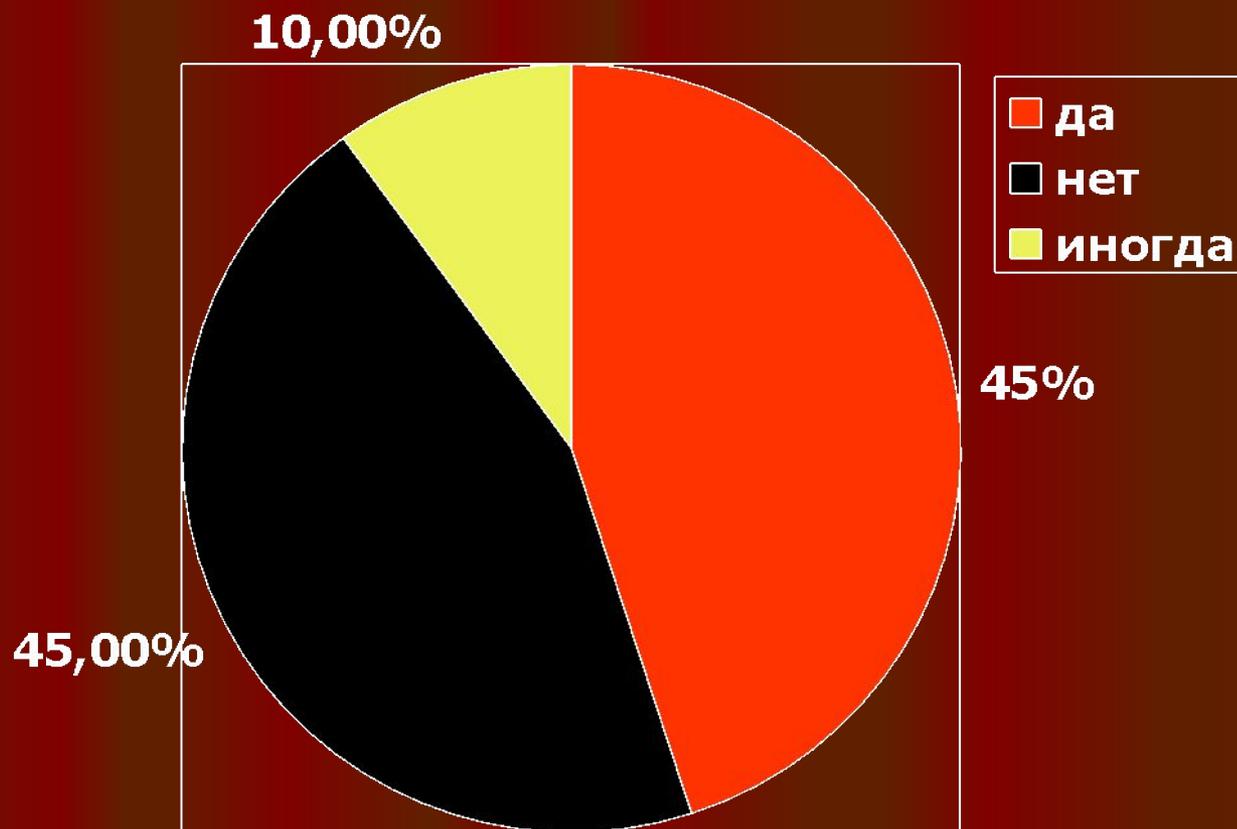
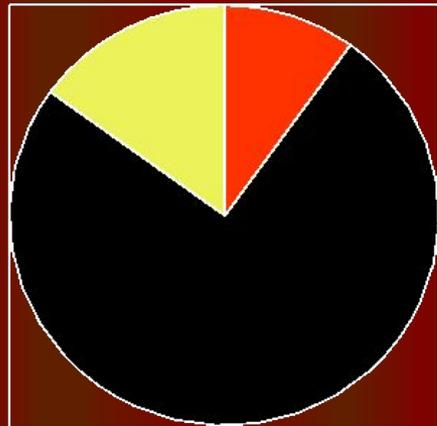


1 вопрос: «Вы курите?»»



2 вопрос: «Вам нравится запах сигаретного дыма?»»

15% 10,00%



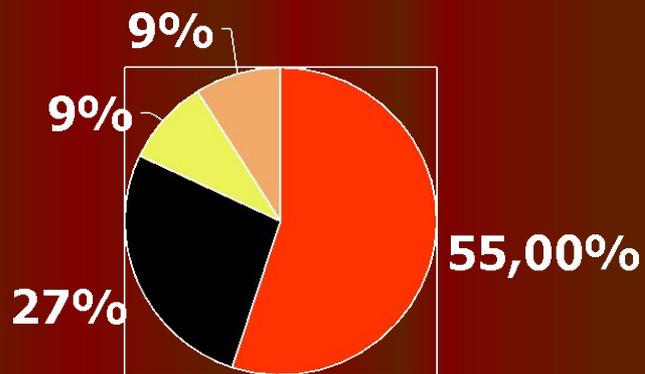
75,00%

да

нет

безразлично

3-й вопрос: «По какой причине вы начали курить?»»



- по глупости и за кампанию
- от нечего делать
- хотелось казаться крутым
- в стрессовой ситуации

Дань сигарете - здоровье на ветер.

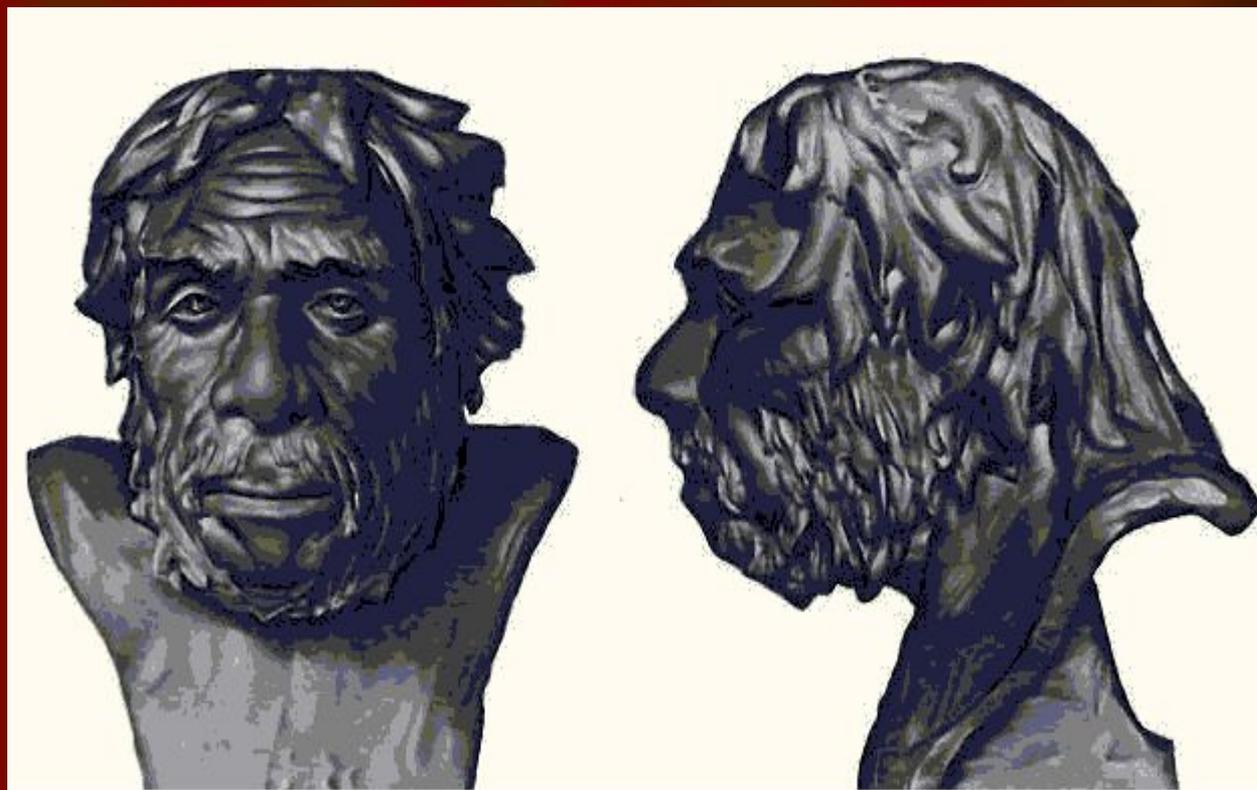


«Человек – это двуногое
животное, без перьев и курящее
табак.» К. Линней



Появление табакокурения...

Разыскивается!



Появление табака в России



- При Иване Грозном впервые привёз табак англичанин Ченслер.
- Михаил Романов за употребление табачного зелья рвал ноздри, бил плетьюми и ссылал в Сибирь.
- Алексей Романов законом запретил табак.



История развития курения



- Пётр 1 разрешил курение табака в России
- К тому же сам был заядлым курильщиком
- Заставлял курить своих приближенных

В одной сигарете 2 литра дыма

- Канцерогенные вещества.
- Ядовитые алколоиды
- Раздражающие вещества
- Ядовитые вещества



**Общее количество токсических веществ в 1 сигарете: 400 ,
из них канцерогенных-40**

Вещества, содержащиеся в дыму табака

Канцерогенные вещества:

бензопирен, фенол, дегидроксибензол, мышьяк, кадмий, полоний, олово, висмут-210

Раздражающие:

пропеналь

Ядовитые газы:

угарный газ, сероводород, цианистый водород

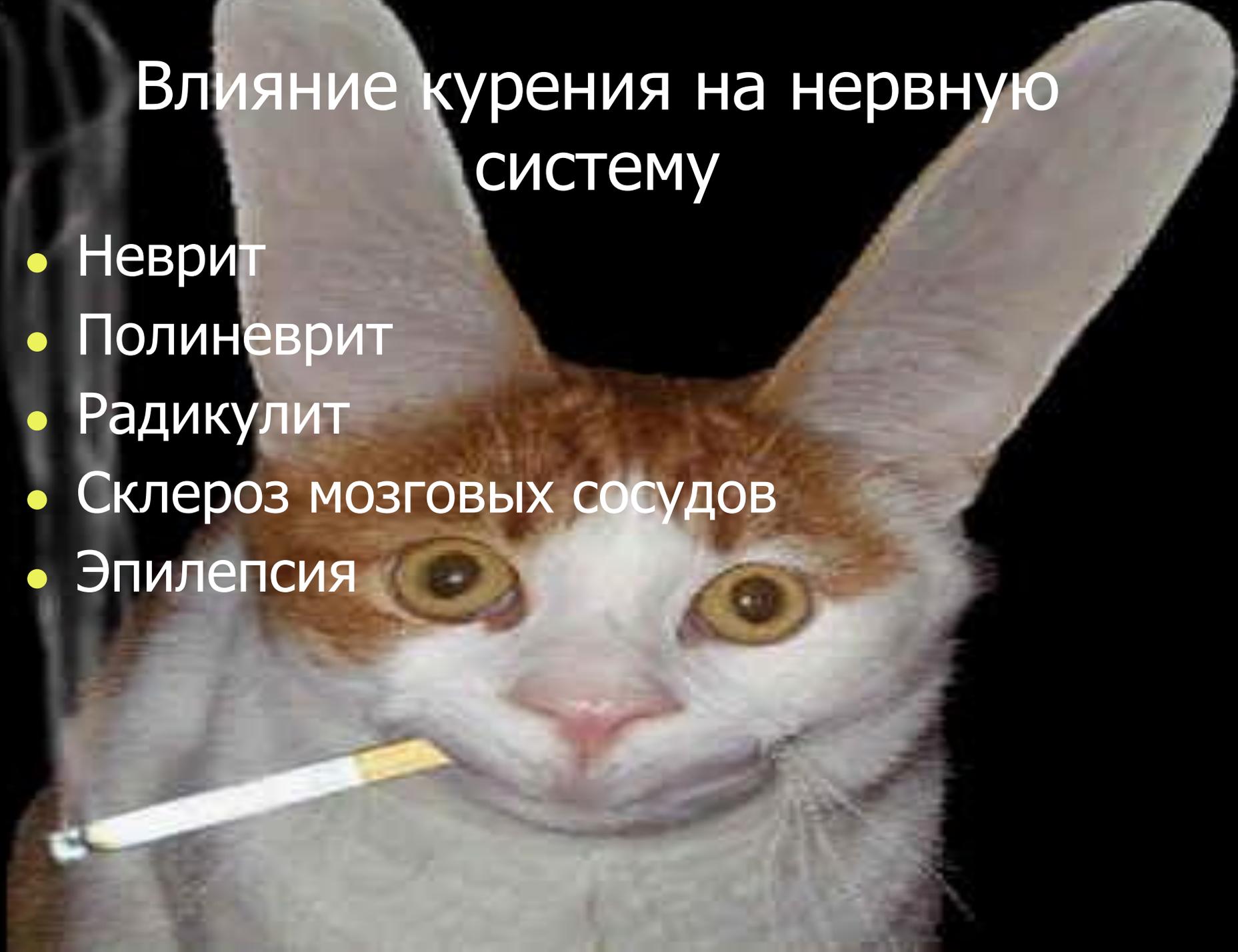
Ядовитые алколоиды:

никотин, никотеин, никотимин, никотирин

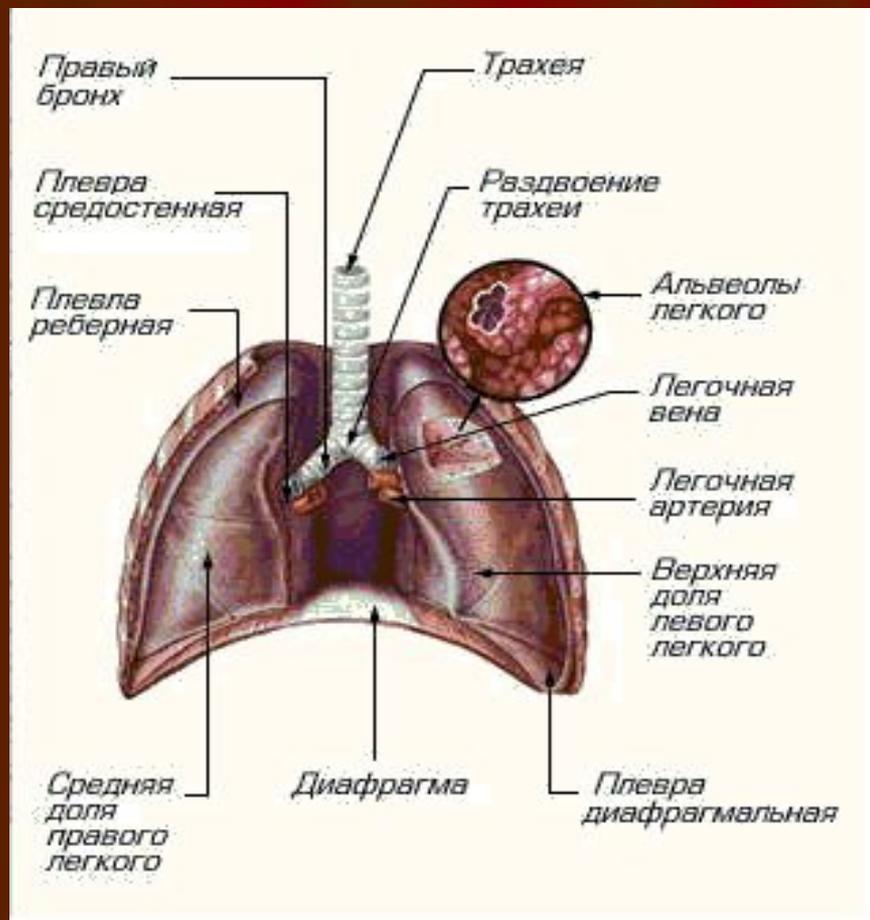
Смертельная доза никотина: **0,04-0,06 г.**

Влияние курения на нервную систему

- Неврит
- Полиневрит
- Радикулит
- Склероз мозговых сосудов
- Эпилепсия

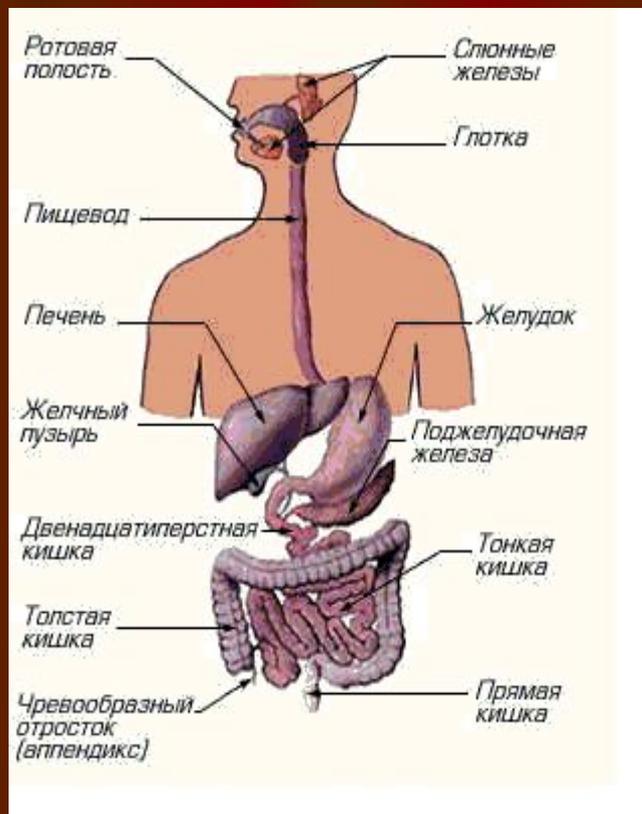


Влияние курения на органы дыхания



- Бронхит
- Трахеит
- Эмфизема легких
- Туберкулез
- Рак легких

Влияние курения на пищеварительную систему



□ Гастрит

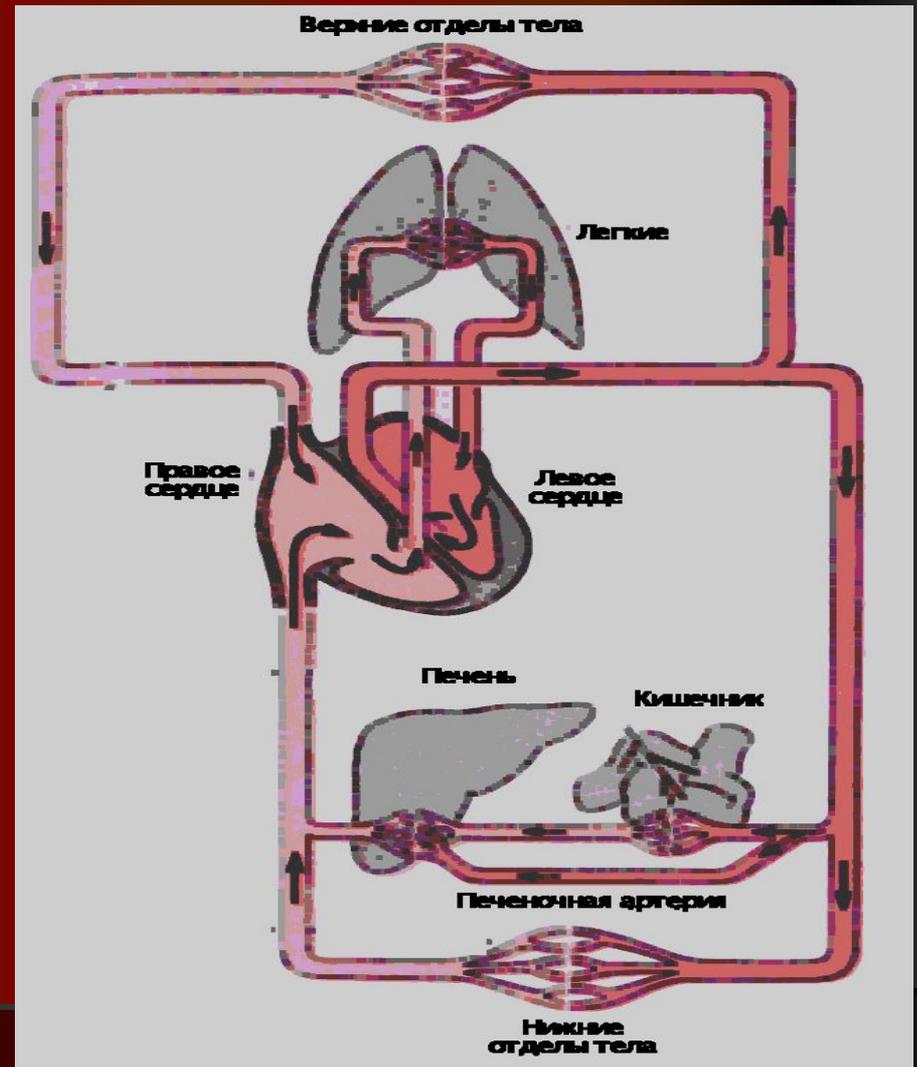
□ Язва желудка

□ Язва 12-перстной кишки

□ Хронический гепатит

Влияние курения на сердечно-сосудистую систему

- Ишемическая болезнь сердца
- Инфаркт миокарда
- Гипертония
- Стенокардия



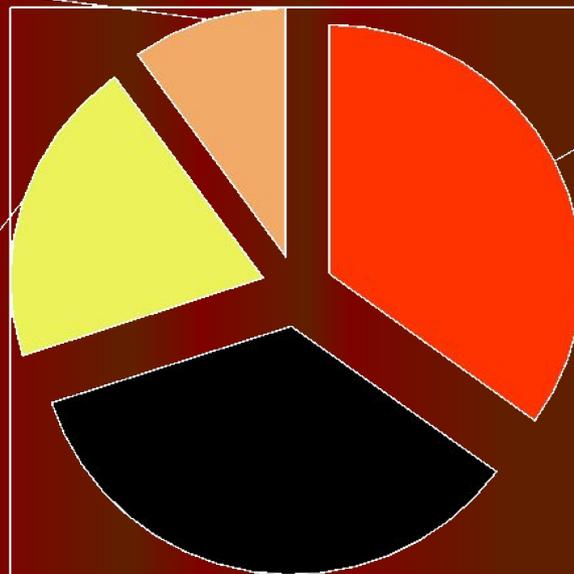
Пассивное курение.



Если всё-таки ваш муж(жена) курят... Ваши действия...

отнесусь
крайне
отрицатель
но-10%

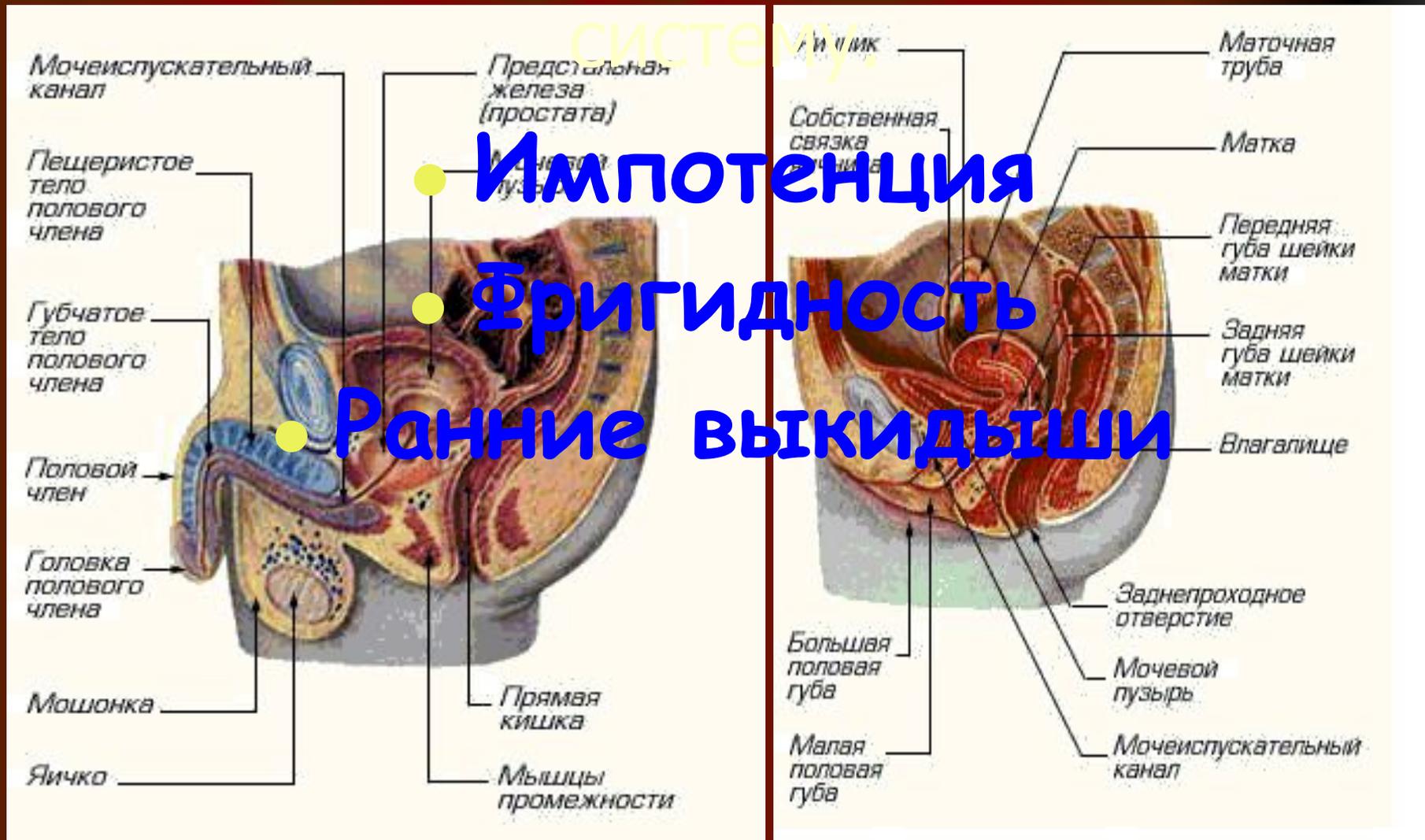
пусть
курит,но
не при мне-
20%



пусть
курит -
35%

заставлю
бросить-
35%

Влияние курения на половую систему



Курение во время беременности

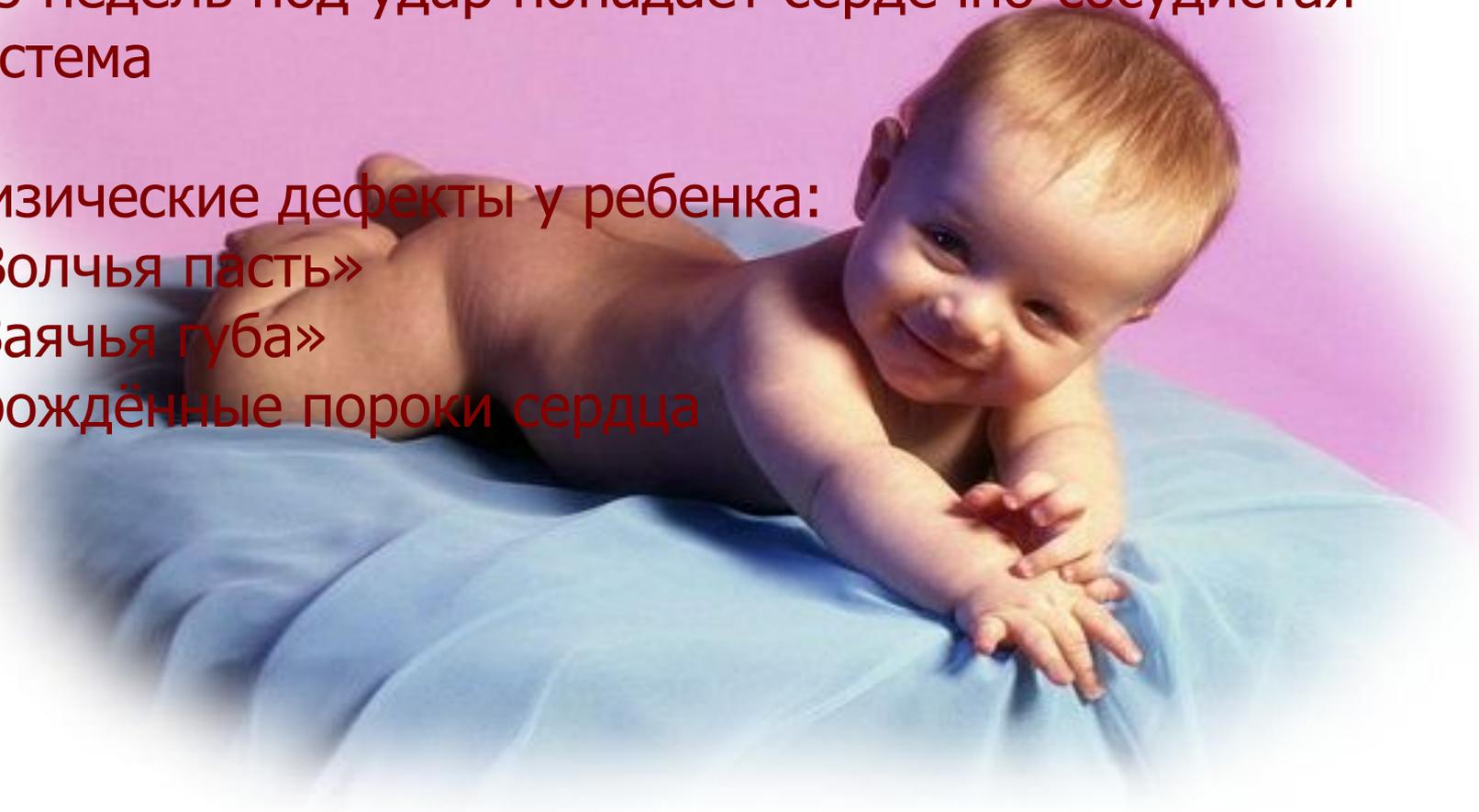
2-3 недели- поражаются нежные структуры мозга
4-5 недель под удар попадает сердечно-сосудистая система

Физические дефекты у ребенка:

«Волчья пасть»

«Заячья губа»

Врождённые пороки сердца



Мифы и правда о курении

Мифы:

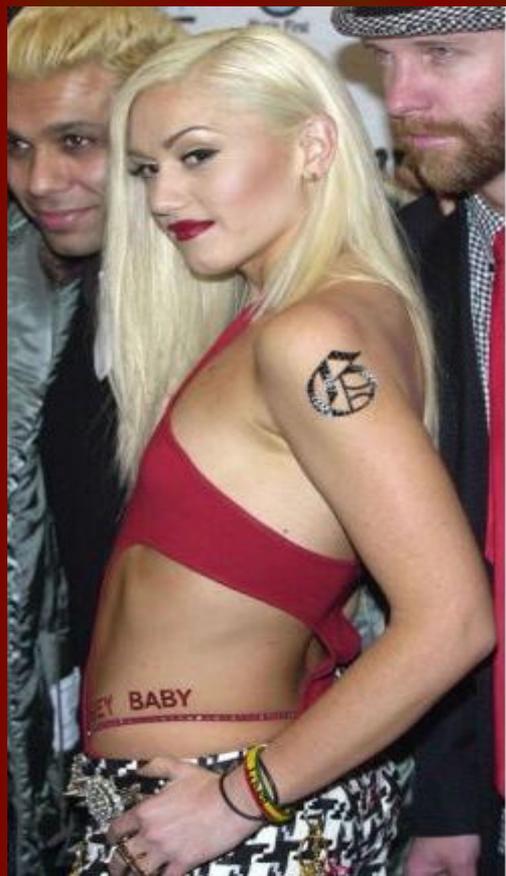
- Большинство взрослых и детей курят.
- Курение способствует похудению.
- Курение помогает сосредоточиться и лучше работать.
- Курение успокаивает нервы.
- Курение помогает согреться в холодное время года.
- Курение не так вредно, как говорят.
- Курить модно.
- Я всегда могу бросить курить.

На самом деле:

- Среди подростков курит не более 50 % юношей и не более 25% девушек.
- Многие полные люди курят и не худеют.
- В результате сужаются сосуды мозга и работоспособность падает.
- Чувство раздражения связано у них с привычкой к курению, а сигарета как соска, его успокаивает.
- В некоторой мере -да, но чередование воздействия холодного воздуха и горячего дыма ведёт к порче зубов.
- Курение считают эксперты- одна из главных причин смертности среди взрослого населения.
- 75 % курящих через 5 лет убеждаются, что не могут бросить курить самостоятельно.

Открой для себя Америку в кампании с сигаретой...

До



После



Экономический вред курения

- В месяц : 300 – 600 руб.
- В год 3600- 7200руб
- Это равносильно покупке телевизора



Из дневника заядлого курильщика



- **Курение - это моя трусость перед необходимостью совершать какие-либо поступки!**

Курить иль не курить? Вот в чём вопрос...



Ну что ж, мой друг,
Решенье за тобой-
Ты вправе сам командовать
судьбой. Ты согласишься
можешь, но отказ

Окажется получше в сотню
раз.

Ты вправе жизнь свою спасти.
Подумай, может ты на
правильном пути.

Но если всё-таки сумел
свернуть,

То потрудись себе здоровье
вернуть!

