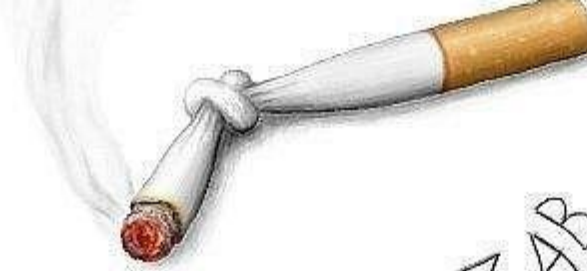




# Курительные смеси

---



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 смер  
отсрочены во  
среды некурящих (это  
ни его не коснется, (это  
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»...

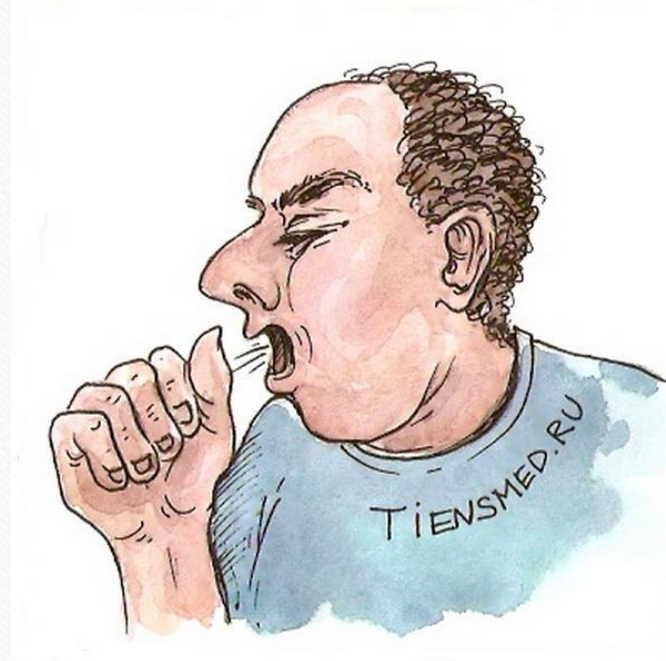
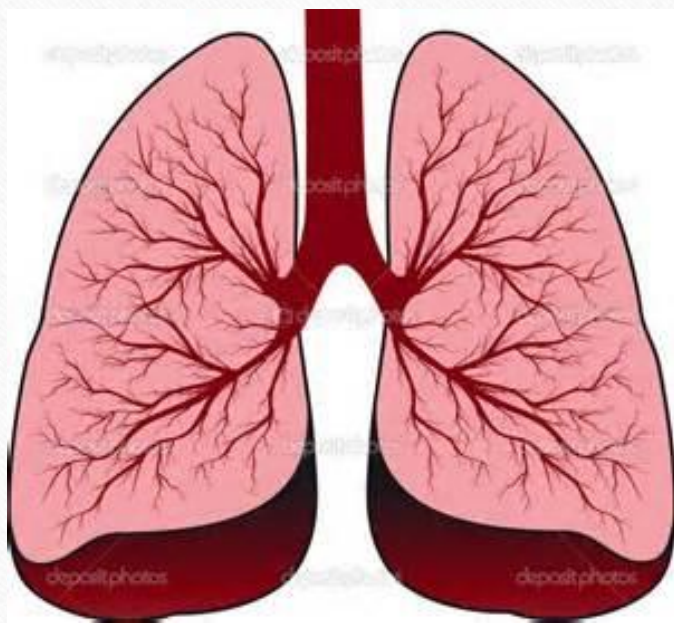




# Курение и последствия

*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

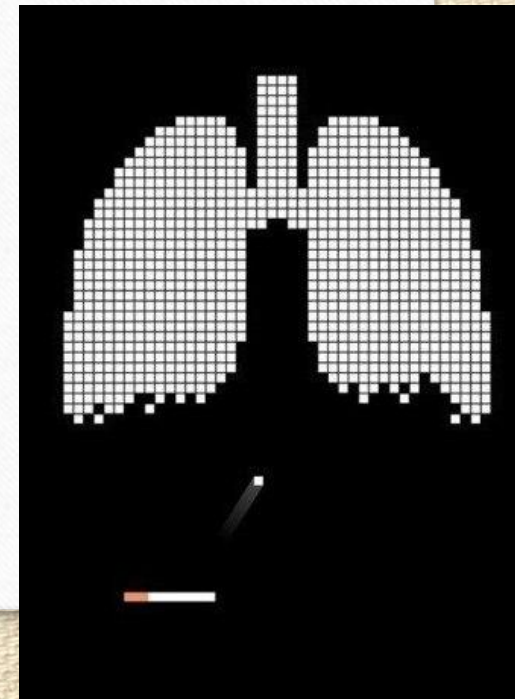
На международном уровне бурное внимание борьбе с курением уделяет Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) и кончая индивидуальными действиями. Все эти меры ориентированы на три группы населения некурящих, курящих и бросивших

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» и 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

