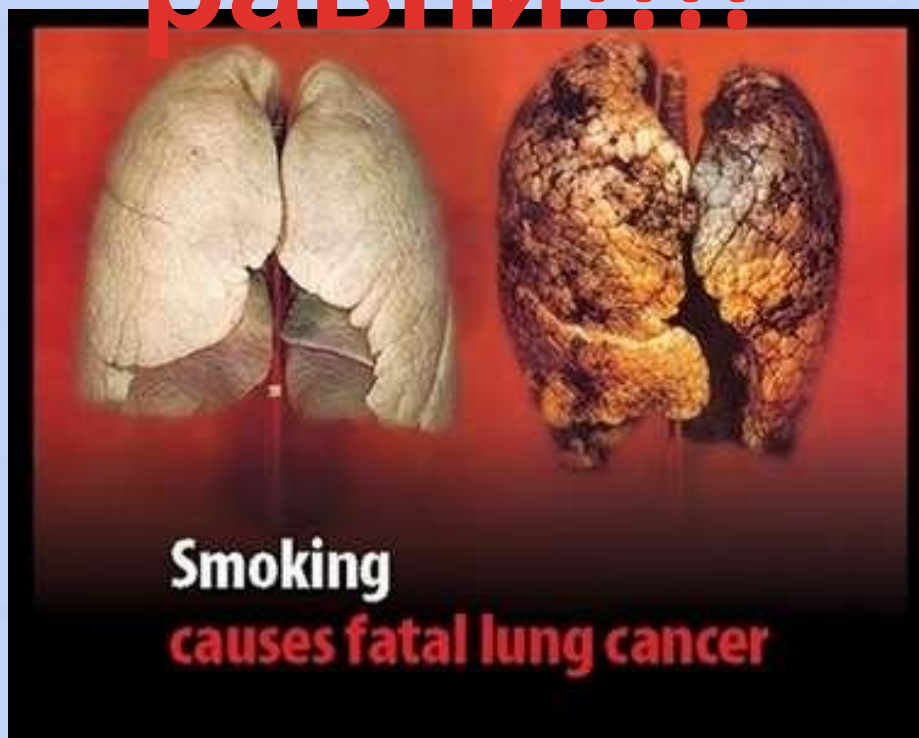


Болезни, ждущие курильщика:

- **Рак лёгких, рак гортани, рак губ и языка;**
- **Хронический бронхит и эмфизема (поражение лёгких, одышка и свистящее дыхание);**
- **Ишемическая болезнь сердца;**
- **Болезни сосудов ног;**
- **Гастрит и язва желудка;**
- **Импотенция;**
- **Неприятный запах изо рта, преждевременное старение.**

С

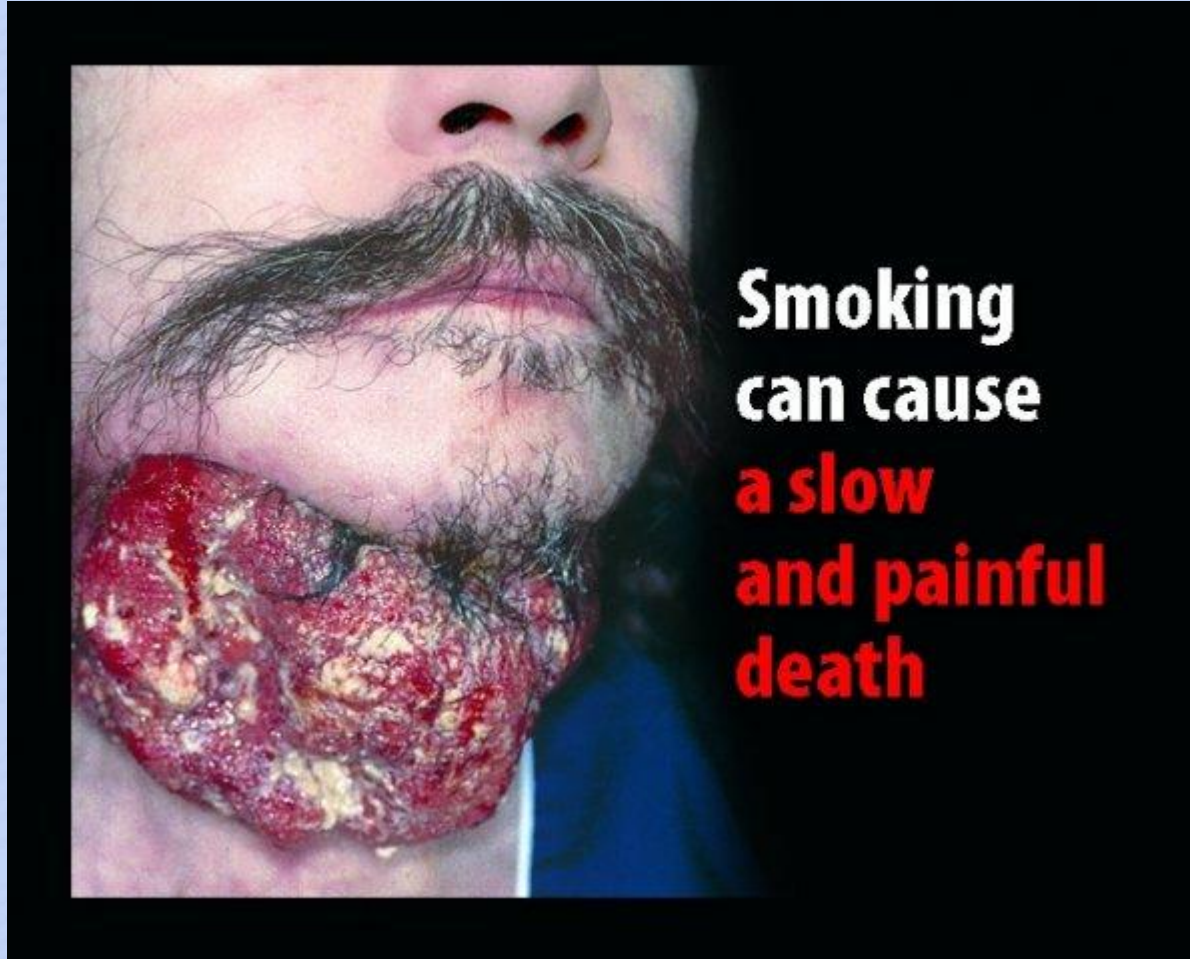
равни!!!!





Рак

губы



**Smoking
can cause
a slow
and painful
death**

**Рак
горла**



ПАРОДОНТОЗ

pln24.ru



ОНКОЗАБОЛЕВАНИЯ







92% Случаев рака ротовой полости от курения

Доказано: при наличии в семье курящих риск развития раковых заболеваний сильно возрастает.



Курение пагубно влияет на здоровье вашей ротовой полости

Установлено: если в помещении или транспорте накурено, у некурящих (хотя и в меньшей

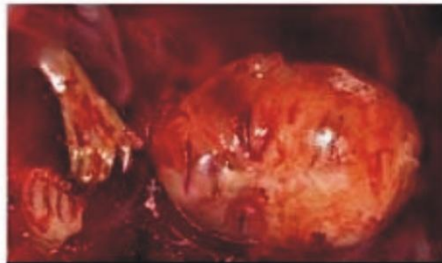


Курение может вызвать рак шеи и гортани

Яды, содержащиеся в никотине, что часто приводит к такому серьёзному заболеванию, как язва желудка.



Курение приводит к Атеросклерозу сосудов – заболевание, при котором ноги и руки может поразить гангрена



Курение увеличивает риск выкидыша при беременности



92% Случаев рака ротовой полости от курения

**Курение разрушает организм
Курение приводит к неизлечимым
болезням!!!!**

Курение снижает физическую активность!!!!

Курение портит цвет кожи!!!!

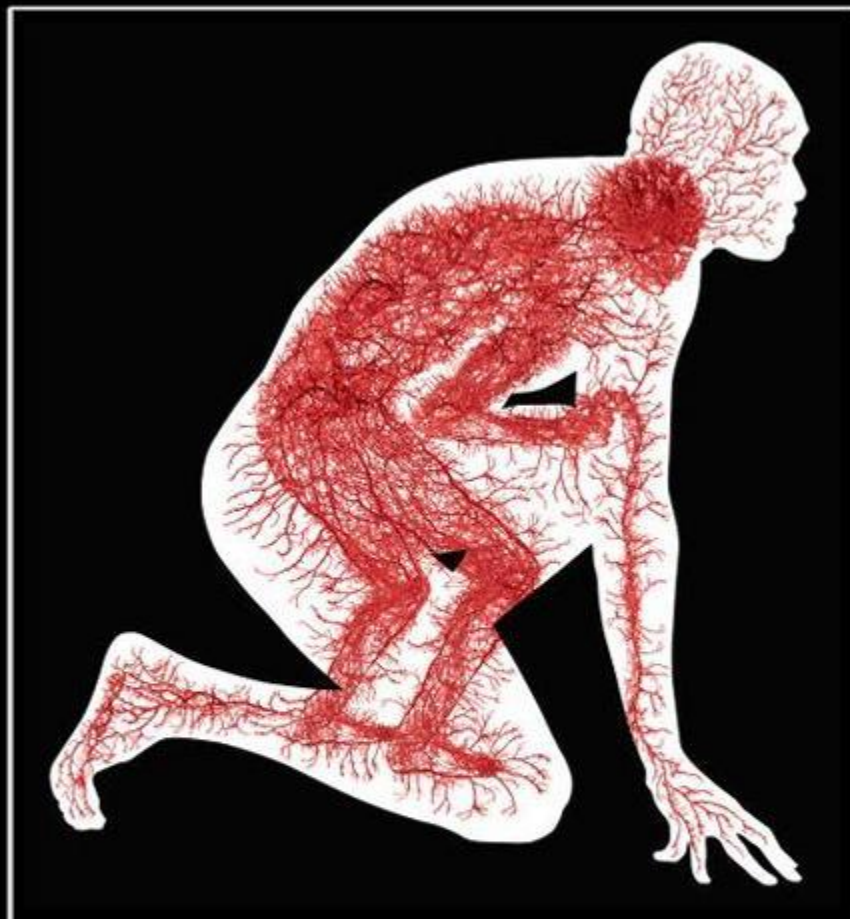
**Никотин забирает свободу, человек
становится его рабом!!!!**



**Мы против сигарет,
наш выбор-спорт**

**Курить начинают
по глупости, а не
бросают от слабости духа**





Опять пообещал себе
сходить в спортзал?
Опять соврал, иди, покури -ними стресс.

**Курильщик никогда
не добьётся
результатов в
спорте!**



Курить НЕМОДНО!!!



Хотя многие курят
Отравляя себя и близких людей



Я НЕ КУРЮ!!!

И Вам не советую
В ваших силах сделать курение “не модным”
Жизнь и так коротка...

Если Ты не куришь, вставь эту картинку к себе на сайт ;)

Я не курю!
И это мне нравится.

Будь умнее!



Курить или не курить – это совсем не личное дело. От этого страдают и окружающие. Существует более 10 способов бросить курить.

А еще лучше – не начинайте курить вообще!

Присоединяйтесь к тем, многим миллионам человек, которые уже бросили курить в мире за последние годы !!!



День **31 мая** объявлен как
Всемирный
ДЕНЬ БЕЗ ТАБАКА





**Не курите!
Бросайте, если
начали!!!**