

# КУРИТЬ – ЗДОРОВЬЮ ВРЕДИТЬ!



*Здоровье – не всё, но всё без  
здоровья ничто.*

*Сократ.*

**Здравствуйте!**



# Что такое здоровье?

- - Здоровье - это когда тебе хорошо.
- - Здоровье - это когда ничего не болит.
- - Здоровье - это от слова «здорово».
- - Здоровье - это красота.
- - Здоровье - это сила и т.д.

Всемирная организация здравоохранения

«Здоровье - это не только отсутствие болезней, это состояние физического, психического и социального благополучия».

# Слагаемые здоровья



**НИКОТИН**- СИЛЬНЕЙШИЙ  
**ЯД**, КОТОРЫЙ ДЕЙСТВУЕТ  
НА НЕРВНУЮ СИСТЕМУ,  
ПИЩЕВАРЕНИЕ, НА  
ДЫХАТЕЛЬНУЮ И  
СЕРДЕЧНО- СОСУДИСТУЮ  
СИСТЕМУ.

## Болезни, вызываемые курением

### Злокачественные опухоли

Гортань

Рот и глотка

Пищевод

Трахея, бронхи, лёгкие

Острая миелоидная лейкемия

Желудок

Поджелудочная железа

Почки, уретра

Толстая кишка

Мочевой пузырь

У курящих женщин - рак шейки матки

### Хронические болезни

Инсульт

Слепота, катаракта

Периодонтит

Аневризма аорты

Ишемическая болезнь сердца

Воспаление лёгких

Атеросклероз периферических артерий

Хронический бронхит, астма

Перелом шейки бедра

У курящих женщин - гинекологические заболевания (включая бесплодие)



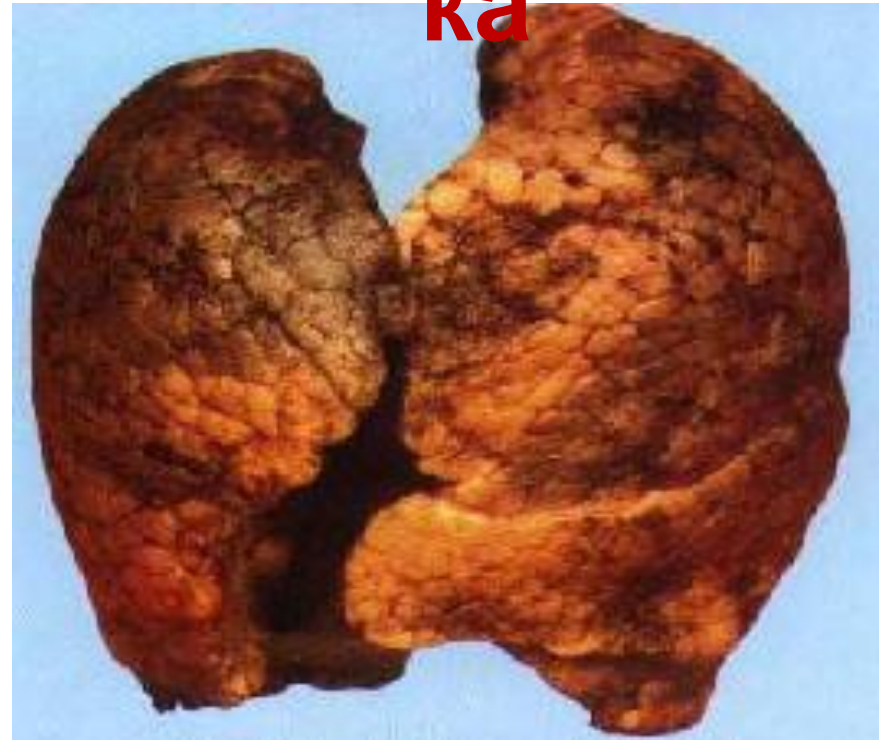


# *Больше всего от курения страдают лёгкие*

**Лёгкие  
здорового  
человека**



**Лёгкие  
курильщи  
ка**





# Сердце



# Зубы курильщика



# ЗАПОМНИ!

- \* Курение загрязняет лёгкие.
- \* Курение затрудняет проникновение кислорода в организм.
- \* Курение затрудняет нормальную работу сердца, оно быстро изнашивается.
- \* От курения желтеют зубы,
  - появляется дурной запах во рту.
- \* КАЖДАЯ СИГАРЕТА ОТНИМАЕТ ОТ 5 ДО 15 МИНУТ ЖИЗНИ.



# По данным Всемирной Организации Здравоохранения:

- **ЕЖЕГОДНО ОТ КУРЕНИЯ  
УМИРАЮТ**

**3 миллиона  
человек**

# Как ты понимаешь пословицы?

□ *Курильщик – сам себе могильщик.*



□ *Табак – забава для дураков.*



**Курящие отцы и матери  
сокращают не только свою жизнь,  
но и жизнь своих детей.**

**И если жизнь важна  
И вам она нужна,  
Возьми друзей за руки и  
борись.  
Труд, физкультура,  
спорт –  
И это наш девиз!  
Здоровый образ жизни  
– это жизнь!  
Здоровый образ жизни  
– наша жизнь!**



**Всем спасибо!**



**Будьте здоровы и счастливы!**