



Курительные смеси



ЗАБЫВАЙ!



Что такое курительные смеси?



Это смешанные в разных пропорциях и комбинациях травы, их листья, корневища или экстракты.



Курение и последствия



здоровья, знают
Дальше мы еще будем
это неприятности и
заболеваемость и сме
отсрочены во
среды некурящих (это
ни его не коснется,
возраста), которые
болезнях, которые
и начавших курить в



«Авос
опасн
распл
хоро
поздн
здоро



не со мной» —
ронесет,
Специалистам
вычку рано или
в ухудшении

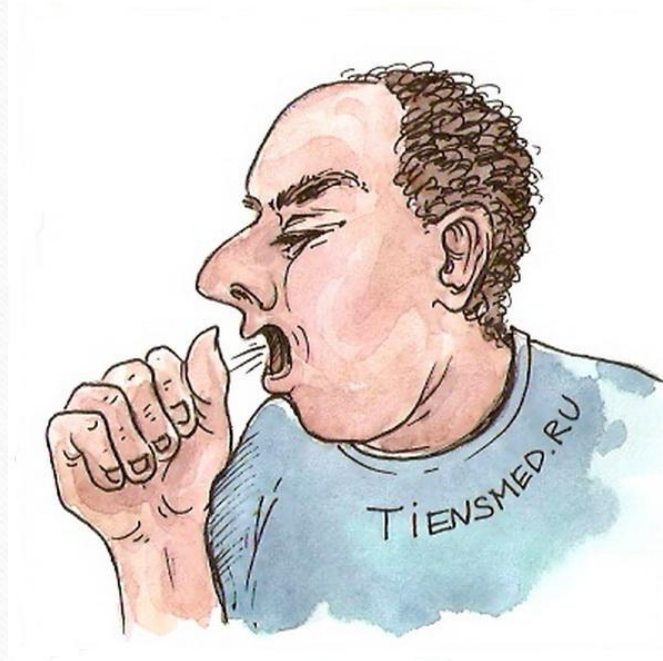
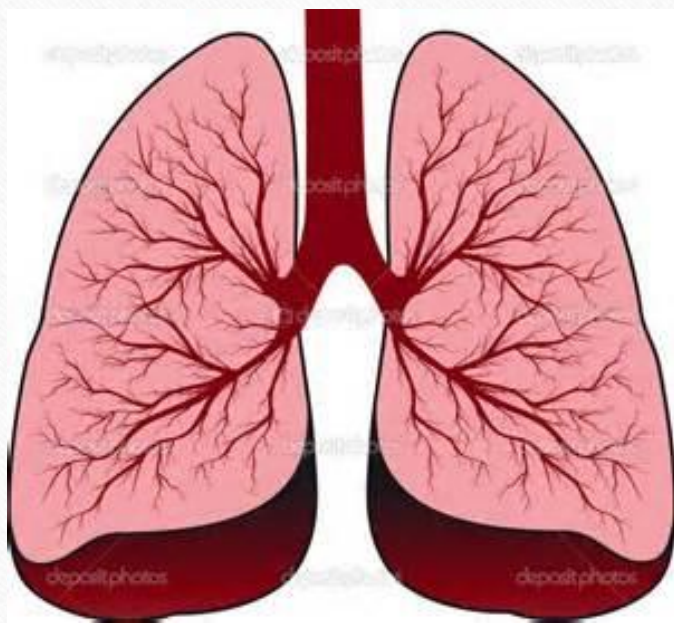
Вряд ли нужен
лист болевой
Для приема, внутри
«Столичной»...



Курение и последствия

С курением связано до 90 % смертности от рака легких, 75 % — от бронхита и 25 % — от ишемической болезни сердца среди мужчин в возрасте до 65 лет.

Во многих странах число курящих продолжает расти преимущественно за счет женщин и детей. К сожалению, растет и производство табачных изделий.



Кто и почему начинает курить

Курение, на наш взгляд,— легко приобретаемая привычка, характеризующаяся привыканием прежде всего к никотину. В литературе нет недостатка в описании результатов многочисленных опросов различных контингентов населения в отношении причин начала курения. В детском возрасте на первое место выступает любопытство, пример взрослых и друзей, влияние кино и телевидения (курят «настоящие мужчины» и «независимые эмансипированные женщины»). напряженная семейная ситуация, желание «быть как все» сверстники и, наконец, в несколько более старшем возрасте боязнь казаться немодным и несовременным



Кто и почему начинает курить



cross-club.ru

Курить начинают не только в детском и юношеском, но и в более зрелом возрасте, причины самые различные — переживания, неприятности на работе, семейные конфликты, злоупотребление алкоголем, курят от нечего делать, для успокоения нервов. Не знаем, насколько это справедливо, но утверждают, что мужчины чаще курят для удовольствия, а женщины для подавления отрицательных эмоций. Впрочем, «в курение» от отрицательных эмоций «бегут» как женщины, так и мужчины.

Борьба с курением

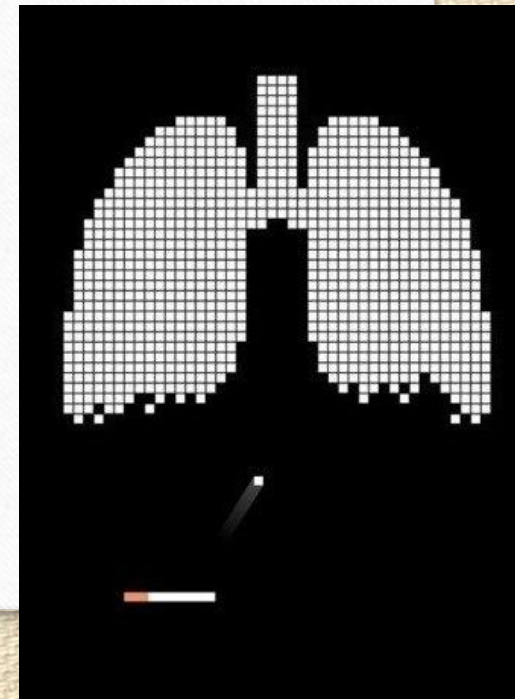
На международном уровне бурное внимание борьбе с курением уделяет Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) и кончая индивидуальными действиями. Все эти меры ориентированы на три группы населения некурящих, курящих и бросивших курить.

В 1980 году Всемирная организация здравоохранения

сформулировала свое отношение к курению в следующем слогане: «Курение или здоровье — выбирайте сами!» Это часть

программы ВОЗ «Здоровье для всех» к 2000-году» в профессиональных группах населения;

- уменьшение вредного воздействия табачного дыма;
- уменьшение влияния пассивного курения на некурящих;
- помощь бросившим курить, с тем чтобы они вновь не начали;



Бросьте курить сейчас!

Табачный дым содержит около 4000 химических веществ

Более 50 веществ вызывают у людей рак

250 из них ужасно вредны для здоровья



Что будет с Вашим организмом, если Вы бросите курить прямо сейчас.

20 минут.

Ваше артериальное давление придет в норму



3-9 месяцев.

Кашель, хрипы и другие проблемы с дыханием исчезнут. Объем легких увеличится на 10 %



5 лет.

Риск инсульта станет таким же, как у некурящего человека



5 ПРИЧИН НЕ КУРИТЬ!

Постоянные денежные
затраты



Дурной запах изо рта



Налёт на зубах



Ухудшение работы мозга



Больные лёгкие



Лёгкие курящего

Лёгкие некурящего

Курение — вред!

Задумайтесь, хотите ли вы и дальше отравлять свой организм химическими смесями? Если нет — надо бросать кур

