

Правила работы:

- Говорить по очереди;
- Не перебивать;
- Уважать мнение каждого;
- Обсуждать идею, а не человека;
- Критикуешь – предлагай;
- Активно участвуй;
- Хорошее настроение.

Скажем сигарете:

«НЕТ!»



Человек сам себе часто
злейший враг.

(Цицерон)

Табак – забава для
дураков.

(Гете)

Родина табака

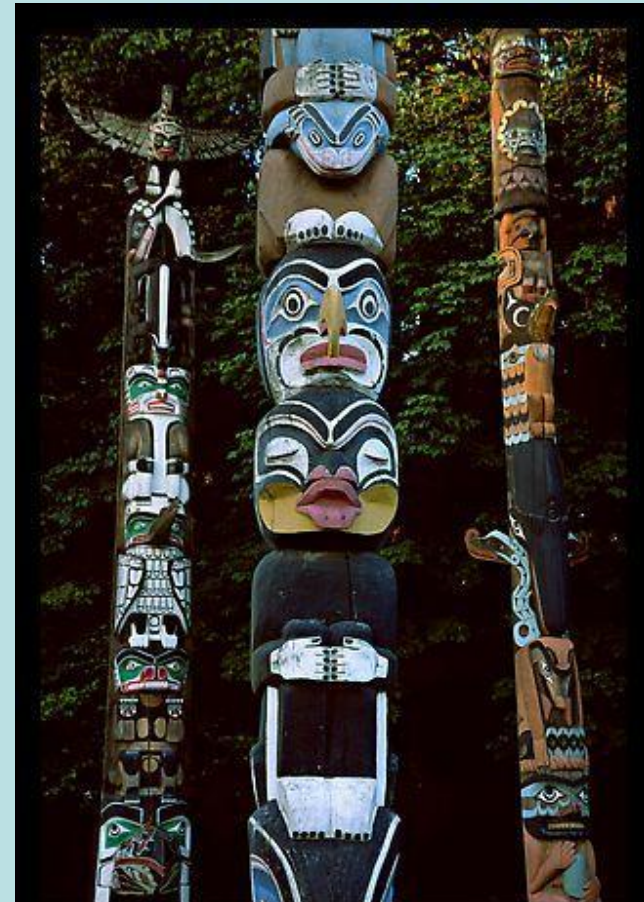




Первые изображения курильщиков табака, найденные в древних храмах Центральной Америки, датируются 1000 годом до нашей эры.



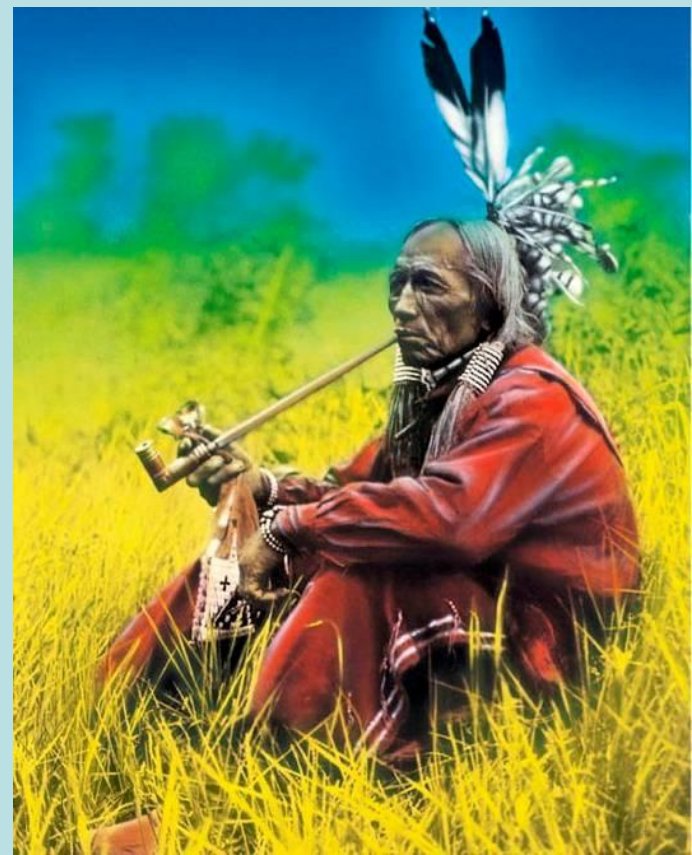
Использование табака вошло и в религиозные ритуалы древних цивилизаций Америки: их участники верили в то, что вдыхание табачного дыма помогает общаться им с богами





Выражение
"выкурить трубку мира", —
означает заключить мирные
соглашения.

Выражение пошло от индейского обряда завершения войны, когда враждующие вожди и представители племён садились рядом и пускали "на круг" курительную трубку



1493 г

Кто был первым европейцем, познакомившимся с табаком?



Христофор Колумб



В числе подарков местные жители поднесли Колумбу сушеные листья растения «петум». Они курили эти подсушенные на солнце листья, свернутые в трубочки.

- Быстрому распространению табака способствовало, конечно, удивительное его свойство — привычная тяга к курению, с которой было очень трудно совладать человеку. Теперь-то мы знаем о наркотических качествах никотина, но те далекие времена табаку приписывали необыкновенные действия.
- Например, считалось, что табак целебен, его дым отпугивает болезни, злых духов и т.п. Табак считали стимулирующим и успокаивающим средством. Табачные листья использовались как лечебное вещество.



Сравни и сделай выводы.



Легкие некурящего



Легкие курящего



Легкие после 5 лет курения



Легкие после 25 лет курения

Состав табачного дыма

- Аммиак
- Угарный газ
- Летучие канцерогенные углеводы
- Радиоактивный полоний
- Никотин
- Сажа
- Деготь
- Сероводород
- Синильная кислота

В составе табачного дыма **3660** компонентов небезопасных для организма.

Вред, причиняемый организму



Хронический бронхит,
рак легкого, губ, языка,

Гипертония, образование тромбов,
закупорка вен и отмирание тканей,
коронарная болезнь сердца

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстно кишки,
заболевания печени

Атрофия семенников, нарушение развития
сперматозоидов,
выкидыш, мертворождение,
рождение ребенка с низкой массой тела

Путь сигаретного дыма

- Первыми в контакт с табачным дымом вступают рот и носоглотка. Проходя через слой табачной набивки, дым от тлеющего табака хотя и успевает охладиться, но не настолько, чтоб сравняться с температурой полости рта. Обычно температура табачного дыма около 55—60°C.



Ротовая полость

- Такие значительные перепады температуры во время курения отражаются на состоянии зубной эмали.
- Со временем на ней появляются микроскопические трещинки «входные ворота» для микроорганизмов.
- В результате этого зубы у курящих начинают разрушаться раньше, чем у некурящих людей.



Дыхательная система

- Слизистые оболочки гортани, трахеи, бронхов, их мельчайших разветвлений — бронхиол и, наконец, легочных пузырьков — альвеол — также подвергаются действию табачного дыма.
- Составные части табачного дыма (аммиак, кислоты, пиридиновые основания, твердые частицы и др.) раздражают слизистые оболочки легких.



Нервная система

- Проникая в кровь, никотин снижает способность клеток воспринимать кислород из притекающей крови. Наступает кислородное голодание, а так как нервные клетки больше всех остальных нуждаются в кислороде,
- При большой дозе синильной кислоты вслед за сильнейшим возбуждением центральной нервной системы наступает ее паралич, прекращается дыхание, а затем останавливается и сердце.





УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ?



Почему люди курят?

- Одной из основных причин и начала курения является **любопытство**.

По данным опроса учащихся школы курить из любопытства начинали до 25%.



Почему люди курят?

- Другая причина начала курения в молодом возрасте **подражание взрослым.**
- В некурящих семьях курящими становятся не более 25% детей, в курящих семьях число курящих детей превышает 50%.
- У многих курение объясняется подражанием курящим товарищам или героям кино.



Почему люди курят?

- В распространении этой вредной привычки имеет значение своеобразное принуждение детей курению со стороны курящих.
- В школах курящие считают некурящих трусами, «маменькиными сынками», не вышедшими из-под опеки родителей, несамостоятельными.
- Желание избавиться от такого мнения товарищей, встать вровень с курящими достигается с помощью первой выкуренной сигареты.



Курение и подростки

- У курящих детей изменяются функции центральной нервной и сердечно-сосудистой систем.
- Постепенно развивается зависимость от табака.
- У курящих подростков ухудшается память, затрудняется заучивание текстов.
- 50% курящих школьников учатся плохо.
- Нарушаются обменные процессы в организме, особенно усвоение витаминов А, В1, В6, В12, а витамин С разрушается.
- Тормозится общее развитие, замедляется рост.
- Вследствие курения часто развивается малокровие, а также близорукость.
- Появляются воспалительные процессы в носоглотке.
- Курение в раннем возрасте ухудшает слух, поэтому курящие дети, как правило, хуже слышат низкие звуки.



Цена сигареты

- Каждые 10 секунд от последствий употребления табака на планете гибнет один человек (без учета так называемых «пассивных курильщиков»).

(Таков результат исследований Всемирной организации здравоохранения.)





Ученые, изучающие продолжительность жизни курящих и некурящих людей, пришли к выводу, что каждая выкуренная сигарета сокращает жизнь на 15 минут.

Сигарета – как она ест



- Каждую секунду на земле выкуривается **более 300 000 сигарет.**
- Около **40 веществ**, содержащихся в табачном дыме, **вызывают рак.**
- Пассивные курильщики в два раза чаще заболевают раком, чем те, кого не **«обкуривают».**

Он выбрал правильное
решение!

Последуй его
примеру
и
ты!!!





NO SMOKING