

The image shows the flag of the Republic of Belarus, which consists of a white and green upper half and a red and green lower half, separated by a red and green ornament. The flag is waving against a clear blue sky. Overlaid on the flag is the text "МЫ ВЫБИРАЕМ ЗОЖ." in a bold, blue, sans-serif font with a white outline. The text is slanted upwards from left to right.

**МЫ ВЫБИРАЕМ ЗОЖ.**

# Трезвость

даёт человеку  
разум,  
здоровье,  
красоту!



# *Профилактика вредных привычек у детей*



# Как не попасть в зависимость.

Выполнила: классный  
руководитель  
Лунегова Елена  
Михайловна  
МОУ СОШ №3  
с. Кочубеевское



# Подумай надо ли это тебе.

- Курение это настоящая наркомания, и тем более опасная, что многие не принимают всерьез.
- Распространением этой пагубной привычки, растет, так как пока еще значительное число людей не считает курение вредным для здоровья.

# Опасность никотина.

- Никотин – один из самых опасных ядов растительного происхождения. Птицы (воробьи, голуби) погибают, если к их клюву всего лишь поднести стеклянную палочку, смоченную никотином. Кролик погибает от 1/4 капли никотина, собака – от 1/2 капли. Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг, или 2-3 капли. Именно такая доза поступает ежедневно в кровь после выкуривания 20-25 сигарет (в одной сигарете содержится примерно 6-8 мг никотина, из которых 3-4 мг попадает в кровь). Курильщик не погибает потому, что доза вводится постепенно, не в один прием. К тому же, часть никотина нейтрализует формальдегид – другой яд, содержащийся в табаке. В течение 30 лет такой курильщик выкуривает примерно 20000 сигарет, или 160 кг табака, поглощая в среднем 800 г никотина.

# Доза никотина равна смерти.

- Систематическое поглощение небольших, не смертельных доз никотина вызывает привычку, пристрастие к курению. Никотин включается в процессы обмена, происходящие в организме человека, и становится необходимым. Однако если некурящий человек в один прием получит значительную дозу никотина, может наступить смерть

# Это может стать пагубной привычкой.





ЭТО  
ВЫСАСЫВАЕТ



ИЗ ТЕБЯ  
ЖИЗНЬ!

# Риск развития заболевания.

- Живущие в накуренных помещениях дети чаще и больше страдают заболеваниями органов дыхания. У детей курящих родителей в течение первого года жизни увеличивается частота бронхитов и пневмонии и повышается риск развития серьезных заболеваний.

# Здоровье прежде всего.



Здоровая ткань легкого



Больная ткань легкого

# Мама и ее ребенок.

- Дети, родившиеся от курящих матерей, отстают от своих сверстников в умственном развитии.









231. ИШЕМИЯ РАНИ  
Кровоизлияние в  
головной мозг  
Большой употребил  
кокаин с развитием  
гипертонической болезни

232. ИШЕМИЯ РАНИ  
Кровоизлияние в  
головной мозг  
Большой употребил  
кокаин с развитием  
гипертонической болезни

233. ИШЕМИЯ РАНИ  
Плохо  
Абсолютно здоровый  
Исторически окружен  
Плохо употребил  
употребляющей наркотиками



# Тело **20** летней девушки.



- В 1996 году, перед самой смертью, она завещала своё тело для науки и в назидание потомкам.

- Инвалидом может стать каждый курящий.



# Курение подростков.

- Курение подростков, в первую очередь, сказывается на нервной и сердечной-сосудистой системах. В 12-15 лет они уже жалуются на одышку при физической нагрузке





# Курение и школьник не совместимы.

- Состояние здоровья, подорванное курением, не позволяет выбрать род занятий по душе, добиться успеха (например, юношам стать летчиками, космонавтами, спортсменами, девушкам – балеринами, певицами и др.). Курение и школьник несовместимы. Школьные годы – это годы роста как физического, так и умственного. Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками.

# Наркомания.

- В широком понимании наркомания — это болезненное влечение или пристрастие к наркотическим веществам, употребляемым различными способами (глотание, вдыхание, внутривенная инъекция) с целью добиться одурманивающего состояния. Для этого, используют разные вещества, например такие подлинно сильнодействующие наркотики, как опий, морфий, героин, и слабодействующие — кокаин, марихуана.







# Употребление лекарственных препаратов.

- Похожее действие оказывают также некоторые лекарственные препараты, не отнесенные к разряду наркотических. Злоупотребление ими можно называть лекарствоманией.





# Токсикомания.

- Все применяемые одурманивающие вещества (как настоящие наркотики, так и другие препараты растительного происхождения или получаемые химическим путем)—сильные яды, т. е. токсины, поэтому стремление к одурманивающему состоянию с помощью ненаркотических веществ следовало бы называть, как уже принято, токсикоманией.







# Зависимость наркотиков.

- Все наркотические вещества вызывают одурманивающее состояние. Затем постоянно нарастающий наркотический голод, свидетельствующий о возникновении зависимости; по мере употребления наркотиков прогрессирует физическое и психическое истощение организма, которое в итоге ведет к преждевременной смерти.



# Психическая зависимость.

- Обычно у человека уже после нескольких приемов наркотических веществ развивается сильное, неодолимое влечение к одурманивающему состоянию, называемое психической зависимостью от наркотиков

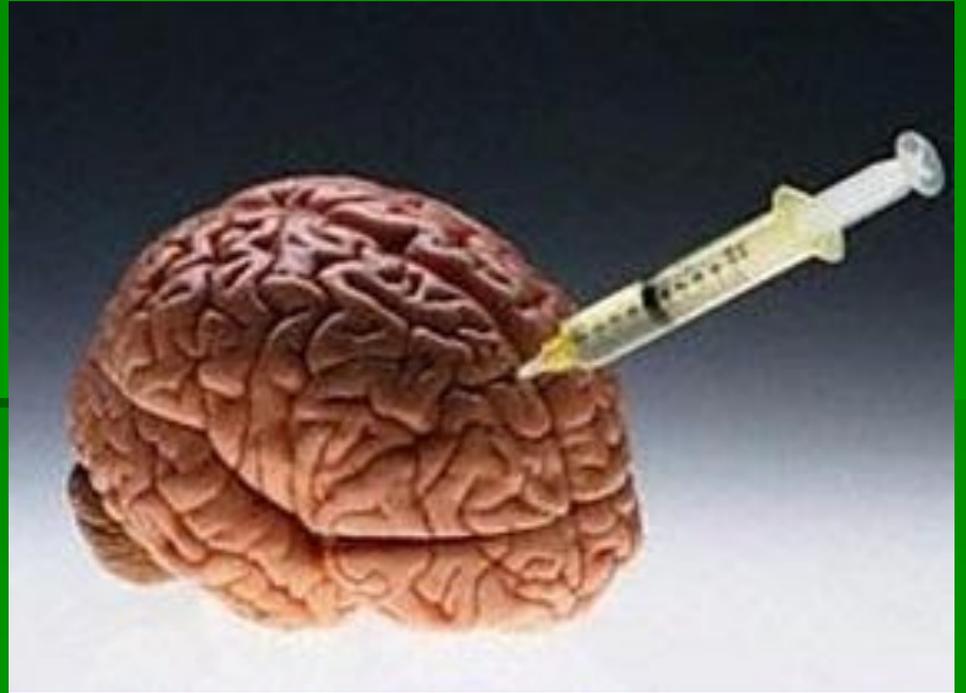






# Физическая зависимость.

- Есть и иная, значительно более глубокая зависимость, называемая физической. Заключается она в том, что наркотики по мере их употребления как бы входят в химический состав тканей организма, вследствие этого возникает привыкание и наркотики становятся необходимым условием для сохранения биологического и химического равновесия всего организма.















Так он и умер.



# Последствия.

- Употребление наркотиков, помимо психической и физической зависимости, всегда приводит к необратимому грубому нарушению жизнедеятельности организма и социальной деградации наркомана. Именно эти последствия составляют наибольшую опасность для здоровья и жизни человека.















2005© "Faces of MeIn"



1.5 Years Later



ВНЕШНЯЯ ПОСТАТЬ



**ПРОЖИВИ СВОЮ ЖИЗНЬ!**



**СКАЖИ НАРКОТИКАМ  
НЕТ!**

**НЕТ!**

