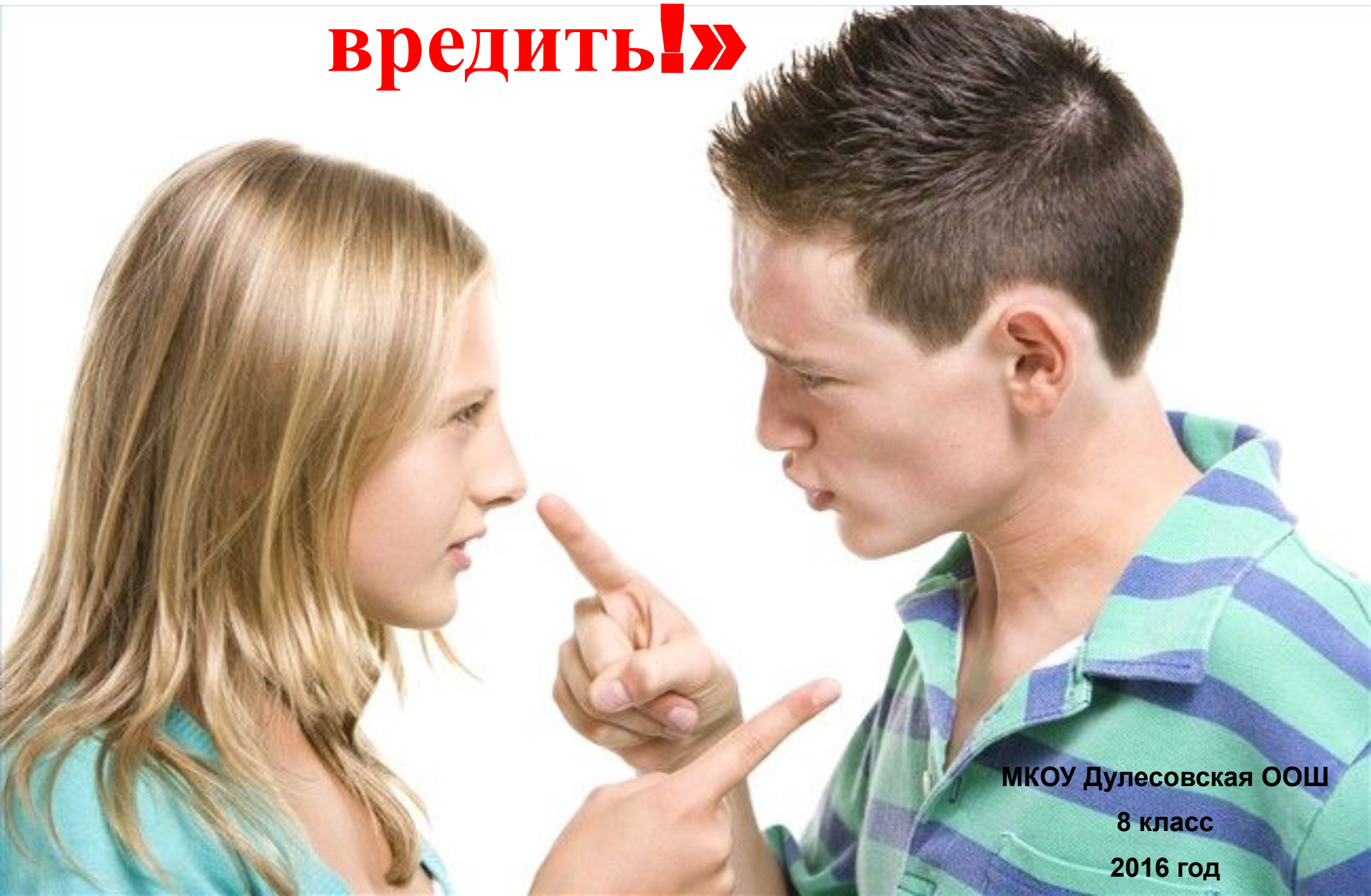


«Курить – здоровью вредить!»

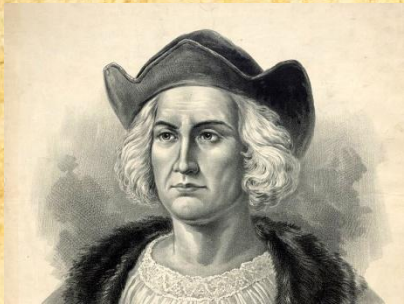


МКОУ Дулесовская ООШ

8 класс

2016 год

История курения



6 ноября 1492 года, впервые в жизни закуривая на Кубе трубку мира, Христофор Колумб и не подозревал, что открывает для Европы не только новый материк, но и опаснейшую болезнь и убийственную привычку



В 1634 году царь Михаил Федорович повелел «казнить смертью» курильщиков, а его сын, Алексей Михайлович, – «пороти ноздри и носы резати», после чего «ссылать в дальние города».



Алексей Михайлович запретил курение под страхом смертной казни. Правда, не из-за вреда для здоровья, а из-за пожароопасности (считали, что именно курение вызвало московский пожар 1634 года).



Продолжались эти гонения на курильщиков до Петра Первого. Именно при нем курение не только перестали запрещать. 11 февраля 1697 года запрет на курение в России был снят. По царскому указу табак разрешалось «продавать оный явно».

Что такое курение?

Курение – это вдыхание дыма некоторых тлеющих растительных продуктов.

Курение табака – одна из наиболее распространенных вредных привычек, отрицательно влияющая на здоровье курильщика и окружающих его людей.

Из чего состоит табачный дым?

70% курильщиков не могут назвать хотя бы одно химическое вещество табачного дыма, кроме никотина и смолы.

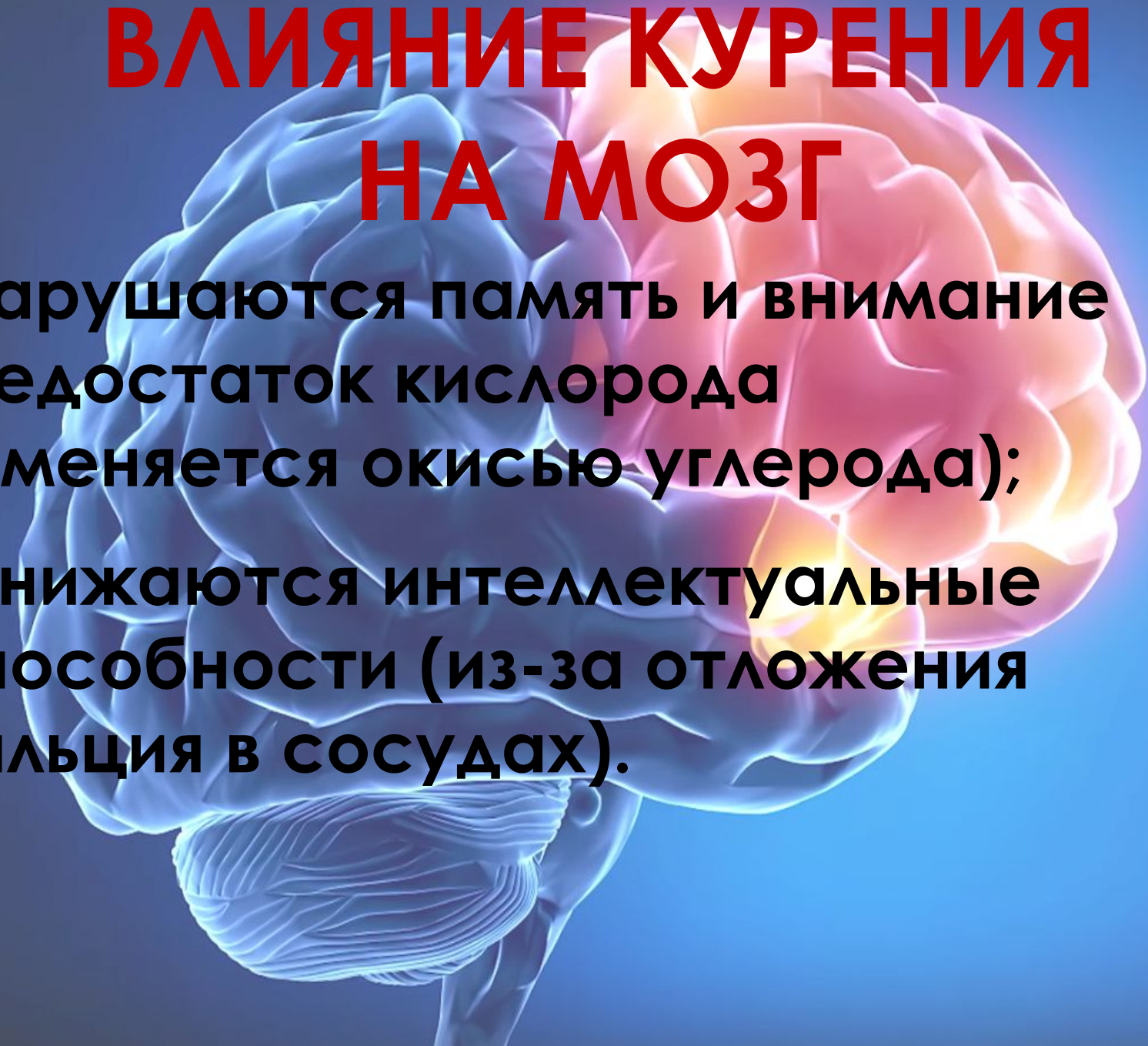
Никотин - это только одна составная часть табачного дыма. Курильщики вдыхают смертельный коктейль ядовитых химических веществ, включая мышьяк и полоний-210, метан, водород, аргон и цианистый водород..., а также еще более 4000 компонентов, многие из которых являются фармакологически активными, токсичными, мутагенными и канцерогенными (т.е. накапливаются в организме).

На что влияет курение?



ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА МОЗГ

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



ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ЛЁГКИЕ

- Дым оседает в виде смол (именно поэтому лёгкие курильщика тёмного цвета);
- Повышается риск заболеть раком (в каждой затяжке – более 4 тысяч химикатов);
- Риск пневмоний, эмфиземы, хронического бронхита.

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.

ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА СЕРДЦЕ

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

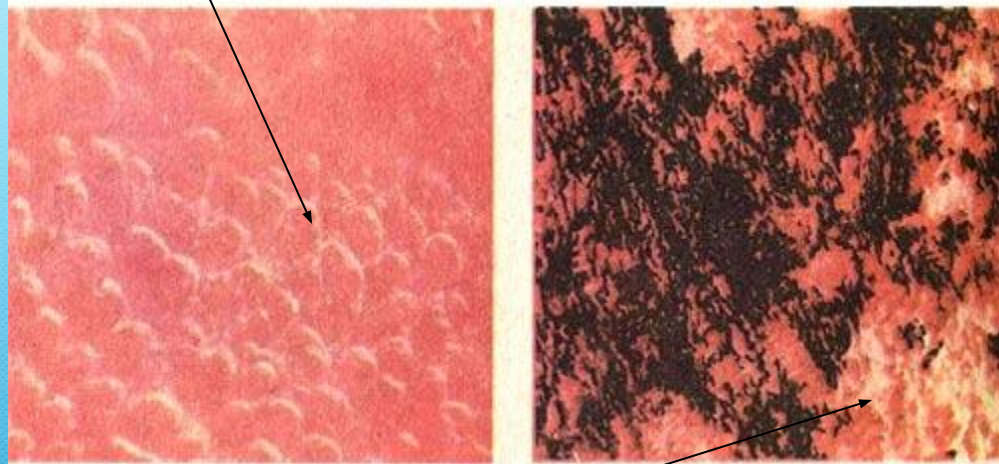
ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ГЛАЗА И КОЖУ

- Сигаретный дым раздражает глазную оболочку;
- С возрастом у курильщиков перерождение глазной оболочки может привести к слепоте;
- Сухая, дряблая кожа (обезвоживается из-за недостатка кислорода).



Лёгкие человека

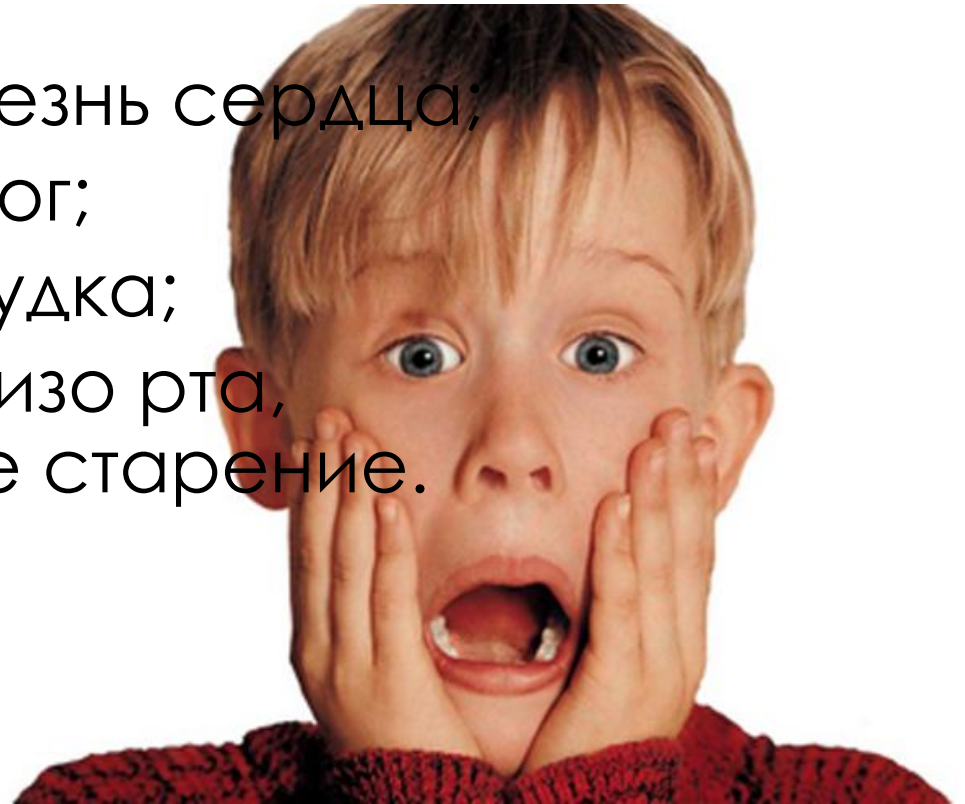
- Так выглядят лёгкие здорового человека.



- А так курящего человека.

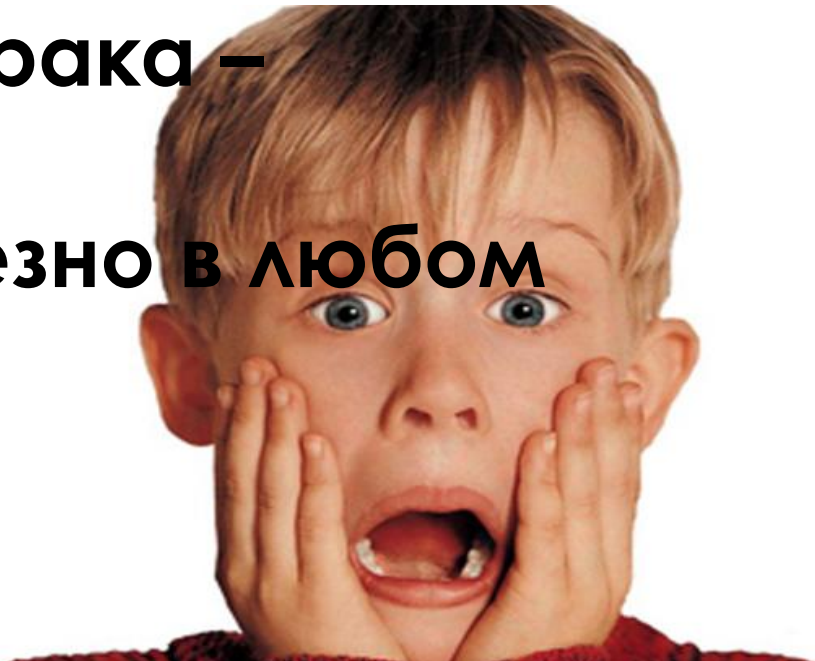
Болезни, ждущие курильщика

- 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;
- Неприятный запах изо рта, преждевременное старение.
- И др.



К СВЕДЕНИЮ

- Ежедневно от курения умирают 10000 человек в мире;
- Курение сокращает продолжительность жизни и повышает смертность населения;
- 90% умирающих от рака – курильщики;
- Бросать курить полезно в любом возрасте.





Берегите свое **ЗДОРОВЬЕ!**

- Это главное достояние человека и
им надо дорожить.

Делайте все,
чтоб сохранить



**Занимайтесь
спортом!**



**ПРАВИЛЬНО
ПИТАЙТЕСЬ!** **СОБЛЮДАЙТЕ
РЕЖИМ ДНЯ!**



Не курите!!!
Опасно
для жизни и здоровья





Спасибо за внимание!

