

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение Московской области  
«Орехово-Зуевский железнодорожный техникум  
имени В.И.Бондаренко»**

*Специальность: «Строительство и эксплуатация зданий и сооружений»*

***Тема: Что мешает нам быть  
здоровыми?***

- Автор: Горелов Александр  
Александрович
- Руководитель: Тычинская И.В.

***План  
презентации:***

# Здоровье

*состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции; отсутствие недуга, болезни.*

**Это главная ценность в жизни человека. Его не купишь ни за какие деньги.**



# Вредные привычки опасные для здоровья

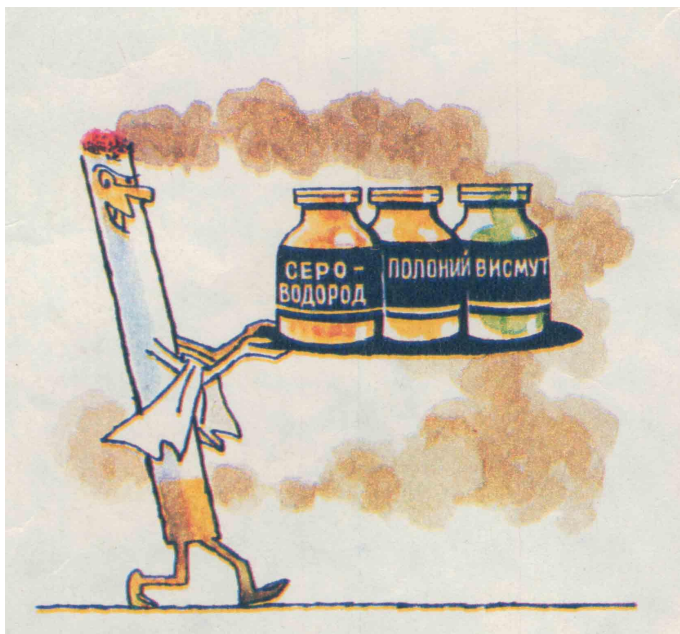


Осторожно,  
курение,  
алкоголизм,  
наркомания!



# Курение- одна из вредных привычек

Курение вредно для мозга и опасно для легких. Организм человека при курении отравляется постепенно. Ученые доказали, что табак содержит около 400 вредных веществ, а самым вредным из них является НИКОТИН.



# ***Никотин*** – это яд, который содержится в табаке и вызывает привыкание.

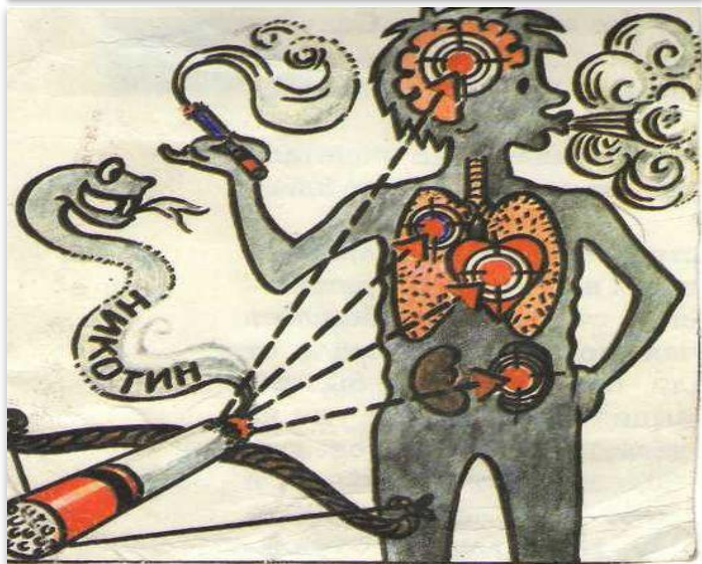


- ***Никотин*** поражает нервную систему. Человек становится возбужденным и заторможенным.
- ***Никотин*** влияет на работу сердца, легко проникает в кровь, накапливается во внутренних органах и постепенно разрушает их.
- От действия никотина понижается острота зрения, ухудшается светоощущение, обоняние, ощущение вкуса.

# Разрушительные воздействия табака:



УЛЫБКА КУРИЛЬЩИКА  
ОНА ПРОСТО СНОГШИБАТЕЛЬНА



- Раздражение слизистых оболочек легких
- Нарушение зубной эмали
- Нарушение усвоения кислорода организмом
- Потеря аппетита
- Хронические гастриты
- Язвы желудка

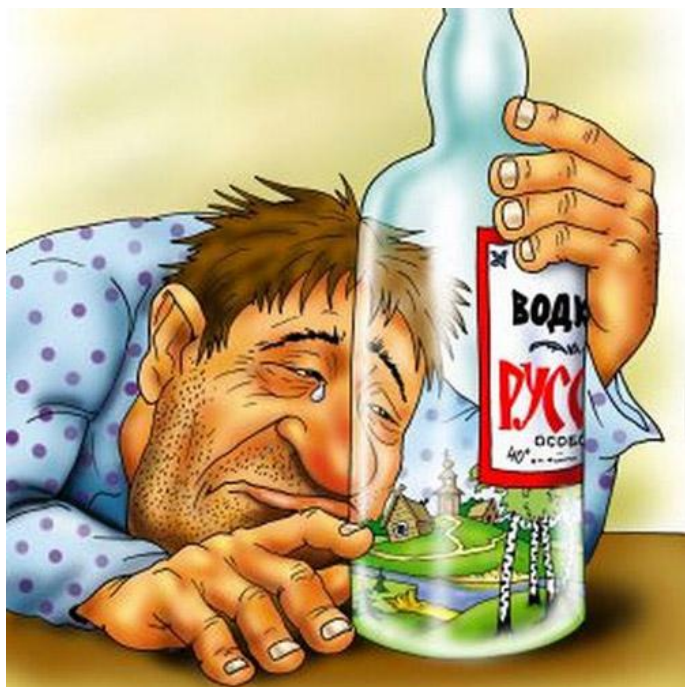
# Курильщика ждут

- ❖ Болезни органов дыхания: астма и туберкулез.





# Алкоголь – это яд.



Проникнув в организм, **алкоголь** становится очень вредным для организма. Когда он проникает в нервную систему, он замедляет реакцию, управляет нашим поведением, настроением. **Алкоголь** поражает не только нервную систему, но и сердце. Сердце нуждается в постоянном притоке питательных веществ и кислорода, а алкоголь препятствует ему, поэтому сердце может остановиться, и наступает смерть.

**Наркотики** — это химические вещества, которые изменяют сознание человека (чувства, ощущение, мысли, настроение и поведение) вызывают психическую и физиологическую зависимость.



**Наркомания** — это смертельное заболевание, при котором хроническое влечение к наркотику настолько сильно, что без лечения прекратить употреблять наркотики практически невозможно..



Каждый из нас при рождении получает  
замечательный подарок - **здоровье**.  
Поэтому нужно сохранять свое здоровье -  
это залог долгой жизни для человека.



## **Список использованных источников информации**

- `http//`

**Спасибо за внимание.**