# ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ: ПОСЛЕДСТВИЯ

- травы)
- Употребление алкоголя (вино, пиво, водка, алкогольные коктейли...)
- Энергетические напитки
- Наркомания
- Токсикомания
- Игромания



#### Вредная привычка -

#### Курение



### Курение – это ...

 Яд, вред, причина рака, смерть, никотин, засоряются легкие, причина смертельных заболеваний, разрушение легких, наркотики, знак плохого здоровья...

#### Сигарета в руке – это...

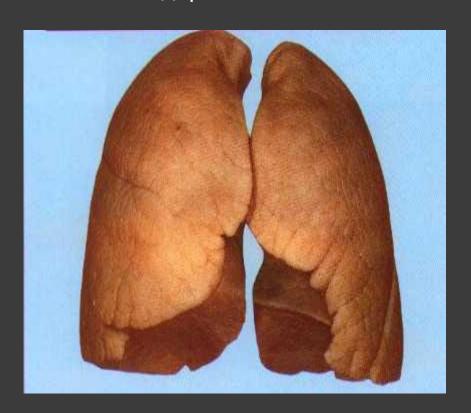
 Ужас, неприятно, большой вред, хулиганство, знак плохого поведения, заражает наш организм, заражает всех кто стоит рядом, это жизнь на 5 минут меньше ...

#### Какой вред приносит сигарета?

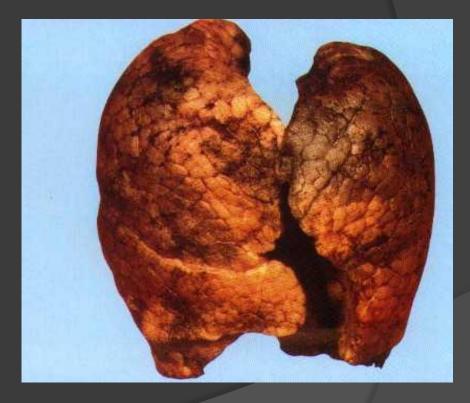
- Рак легких, бронхит, заболевание сердца.
- Неровное дыхание, трудность в запоминании, внешний вид курильщика
- Сигареты при горении выделяют ядовитые вещества – смолы, никотин, угарный газ.
- Каждая выкуренная сигарета уносит 5 мин жизни.

#### Последствия

Здоровые лёгкие



Лёгкие курильщика



#### Раковые заболевания



A fatal month cancer in a 28-year-old who dipped a can a day for 10 years.

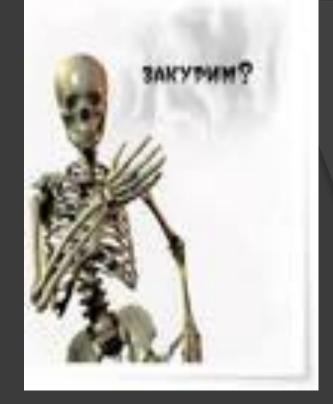
Девушка и курение



Курение наносит женскому организму непоправимый ущерб.

30% курящих девушек страдают заболеваниями щитовидной железы, а инфаркт миокарда у курящих женщин бывает в 3 раза чаще, кожа становится серой, неэластичной, зубы и пальцы - желтыми от никотина

Ежегодно в России умирает около миллиона человек от болезней, вызванных курением





#### В целом курильщики сокращают себе жизнь на 25

лет





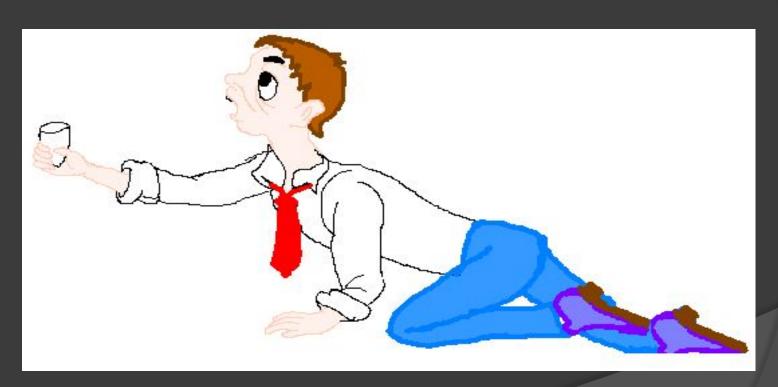


# Курить – здоровью вредить!!!





## вредная привычка-Алкоголь





Алкоголь — самый распространённый наркотик

#### АЛКОГОЛЬ — ЯД!

- •Головной мозг
- •Заболевание желудка
- Поражение центральной нервной системы
- •Ухудшение памяти
- •Замедление реакции
- •Легкие
- •Кровь
- •Печень





## Самое разрушительное действие алкоголь оказывает на сердце и печень человека





#### Влияние на кожу

Пьющий человек почти всегда выглядит старше своих лет: его кожа очень скоро теряет свою эластичность и стареет раньше времени.

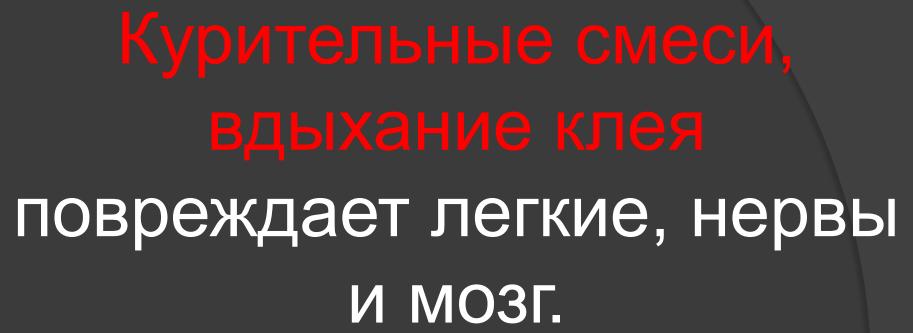


Вредные привычкинаркомания, токсикомания.

## Любой наркотик – яд.



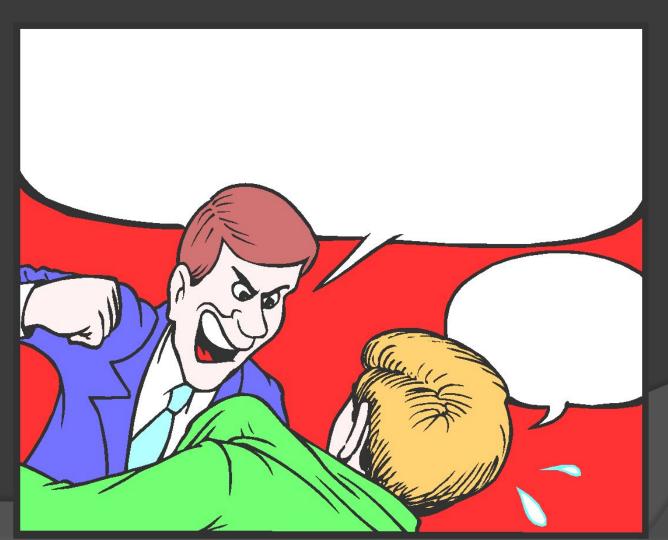
Все наркотики воздействуют на ум, память, разум человека.







## Наркотики разрушают дружбу•





Наркотики толкают на кражи насилие.



Наркотики затрудняют обучение.



#### Полезные привычки

- •Занятия спортом
- •Правильное питание
- •Закаливание
- •Режим дня
- •Правильный сон
- •Утренняя гимнастика
- •Соблюдение личной гигиены







Адоровье - это бесценный дар

Разрушить свое здоровье можно, купить невозможно.