

Вредное влияние курения на организм человека

**“Яд, который не действует
сразу, не становится
менее опасным”.**

Цель: целенаправленно формировать осознанное отрицательное отношение к курению.

Задачи:

- образовательные: раскрыть причины, ведущие к болезненной привязанности к курению; на конкретных примерах доказать пагубное влияние на организм человека никотина; показать, что курение вредит не только курящему человеку, но и всему обществу, что курение- это не только проблема отдельного человека, это проблема всего общества;
- развивающие: развивать память, внимание, познавательный интерес, вырабатывать умение правильно делать обоснованные выводы;
- воспитательные: продолжать формировать активную жизненную позицию и здоровый образ жизни.

**Что имел в виду старец, говоря:
к курящему в дом не войдет вор,
его не укусит собака, он никогда
не состарится?**



Краткая история курения

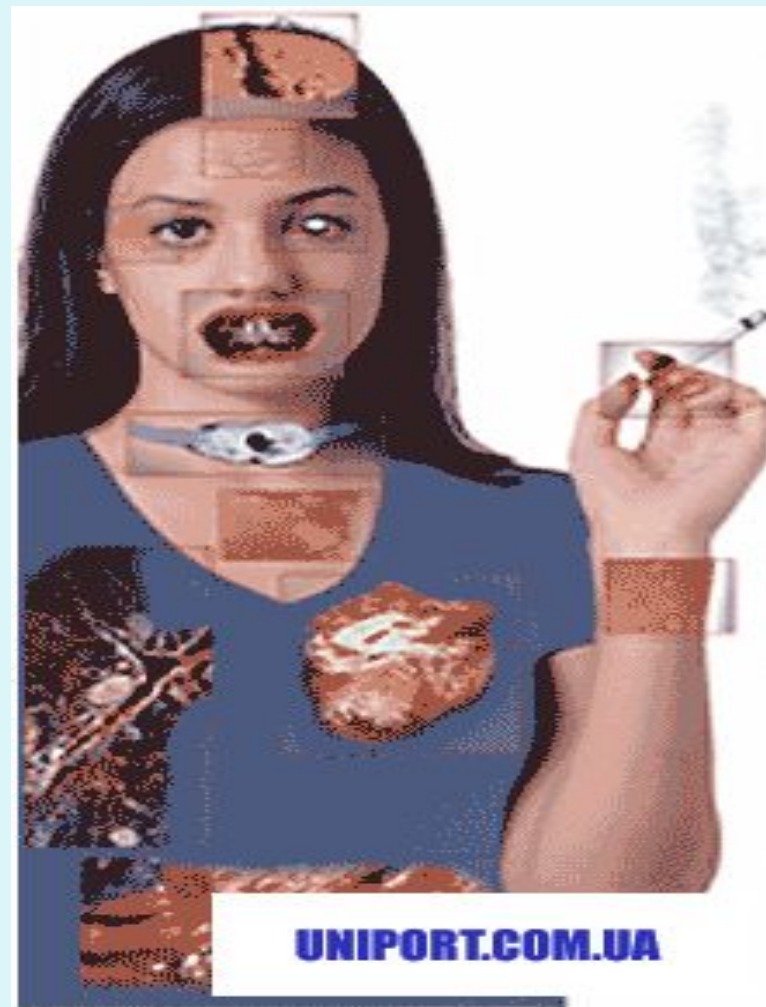
- **Христофор Колумб** - открыл для европейцев табак. Сам того не осознавая, он открыл новую эпоху истории, положив начало всеобщему увлечению «дымящими листьями табака» и тем самым произвел «революцию привычек».
- Табак в Россию завезли англичане через Архангельск в 1585 году.
- В 1698 году Петр 1 снял запрет на курение, так как продажа табака приносила немалые доходы, да и сам он стал заядлым курильщиком, после посещения Голландии. С тех пор курение стало быстро распространяться среди широких слоев населения.

Состав табачного дыма

- **Канцерогенные вещества**(бензпирен, фенолы, нитрозамин, гидразин, винилхлорид, соединения мышьяка и кадмия, радиоактивный полоний, олово, висмут-210 и др.);
- **Раздражающие вещества**(из десятка веществ самый вредный- альдегид пропеналь(акролеин);
- **Ядовитые вещества**(оксид углерода(), сероводород, цианистый водород и др.;
- **Ядовитые алкалоиды**(норникотин, никотирин, никотеин, никотимин, никотин).

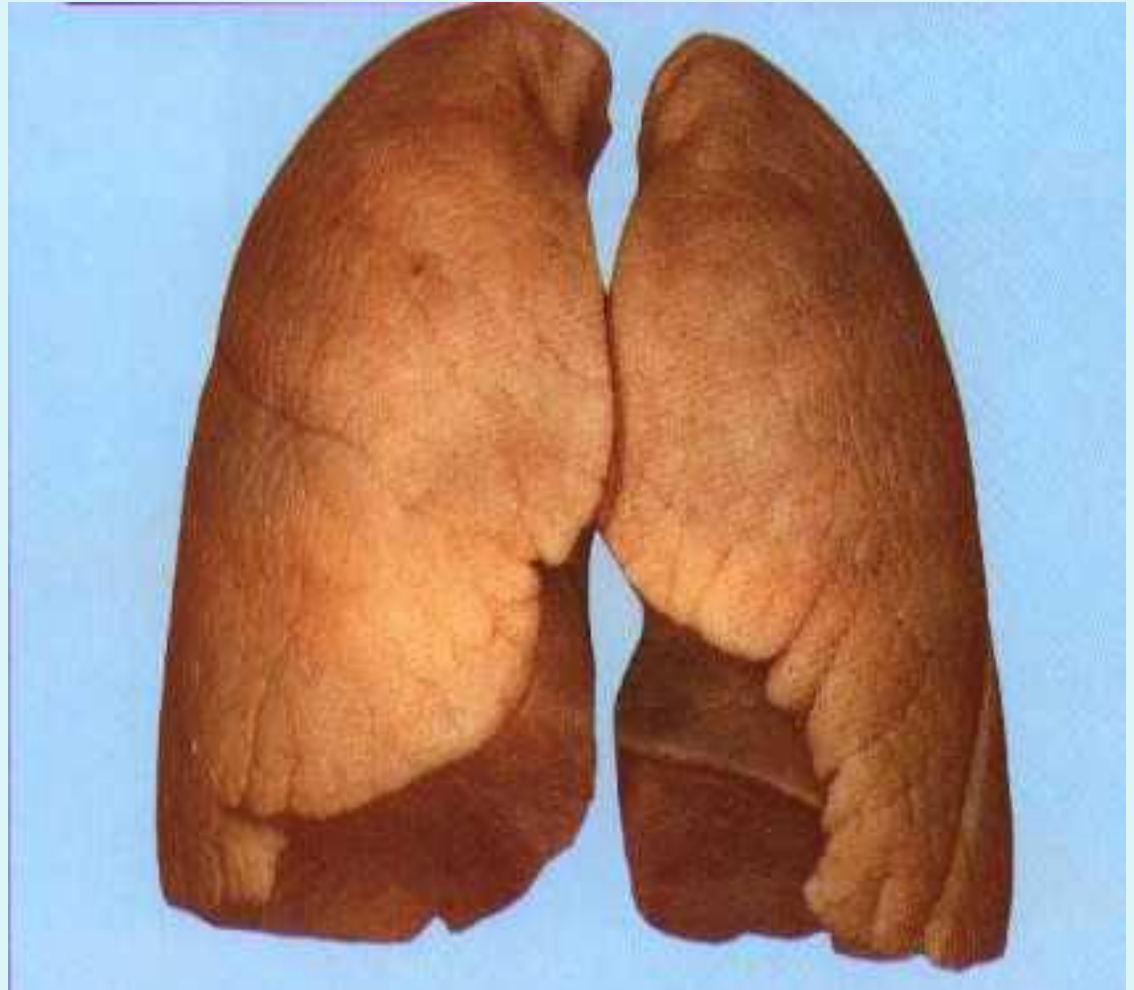
Воздействие курения на органы и системы органов человека

- Данные многочисленных медицинских исследований, проведенных в нашей стране и за рубежом, показали, что табачный дым является отрицательным фактором, способствующим возникновению серьезных заболеваний различных органов и их систем.



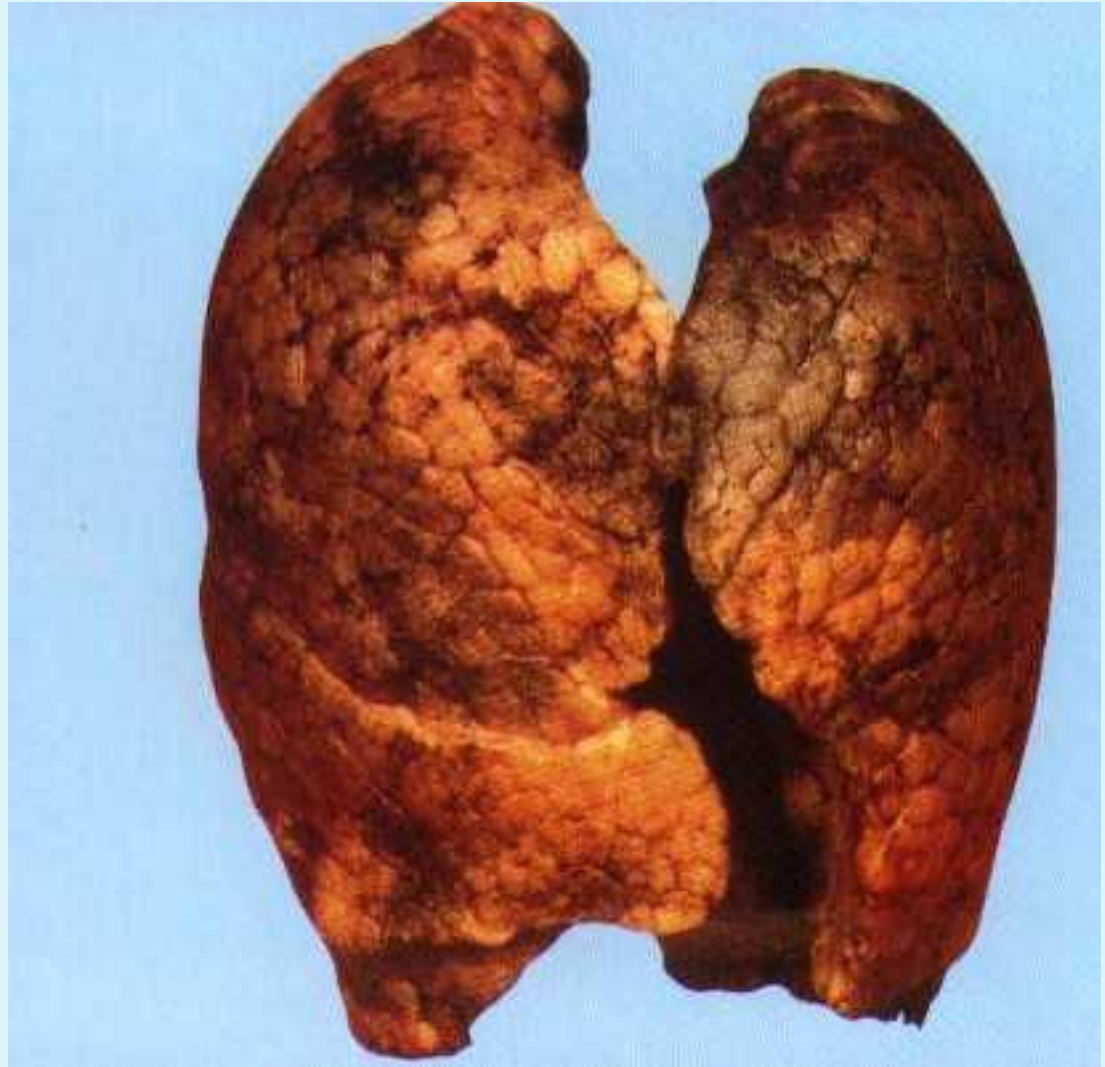
Влияние табачного дыма на органы дыхания

- Легкие некурящего человека.



Легкие курящего человека

- За 30 лет курильщик поглощает от 800 г до 1кг никотина.



Легкие курильщика, стаж 5 лет

- **300 сигарет- доза радиации, равная по воздействию ежедневному посещению рентгеновского кабинета в течение года.**



Легкие курильщика, стаж 10 лет

- **Выкуривая пачку сигарет в день, курильщик получает дозу облучения, в 3,5 раза превышающую предельно допустимую.**



Легкие курильщика, стаж 15 лет

- В легкие из сигарет попадает сажа, за 15 лет в них скапливается до 4,5 кг сажи.

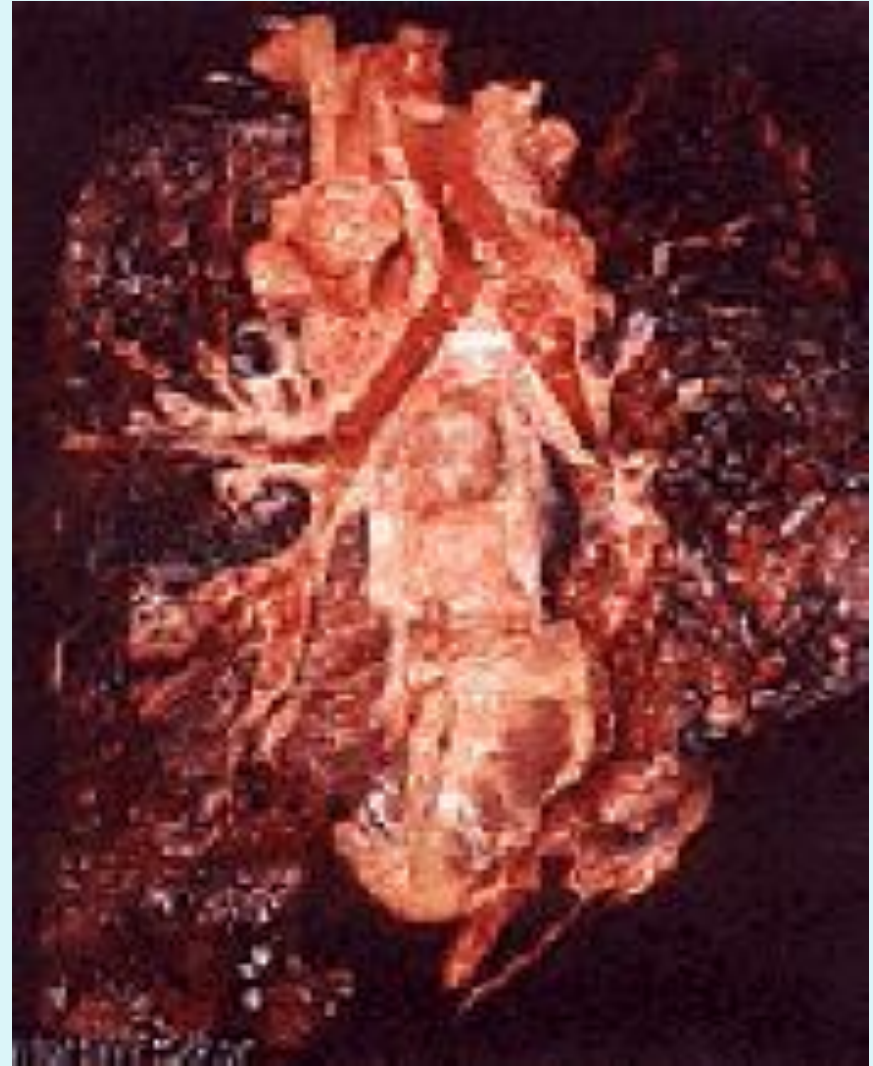


Легкие курильщика, стаж 25 лет



Рак легкого у курящего человека

- В медицине известен случай, когда при вскрытии трупа скальпель закрежетал о камень. Это оказалось, что в легких скопилось около 1,5 кг угля. Курил этот человек около 25 лет и умер от рака легких.



Влияние курения на кровеносную систему человека

- Курение повышает кровяное давление: кровеносные сосуды сжимаются, вынуждая сердце сокращаться лишние 20 – 25 тысяч раз в сутки, как результат сердце расширяется и повреждается.
- Курение способствует увеличению уровня холестерина в крови, что приводит к образованию тромбов, а это ведёт к таким заболеваниям как атеросклероз, инфаркт миокарда, облитерирующий эндартериит (гангрена ног).



Гангрена ног

- Суть заболевания заключается в сужении и заращении просвета артерии, далее нарушается питание тканей и их онемение и омертвление.



Никотин нарушает функцию щитовидной железы

- Затрудняется подача **йода** и на этой почве развивается **базедова болезнь**, а в народе она называется **пучеглазием**. При лечении этой болезни обязательным условием является **отказ от курения**.



Влияние табачного дыма на органы пищеварительного тракта

- У курильщика, язык покрывается грязно – серым налётом, зубы желтеют, появляется неприятный запах изо рта, тошнота и изжога.
- Курение приводит к возникновению гастрита, с возможным переходом в язвенную болезнь.
- По данным ВОЗ, среди курящих показатель смертности от рака органов полости рта, и пищевода в 4 раза выше, чем в группе некурящих.



Рак губы курящего человека



A fatal mouth cancer in a 28-year-old who dipped a can a day for 10 years.

Курение влияет на нервную

систему подростка

- Никотин попадает в мозг через 7 секунд после первой затяжки и вызывает нервные расстройства у подростков.
- Появляются головные боли, головокружение, они плохо спят, становятся раздражительными, у них ослабевают внимание, ухудшается память и нарушается умственная активность.
- Наибольший вред приносит «тайное курение», сопряженное с быстрыми затяжками, так как при этом происходит стремительное сгорание табака, и в дым переходит до 40 % никотина, вместо 20%.



Влияние курения на половую систему

- В России курят 65% мужчин и 30% женщин, особенно большой вред никотин приносит женщинам;
- Врачи-специалисты обнаружили следующую закономерность: страдают бесплодием, прежде всего те девушки, которые закурили в возрасте 12-14-16 лет, так как каждая клетка нашего организма только к 18- 20 годам имеет плотные грани, препятствующие проникновению во внутрь клетки всевозможных шлаков, имеющих в крови.



Женщина и ребенок- неразделимые понятия

- Если женщина курит во время беременности, то повышается вероятность самопроизвольных абортов, преждевременных родов, маточных кровотечений, рождения мертвых детей.
- Дети курящих родителей чаще болеют, у них ослаблен иммунитет, бывают судороги, эпилепсия. Такие дети отстают в интеллектуальном развитии, им сложнее учиться в школе, часто бывают головные боли.



Курящие женщины

- как правило, рано стареют, кожа на пальцах желтеет, а на лице очень быстро истончается, становится дряблой, образуя глубокие морщины.
- Голос у них становится хриплым, а манеры поведения менее женственны.
- В ответ на вопрос заданный мальчикам: **«Как вы относитесь к тому, что курят девушки вашего возраста?»** они отвечают: **«... пусть курят, нам безразлично»**. А на вопрос: **«Как вы относитесь к тому, что ваша жена будет курить?»**, они отвечают (98%): **«... категорически нет, моя жена курить не будет!»**.



Курящие причиняют вред окружающим

- Установлено, что в организме курильщика задерживается **20 % никотина**. Еще **25 %** веществ **разрушается** при сгорании, только **5 %** остается в окурке. Остальное количество, то есть **50%**, **загрязняет воздух помещений, в котором курят.**
- **Человек, который находился в течение часа в накуренном помещении, получает такую же дозу ядовитых веществ, как будто он выкурил 4 сигареты.**
- Дети более подвержены действию ядов табачного дыма. Известен случай, когда девочку положили спать в комнате, где сушились листья табака, через несколько часов ребенок умер.



Курящие ежегодно «выкуривают» в атмосферу:

- 108 000 тонн никотина**
- 720 тонн синильной кислоты**
- 384 000 тонны аммиака**
- 55 000 тонн угарного газа**
- 6 000 000 тонн дегтя**

При массовом распространении



курение становится социально-опасным явлением. Ведь курящие люди отравляют атмосферу, повышают концентрацию канцерогенных веществ в воздухе. Не курящие люди, буквально, в принудительном порядке, вынуждены дышать «выхлопными газами» курящих.

Огромное число людей на Земле курит и продолжает жить. Люди видят, что курильщик(чаще в кино, но и в жизни тоже) может хорошо выглядеть, преуспевать, быть умным, обаятельным и любимым, и не верят, что курение вредит здоровью.

В чем причина такого явления?



Никотин- сильнодействующий яд

- Яд попадает в организм малыми дозами, от которых тело человека успевает избавиться довольно быстро. Поэтому отравление никотином обычно хроническое (постоянное), а не острое. Представьте себе: каждый курильщик- это **хронически отравленный человек**.
- Во Франции, в Ницце, в итоге конкурса «Кто больше выкурит» двое «победителей», выкурив по **60 сигарет**, **умерли**, а остальные участники с тяжелым отравлением попали в больницу.
- Растущий организм примерно в два раза чувствительнее к никотину, чем взрослый, поэтому **смерть подростка может наступить, если он одновременно выкурит полпачки сигарет**.

Ежегодно умирают более 5 миллионов человек от курения

Прогнозируется

Смертность от курения к середине 21 века будет ежегодно составлять 10 миллионов человек, в возрасте от 40 до 60 лет. Потеря продолжительности жизни составляет около 20 лет.

Данные Всемирной организации здравоохранения о вреде курения:

- вероятность инфаркта миокарда у курильщиков в 10- 12 раз выше, чем у некурящих, а смертность от инфаркта выше в 5 раз;
- каждая сигарета уменьшает продолжительность жизни на 5-15 мин;
- смертность от онкологических заболеваний в 10-15 раз выше у курящих, чем у некурящих;
- от 11 до 20% злостных курильщиков страдают половой слабостью(импотенцией), курение- это одна из причин бесплодия;
- каждый погибший ребенок остался бы жить, если бы их матери не курили или не окуривались бы окружающими;
- в России от курения умирает 375 тыс. человек ежегодно.

Твое будущее зависит от твоего выбора

Алексей Кремлёв



СМЕРТЬ В 60 ЛЕТ	- 60 лет
РАК	- 50 лет
ИМПОТЕНЦИЯ	- 40 лет
ЯЗВА	- 30 лет
ЗУБНОЙ НАЛЕТ	- 20 лет
ЗАВИСИМОСТЬ	- 15 лет
	- первая

УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ?

