

Сказать курению – НЕТ!

Сказать курению – НЕТ!



КУРЕНИЕ  
ПОВЫШАЕТ  
РИСК СМЕРТИ  
ОТ ЗАБОЛЕВАНИЙ  
СЕРДЦА И ЛЕГКИХ

КУРЕНИЕ  
ВО ВРЕМЯ  
БЕРЕМЕННОСТИ  
ПРИЧИНЯЕТ  
ВРЕД ВАШЕМУ  
РЕБЕНКУ

ЗАЩИТИТЕ  
ДЕТЕЙ ОТ  
ТАБАЧНОГО  
ДЫМА

КУРЕНИЕ  
МОЖЕТ  
ЯВЛЯТЬСЯ  
ПРИЧИНОЙ  
ИМПОТЕНЦИИ

КУРЕНИЕ  
ВЫЗЫВАЕТ  
ИНФАРКТЫ  
И ИНСУЛЬТЫ

КУРЕНИЕ  
МОЖЕТ  
ВЫЗВАТЬ  
БЕСПЛОДИЕ

КУРЕНИЕ  
МОЖЕТ СТАТЬ  
ПРИЧИНОЙ  
МЕДЛЕННОЙ И  
БОЛЕЗНЕННОЙ  
СМЕРТИ

КУРЕНИЕ  
ВЫЗЫВАЕТ  
СИЛЬНУЮ  
ЗАВИСИМОСТЬ,  
НЕ НАЧИНАЙТЕ  
КУРИТЬ



# Сигарета-химическая фабрика

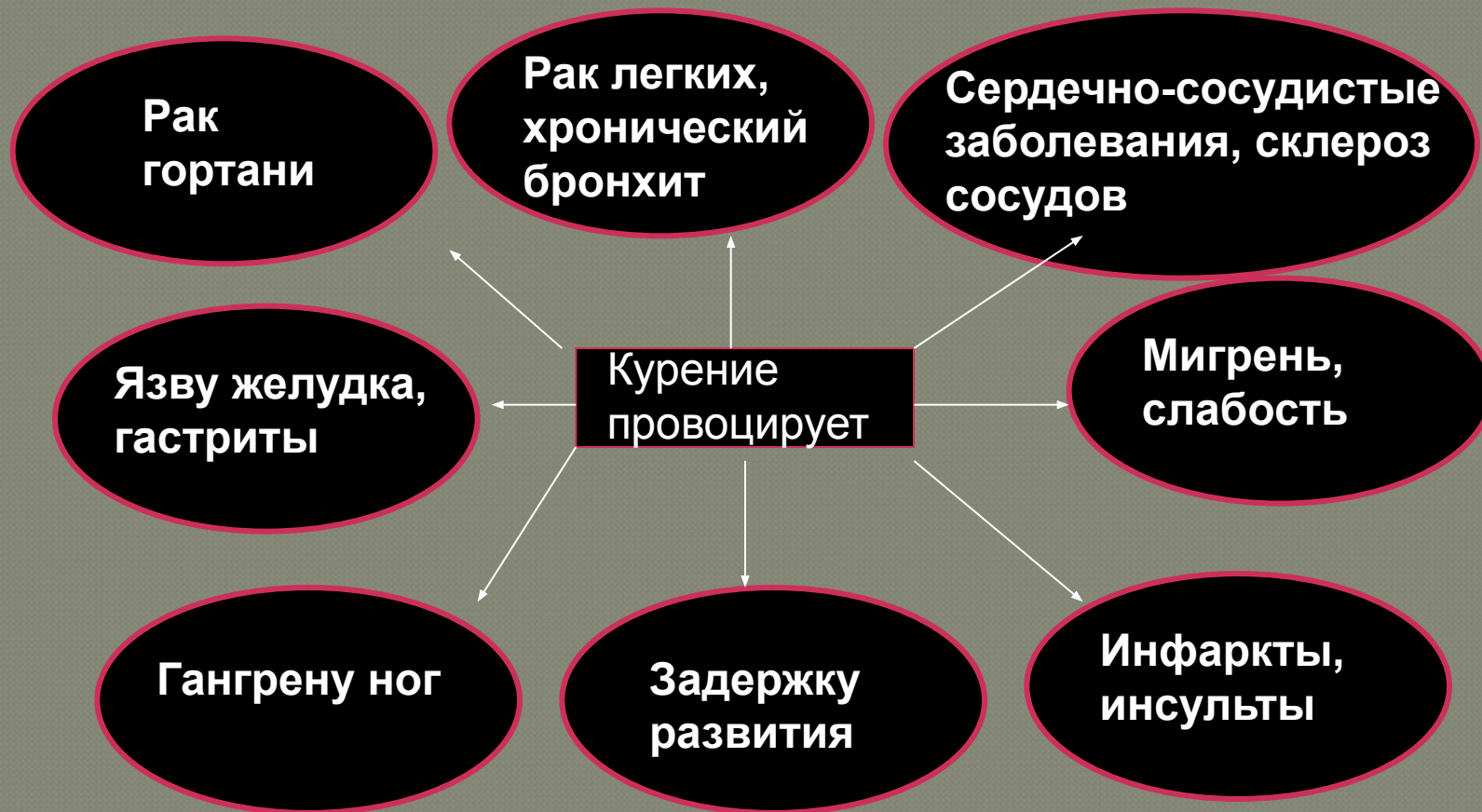
Сигарета содержит около **2000** химических веществ и соединений.



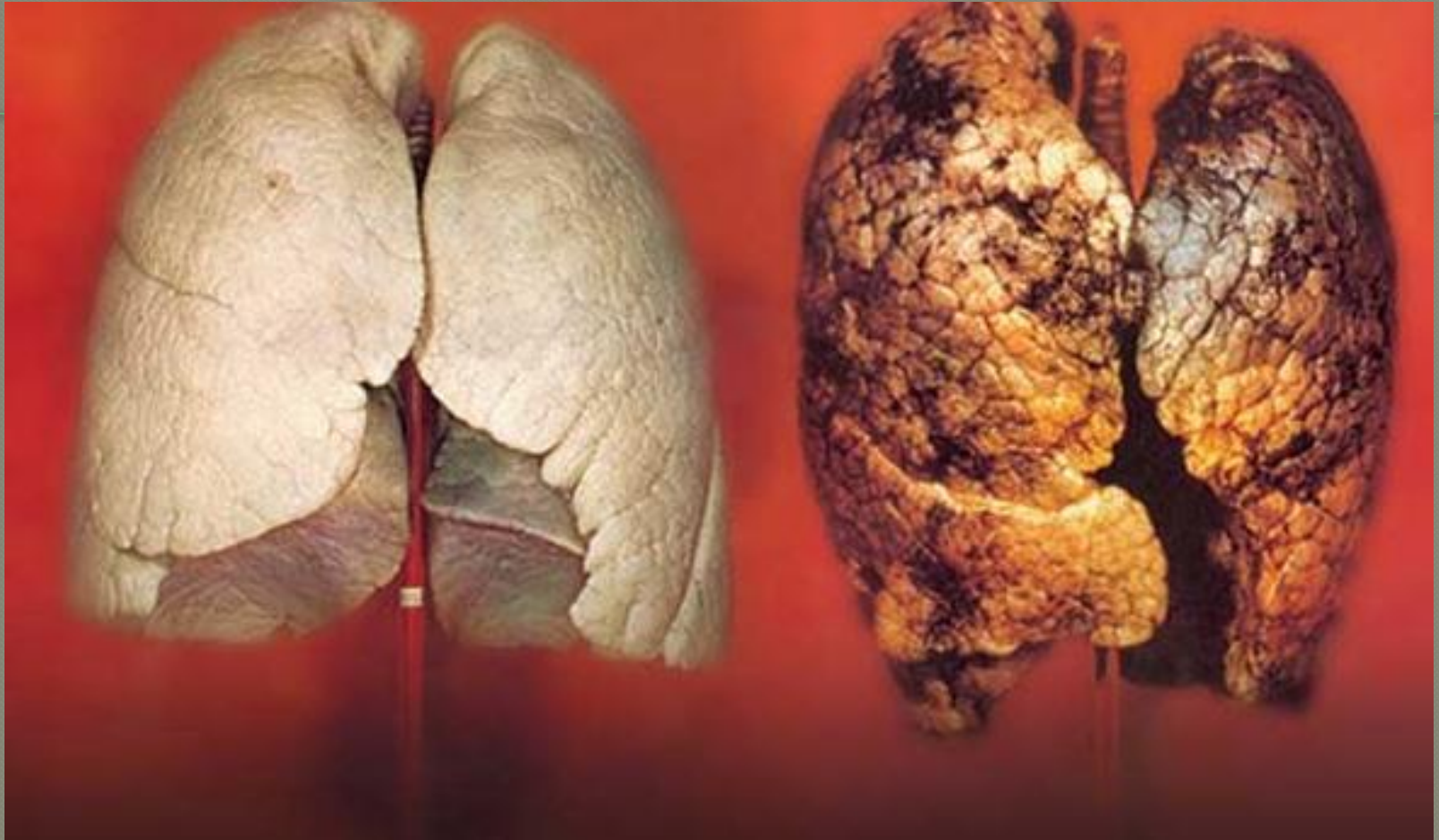
Когда ее зажигают, происходят различные химические реакции. Дым, попадающий в горло, содержит уже около **4700** веществ.



# Последствия курения













# Болезнь Бюргера





# Мифы и реальность о курении

Миф первый  
**КУРЯТ ВСЕ**

**Это не так.** Большая часть человечества не курит. В экономически развитых странах мода на курение постепенно проходит. Сейчас цивилизованное общество культивирует спортивный стиль, спортивную фигуру, регулярные занятия физическими упражнениями, ежедневную гимнастику. Табакокурение может помешать карьере. Все больше предпринимателей отказывается брать на работу курящих. В США 35 млн. бросили курить, в Англии - более 8 млн. человек. У нас в стране целые группы молодежи - от "поп-звезд" до "зеленых" отказываются от курения и культивируют здоровый образ жизни.





Миф второй  
**КУРЕНИЕ- ЭТО  
БЕЗВРЕДНОЕ  
ЗАНЯТИЕ**

Примерно так выглядит  
ночью огонёк зажённой  
сигареты.



Но мне достаточно и такого...

**КУРЕНИЕ УБИВАЕТ!**  
Кому знать, как не мне...

**Это не так.** Курение - главный фактор риска заболеваний легких, сердца, нервной системы. 9 из 10 больных раком легких курили. Если человек начал курить в 15 лет, продолжительность его жизни уменьшается более, чем на 8 лет. Начавшие курить до 15 лет в 5 раз чаще умирают от рака, чем те, кто начал курит после 25 лет. Ученые Германии установили, что каждая сигарета сокращает жизнь на 12 минут.



**Это не так.** Медики давно установили, что пассивные курильщики становятся жертвами табака.

Миф третий

***КУРЕНИЕ ОПАСНО  
ТОЛЬКО ДЛЯ ТЕХ,  
КТО КУРИТ***

Находясь в курящей компании, человек рискует не только привыкнуть к табачному дыму (от чего один шаг к сигарете), но и получить весь "букет" заболеваний, связанных с курением.





Миф четвертый  
**КУРЕНИЕ  
ПОМОГАЕТ  
ОСТАВАТЬСЯ  
СТРОЙНЫМ**



**Это не так.** Есть много полных, которые, по собственному признанию, курят, как лошадь. Правда, у бросивших курить восстанавливается вкусовая чувствительность и в первое время многие бывшие курильщики очень много едят - сказывается вернувшееся здоровье и аппетит. Вот тут в самый раз вспомнить о ежедневной зарядке, а также есть больше овощей и фруктов.



# Бросаем курить!!!

*Посмотрите на  
сегодняшнюю  
дату и запомните  
её. Это тот  
самый день, когда  
настало время  
бросить курить!*





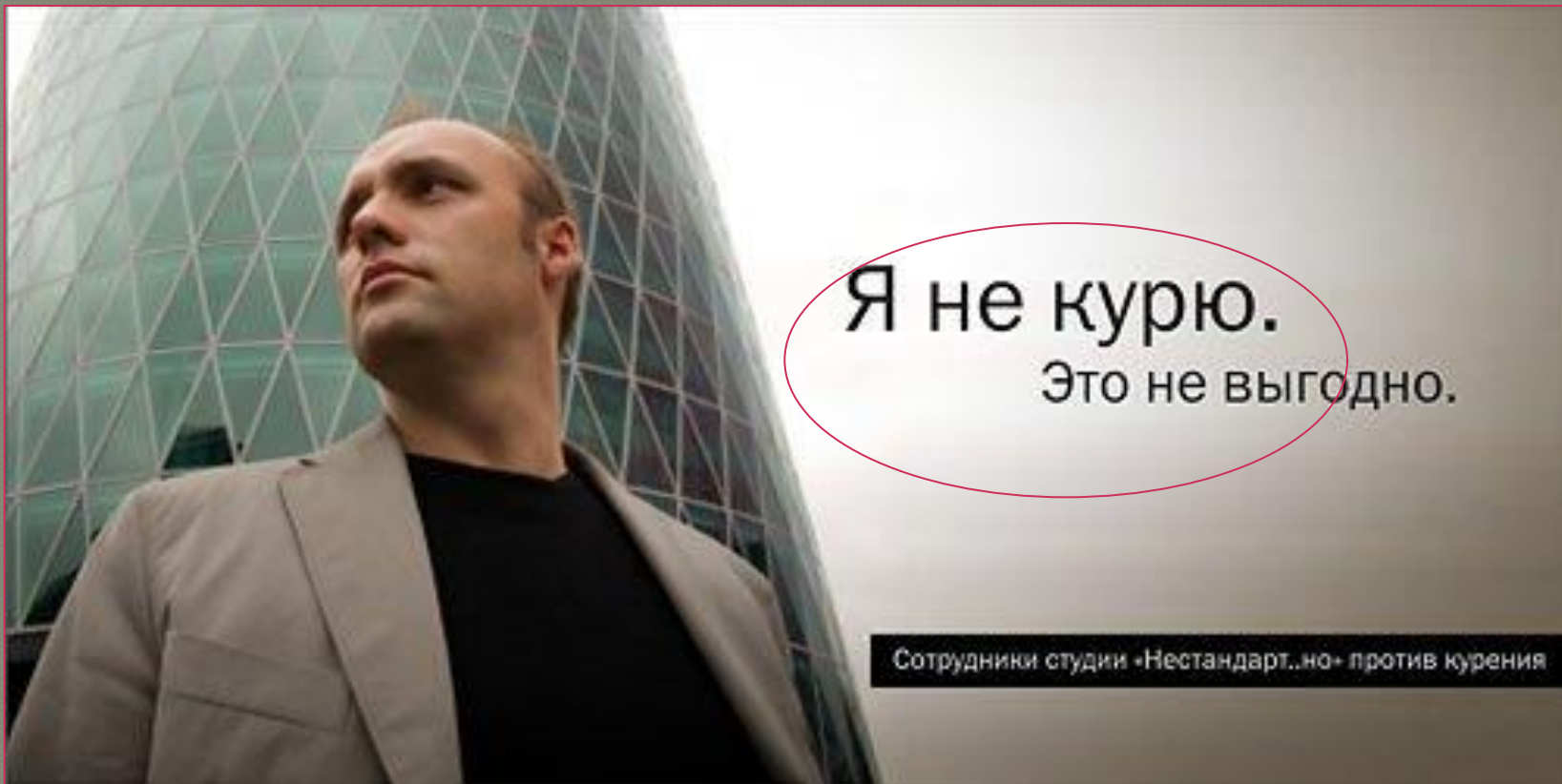
**Вот причины, в связи с  
которыми стоит бросить  
курить!!!!**



**Я не курю.**  
Это не интересно!

Сотрудники студии «Нестандарт..но» против курения





Я не курю.  
Это не выгодно.

Сотрудники студии «Нестандарт..но» против курения



Я не курю.  
Это не модно.

Сотрудники студии «Нестандарт..но» против курения





