

# «Курение»



Выполнила:

преподаватель  
НАТК Туманова Е.М.




Курение - вид бытовой наркомании, наиболее распространенная форма которой - никотинизм - курение табака.



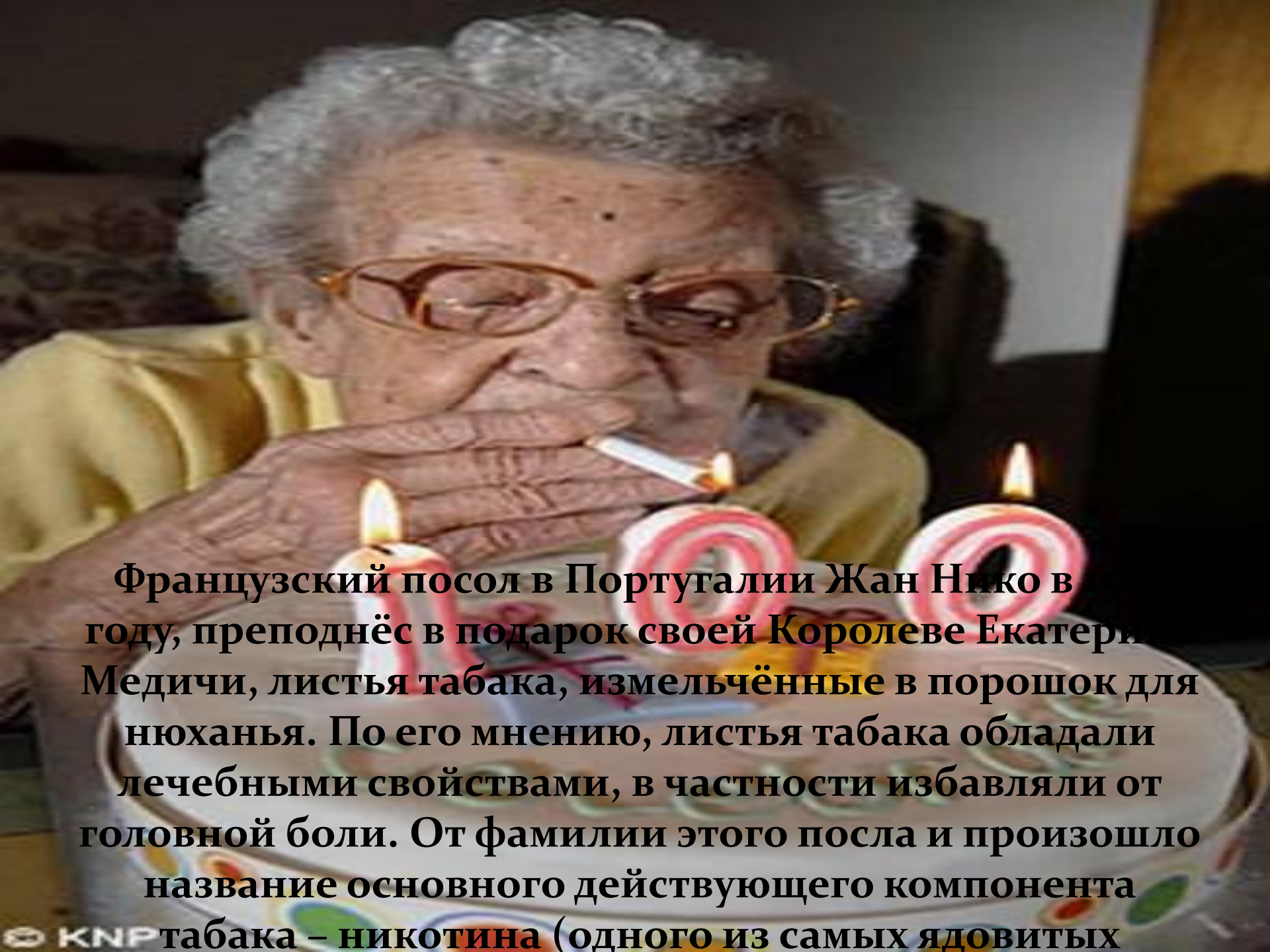
**НИКОТИН-ВРАГ ЗДОРОВЬЯ!**

A black plate with a white center containing a pen, a marker, a pen nib, and a pen cap. The text is overlaid on the plate.

15 марта 1496 года корабль второй экспедиции Колумба «Эль Ниньо», привез в Европу высушенные листья специальной травы для курения. Трава была «родом» из провинции Табаго и была представлена европейцам под именем «табак».

A close-up photograph of a hand holding a pack of cigarettes. The pack is partially open, and several cigarettes are visible, protruding from the top. The cigarettes are white with gold bands. The hand is positioned at the bottom of the frame, and the background is a plain, light color.


Табак выращивали в Америке задолго до открытия ее европейцами. В Европу это растение завезли в конце XV века и изначально прижилось не курение табака, сначала выращивали как декоративное и лекарственное средство.



Французский посол в Португалии Жан Нико в 1560 году, преподнёс в подарок своей Королеве Екатерине Медичи, листья табака, измельчённые в порошок для нюханья. По его мнению, листья табака обладали лечебными свойствами, в частности избавляли от головной боли. От фамилии этого посла и произошло название основного действующего компонента табака – никотина (одного из самых ядовитых



**– Кто накурился? Я накурился?  
Да я вообще не курица!**



Мы неоднократно слышим даже такое:  
курение полезно, у каждого человека есть в  
теле никотин, потому, что организм человека  
сам его вырабатывает. Это ложь! Ничего  
полезного в курении нет.




**Первое время курение преследовалось, и курильщиков жестоко наказывали. В Англии за курение, курильщики подвергались суровым наказаниям вплоть до смертной казни, головы с трубкой во рту выставлялись на площадях. В Турции за курение, злостных курильщиков сажали на кол. В России во время царствования Михаила Романова, за курение, курильщиков подвергали телесным наказаниям – палочным ударам по подошвам, при повторном курении отрезали нос.**



# ЧЕСТНАЯ «РЕКЛАМА»



**В сигарете содержится примерно 6 - 8 мг никотина, из которых 3 - 4 мг попадает в кровь...Окись углерода создаёт помехи в осуществлении одной из важнейших функции крови – нести кислород к различным органам и тканям... и это всё курение.**

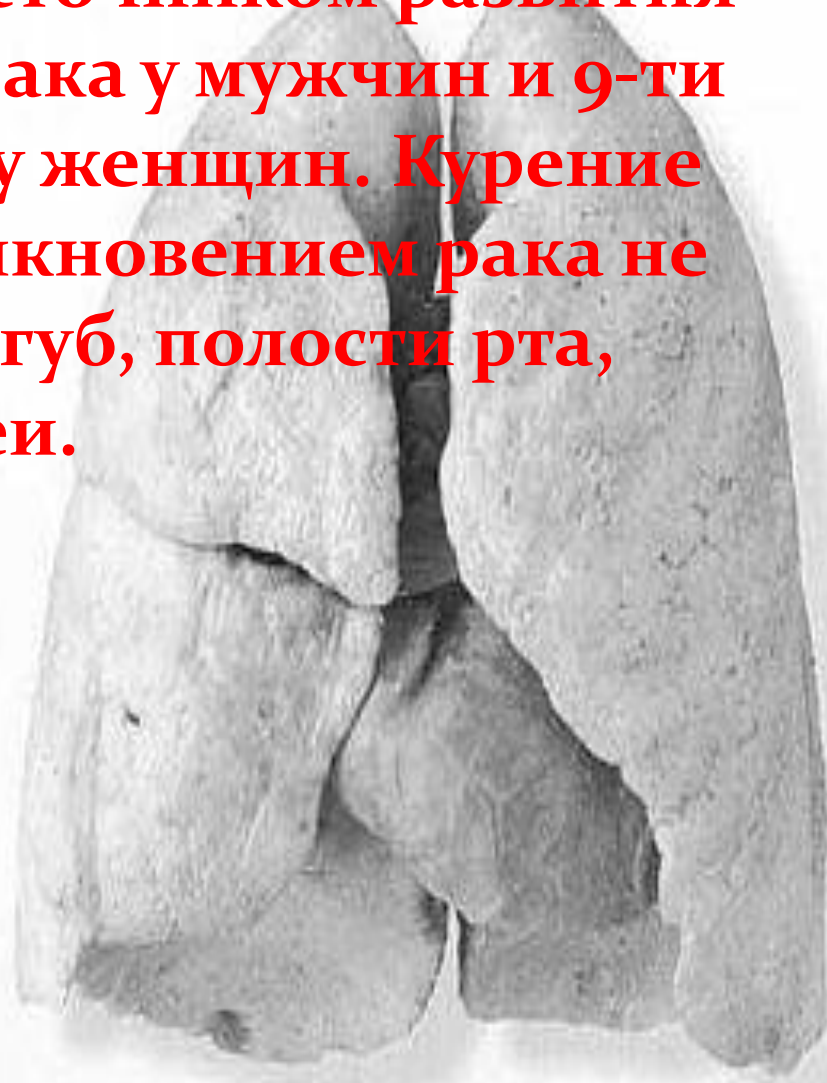
A person is shown from the chest up, with their mouth wide open. They are holding a large, dense pack of cigarettes in their mouth. A plume of white smoke is rising from the pack. The person's eyes are closed, and their expression is one of intense focus or perhaps discomfort. The background is a plain, light-colored wall.

**Человек выкуривающий пачку сигарет в день, получает от полония дозу облучения в 3,5 раза больше дозы, принятой международным соглашением по защите от радиации... Особенно вреден дым от конца сигареты.**

**Табачный дым надо разбавить  
чистым воздухом в 384 000 раз, чтобы  
он стал безвредным для дыхания.**



**Курение может стать источником развития 7-ми разновидностей рака у мужчин и 9-ти разновидностей рака у женщин. Курение табака связано с возникновением рака не только легких, но и губ, полости рта, трахеи.**



*Курить-это круто!!!*

*Да конечно :)*

Существует такой миф про курение, будто сигары и трубки курить безопаснее, поскольку ими не затягиваются.

Однако именно курение сигар и трубок способствует возникновению рака гортани и губы. Кстати, сигары – это лидеры по содержанию смол.





Курение наносит вред здоровью не только самим курильщикам, но и окружающим




**Курение! Да или Нет?! Вам  
решать.**



Курение снижает аппетит; таким образом, заменяя приём пищи сигаретой, девушки пытаются сбросить «лишний» вес.





**Первую сигарету обычно пробуют в «трудном» подростковом периоде, когда хочется сделать всё наперекор родителям и добрым советам. Т.к. ни вкус, ни запах сигареты нельзя назвать приятным, подросток пробует курить снова и снова, пытаясь понять что же так нравится в сигаретах взрослым. В итоге это приводит к никотиновой зависимости.**



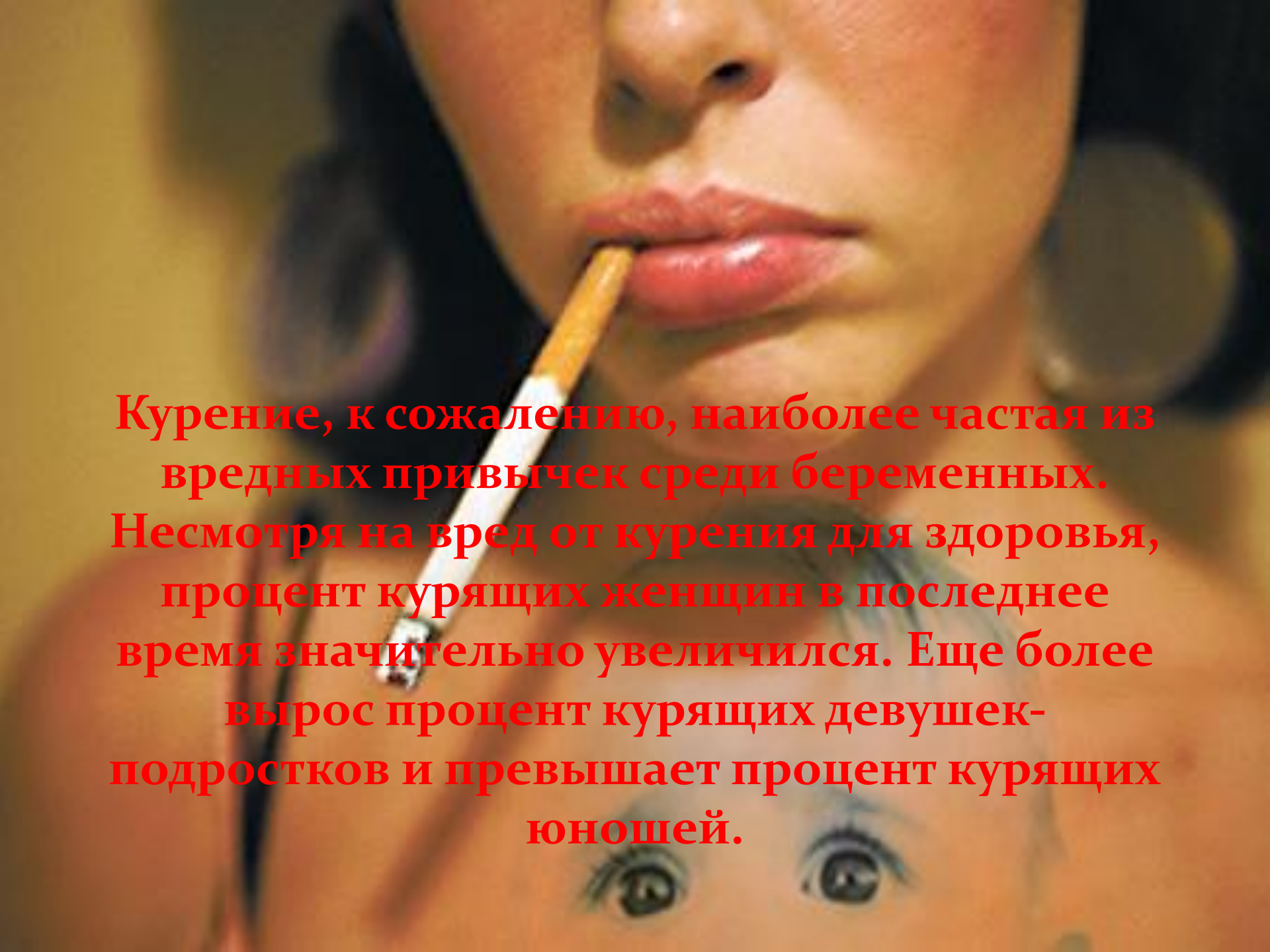
Курение -  
психологическая  
потребность....

..заполнить пустоту внутри себя.. хотя бы  
дымом.

Зависимость от  
табакокурения может  
быть как  
психологической, так  
и физической.  
При физической  
зависимости  
требование  
организмом  
никотиновой дозы  
так сильно, что все  
внимание курящего  
сосредоточивается на  
поиске сигареты.



УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ?

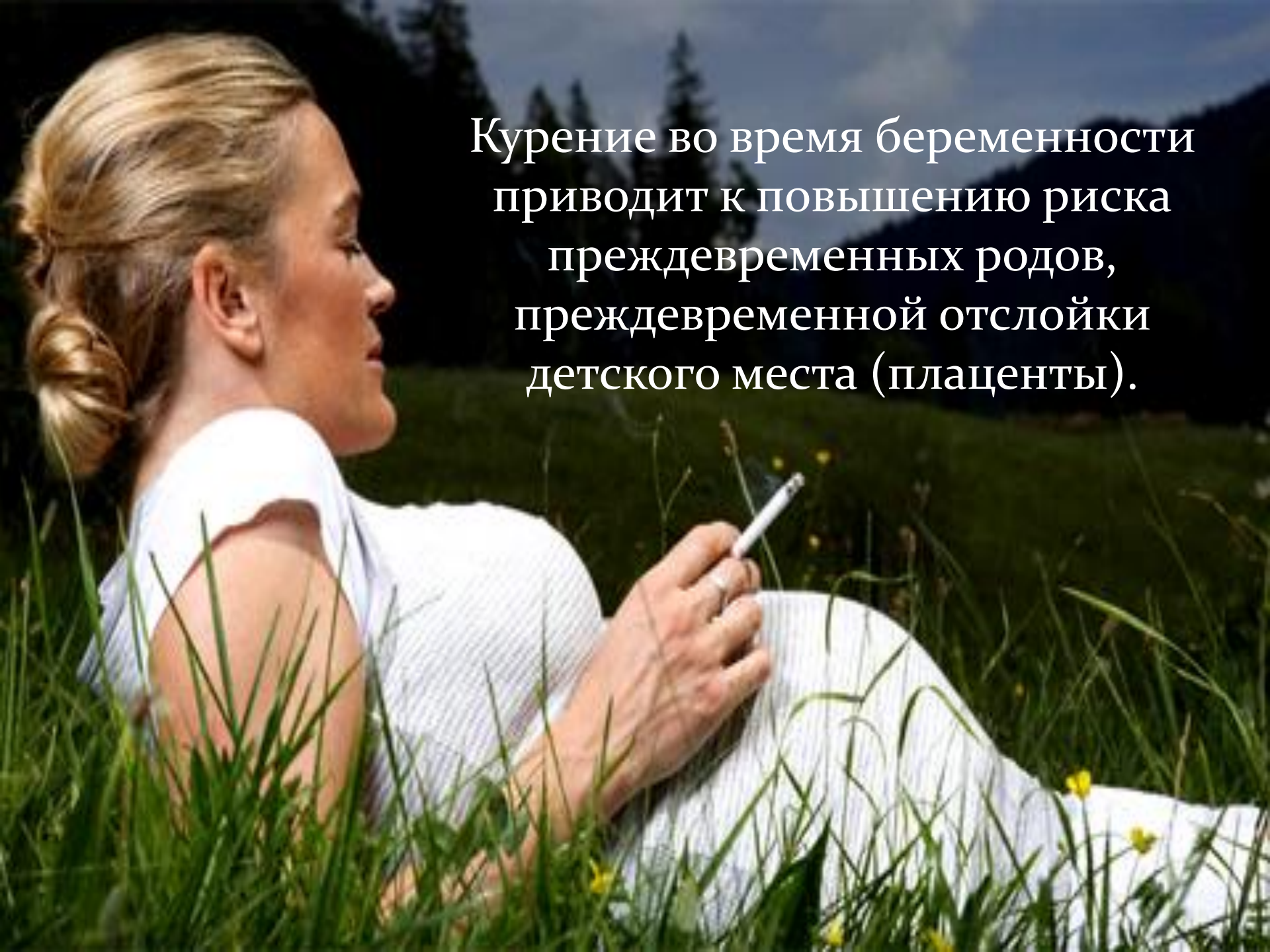
A close-up photograph of a woman's face, focusing on her mouth and nose. She is holding a lit cigarette in her mouth. The background is blurred, showing what appears to be a dark earring and a dark top. The text is overlaid in red on the lower half of the image.

**Курение, к сожалению, наиболее частая из вредных привычек среди беременных. Несмотря на вред от курения для здоровья, процент курящих женщин в последнее время значительно увеличился. Еще более вырос процент курящих девушек-подростков и превышает процент курящих юношей.**

# Результат влияния курения на плод


Наиболее видимым результатом курения во время беременности является развитие гипотрофии плода (уменьшение роста и веса плода). Чем больше дыма вдыхается матерью (даже если она сама не курит, но часто находится в прокуренном помещении, т. е. является пассивной курильщицей), тем больше выражена степень гипотрофии у ребенка.



A pregnant woman with blonde hair tied back, wearing a white short-sleeved top, is sitting in a field of tall green grass with small yellow flowers. She is holding a lit cigarette in her right hand. The background shows a line of dark evergreen trees under a clear sky.

Курение во время беременности  
приводит к повышению риска  
преждевременных родов,  
преждевременной отслойки  
детского места (плаценты).

# Я НИКОГДА НЕ СТАНУ МАТЕРЬЮ



Если женщина выкуривает  
в день около десяти сигарет,  
то она может остаться

**БЕСПЛОДНОЙ**

в два раза чаще,  
чем некурящая.

Именно яйцеклетка  
в женском организме  
сохраняет все вредные  
вещества от табачного  
дыма, теряя при этом  
способность  
к оплодотворению.

# И МНЕ НА ЭТО НАПЛЕВАТЬ!

Врожденные дефекты  
сердца, головного  
мозга чаще  
встречаются у детей,  
чьи матери курили во  
время беременности.

Курение матери  
может увеличить риск  
синдрома внезапной  
смерти  
новорожденного. Как  
правило, они отстают  
в росте, чаще болеют,  
хуже учатся.








Поэтому, думая о  
здоровье своего  
будущего  
малыша,  
откажитесь от  
курения во время  
беременности, а  
еще лучше - не  
курите вообще.

**Табачный дым нарушает работу чувствительной дыхательной системы, кроме того, никотин одурманивает малыша. И повышает риск внезапной детской смерти.**



A conceptual image where a baby is sitting inside a glass, and a lit cigarette is positioned above the glass, with smoke rising. The background is dark, and the glass is illuminated from below, creating a dramatic effect.


По предварительным оценкам,  
около половины всех детей  
живут с курящими родителями.  
Пассивное курение особенно  
опасно для самых маленьких  
детей – и потому, с самого  
начала – настойчивая просьба  
всем молодым мамам: не курите  
в присутствии ребенка!

**ЗАЩИТИТЕ**

**МЕНЯ...**



«Человек курящий -  
подобен трубе дымящей»



**К негативным последствиям курения относятся жёлтые зубы, неприятный запах изо рта, неприятный запах от волос, неприятный вкус во рту по утрам.**

**ЗАТЯНУСЯ!**





Курение — частая причина пожаров.


Окурки сильно захламляют улицы и помещения.

По некоторым данным, курение усиливает алкогольное опьянение в полтора-два раза.

Курение портит память!



**Пассивное курение - это опасность замедленного действия!**



**КУРЕНИЕ ВРЕДИТ НЕ ТОЛЬКО КУРИЛЬЩИКУ,  
НО И ОКРУЖАЮЩИМ**

Скажите другу:  
«Не кури в моей квартире»  
«Не кури в моей машине»  
«Не кури в моем кабинете»

**ВЫ НЕ ОБИЖАЕТЕ ЕГО, ОН ОБИЖАЕТ ВАС**



# Борьба с курением



Борьба с курением требует, прежде всего, систематической антирекламы табака. Необходимы также запрет рекламы табака и запрет курения в общественных местах.



**БРОСИТЬ  
КУРИТЬ  
МНЕ ПОМОГ  
МОЙ ВТОРОЙ ИНФАРКТ**

A black and white close-up photograph of a baby's face. The baby has large, dark eyes and is looking directly at the camera. There are two tears on its cheeks, one on each side, suggesting sadness or distress. The background is out of focus.

Какой следует сделать вывод?

Даже когда период грудного вскармливания закончился, и для ребенка, и для всех членов семьи будет гораздо лучше, если родители совсем откажутся от вредной привычки курить.

Воздержитесь от курения в квартире, и сев в машину немедленно зажигать сигарету тоже не стоит!



Особенно опасно воздействие табачного дыма на ребенка в закрытых маленьких помещениях или в автомобиле. А также, если ваши друзья – заядлые курильщики - хотят познакомиться с малышом. Не позволяйте уговорить себя зайти к ним в гости на минутку, а договоритесь встретиться в кафе для некурящих. Потому что ребенку опасно находиться везде, где часто и много курят!

Хотя многие курят

Отравляя себя и близких людей

**Я не курю**

И вам не советую

В наших силах сделать курение "не модным"

**Жизнь и так коротка**



**Здоровья**

**Вам и**

**Вашим**

**детям**

**!**