

# Скажем курению – НЕТ

- Мы против курения!  
Презентация  
ученицы 9-Б класса  
Шарафаненко Ольги

# Чем вредно курение?

Наибольший вред курение наносит сердечно-сосудистой системе, дыхательной системе и, наконец, является фактором, провоцирующим появления раковых опухолей.

Курение, несомненно, оказывает свое пагубное влияние на все системы организма, но описание всех воздействий курения на организм курильщика вылилось бы в отдельный медицинский справочник. Поэтому далее описано только самое важное.

Кратко охарактеризовать пагубное воздействие курения можно следующими цифрами (данные основаны на сорокалетних исследованиях, проводившихся в США и Великобритании):

Из группы в 1000 человек, начавших курить в подростковом возрасте, 250 человек погибнут от воздействий табака до достижения ими 70-летнего возраста. Эти 250 умерших от курения людей потеряют 10-15 лет жизни. Еще 250 людей умрут от связанных с табаком болезней после семидесяти лет.

## КУРЕНИЕ — ОПАСНО!



В мире от курения ежегодно умирают **5 миллионов** человек, в России - от **300 до 500 тысяч** человек.

Источник: «РИА Новости», rian.ru

IMPROVE  
ALLIANCE

# Что станет когда ты БРОСИШЬ курить?

- После того, как вы бросите курить:

Уже через месяц значительно очистится дыхание и перестанет беспокоить хронический кашель. Высыпаться станете легче. Повысится работоспособность. Общий тонус значительно возрастет.

Через 3-6 месяцев легкие освободятся от вредных продуктов горения табака (смолы, табачная пыль и д.).


Через 1 год на 50% снизится риск развития коронарной болезни.

Через 5 лет значительно снизится вероятность заболеть раком легких.



# Будет ли что ни будь со здоровыми людьми, дышащими табачным дымом?

- Курящих, окружают дети, друзья, близкие которые дышат табачным дымом! Что с ними будет? Дыша табачным дымом, их лёгкие заражаются! И это всё равно, что курить! А зачем им, здоровым людям эти болезни? Тем более детям! Ведь в будущем, у них будет совсем слабое здоровье! **РОДИТЕЛИ! НЕ КУРИТЕ, НЕ ПОРТИТЕ ЗДОРОВЬЕ И СЕБЕ И ОКРУЖАЮЩИМ, А САМОЕ ГЛАВНОЕ НАМ – ДЕТЯМ!**



**КУРЕНИЕ ВРЕДИТ НЕ ТОЛЬКО КУРИЛЬЩИКУ,  
НО И ОКРУЖАЮЩИМ**

Скажите другу:

«Не кури в моей квартире»

«Не кури в моей машине»

«Не кури в моем кабинете»

**ВЫ НЕ ОБИЖАЕТЕ ЕГО, ОН ОБИЖАЕТ ВАС**

# Самое опасное в курении – НИКОТИН!

- Один из химических элементов попадающих в кровь - НИКОТИН. Его регулярное применение ведет к никотиновой зависимости.
- НИКОТИН, алкалоид, содержащийся в табаке (до 2%) и некоторых других растениях. При курении табака всасывается в организм. Сильный яд; в малых дозах действует возбуждающе на нервную систему, в больших - вызывает ее паралич (остановку дыхания, прекращение сердечной деятельности). Многократное поглощение никотина небольшими дозами при курении вызывает никотинизм. Сульфат никотина применяют для борьбы с вредителями сельскохозяйственных растений.



# И ещё о вреде курения!!!

Прежде, чем взять в руки очередную сигарету, прочти пачку, сколько там содержится смолы и никотина! Как это повлияет на тебя и на окружающих? Прочти предупреждения Минздрава: **КУРЕНИЕ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ, КУРЕНИЕ – ПРИЧИНА СМЕРТЕЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ОБЕРЕГАЙТЕ ДЕТЕЙ ОТ ТАБАЧНОГО ДЫМА!** Это всё не просто так! Это Ваш стимул **БРОСИТЬ КУРИТЬ!** И начать здоровую и счастливую жизнь!

## Антитабачный словарь:

**ТАБАК** – табачное сено с наполнителями, специально приготовленное для отравления организма.

**ЗАТЯЖКА** – отравляющий наркотический вдох, доставляющий в организм дозу никотина в комплексе с табачными смолами, содержащими ядовитые вещества.

**КУРЕНИЕ** – самоотравление табачным ядом.

**КУРИТЬ** – травиться табаком.

**КУРИЛЬЩИК** – табачный отравленник.

**СИГАРЕТА** – отравляющий снаряд, наркотическая «соска».

**ПАЧКА СИГАРЕТ** – карманный «крематорий».

**СИГАРЕТНЫЙ ДЫМ** – табачные выделения для отравления всего живого вокруг.



Ежегодно в мире от причин, связанных с курением, умирает **3,5** миллиона человек, или **65** человек каждые **10** минут!

**Хочешь жить - бросай курить!**

Национальный фонд развития здравоохранения

# Самое страшное – курение среди подростков!

Сейчас все больше ребят начинают курить с 10-12 лет. Знаете, за все в нашей жизни приходится платить: за образование, за еду, тепло. За сигареты тоже, и не просто 7-10 руб. за пачку, а своим здоровьем, жизнью. Все эти люди, которых вы видели в фильме, просто заплатили за свое пристрастие. И подобных им людей очень много. Во всем мире от болезней, связанных с потреблением табака, преждевременно умирает около 2,5 млн. человек, т. е. примерно каждые 13 секунд 1 человек. Итак, почему же люди начинают курить? Этому есть несколько причин: расслабиться, собрать мысли, лекарство от стрессов или "за компанию", но самая основная причина - это то, что широкая реклама сигарет через все СМИ (кино, ТВ, журналы, рекламные щиты и т. д.) показывают нам "престижность" образа курильщика. Так о чем же нас предупреждает Минздрав? При курении образуется до шести тысяч вредных для организма компонентов, причем 80 из них стимулируют образование раковых клеток и около 30 относятся к ядам натурального действия, главным образом никотин, угарный газ, канцерогенные смолы, радиоактивные изотопы и т.д.

Подари праздник  
своему городу  
- брось курить!!!  
Живи по новому!

Мы  
не продаем  
табачные изделия  
лицам моложе  
**18**  
лет

В сети магазинов "Спутник"  
считают, что дети  
курить не должны!  
В сети магазинов "Спутник"  
соблюдают закон!  
Равняйся на лучших!  
Равняйся на "Спутник"!

# Воздух и окружающие!

■ Загазованность нашего города не даёт нам покоя, поэтому мы стараемся по чаще выезжать загород, но и там нас преследует загрязнение воздуха и организма! Это – КУРЕНИЕ! Этот никотин, этот дым всё идёт в организм и некурящих людей! Мы – здоровые люди хотим ДЫШАТЬ СВЕЖИМ И ЧИСТЫМ ВОЗДУХОМ! МЫ ПРОТИВ КУРЕНИЯ!





# Задумайся! Посмотри на картинку!

Это относится ко всем! И к подросткам, и к взрослым людям!



# Подумай о себе и о других!

---



ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ ДОМА, НА РАБОТЕ, В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ  
**НАНОСИТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ НЕКУРЯЩИХ!**