

**Кто курит табак,
тот себе враг.**

**Презентацию подготовила: педагог-психолог
ГБУ ДПО «Похвистневский Ресурсный центр»**

***Всякий курящий должен
знать и помнить, что он
отравляет не только себя,
но и других.***

Н.А.Семашко

"В объятиях табачного дыма"



- Курение табака возникло в глубокой древности...
- В Европу табак попал из Америки. Он был завезен Христофором Колумбом в Испанию.
- Вскоре табак из Испании попал во Францию, куда в качестве подарка королеве Марии Медичи его привез посол Жан Нико.
- Постепенно курение стало путешествовать по Европе и дошло до России.
- Первоначально активного распространения в России не получило.
- И только при Петре I появились первые табачные фабрики. Курение распространилось по всей стране.



Табак - как однолетнее, так и многолетнее растения семейства пасленовых. Описано около 70 видов табака, хотя для курения используется в основном два: собственно табак и махорка.

В обработанных фабричным способом листьях табака содержится:

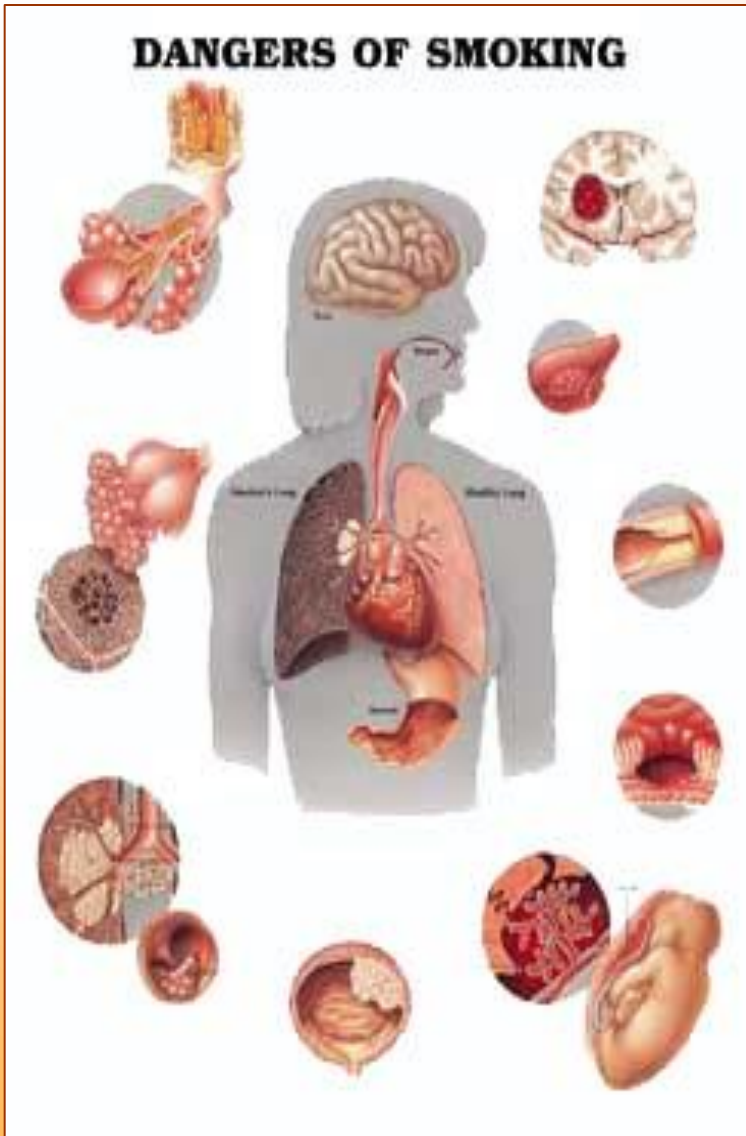
- ✓ никотина - до 6%,
- ✓ углеводов - до 30%,
- ✓ органических кислот - до 17%,
- ✓ эфирных масел - до 2%,
- ✓ белковых соединений - до 13%.





табак

Опасность курения



- ✓ Рак легких, бронхит, заболевание сердца;
- ✓ Астма, нарушается зрение и слух;
- ✓ Часто развивается рак губы, гортани, пищевода;

**Каждая выкуренная
сигарета уносит 5 мин
жизни.**

- ✓ Птицы (воробьи, голуби) погибают, если к их клюву всего лишь поднести стеклянную палочку, смоченную никотином;
- ✓ Кролик погибает от 1/4 капли никотина;
- ✓ Собака - от 1/2 капли;
- ✓ Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг, или 2-3 капли.



Социологические данные.



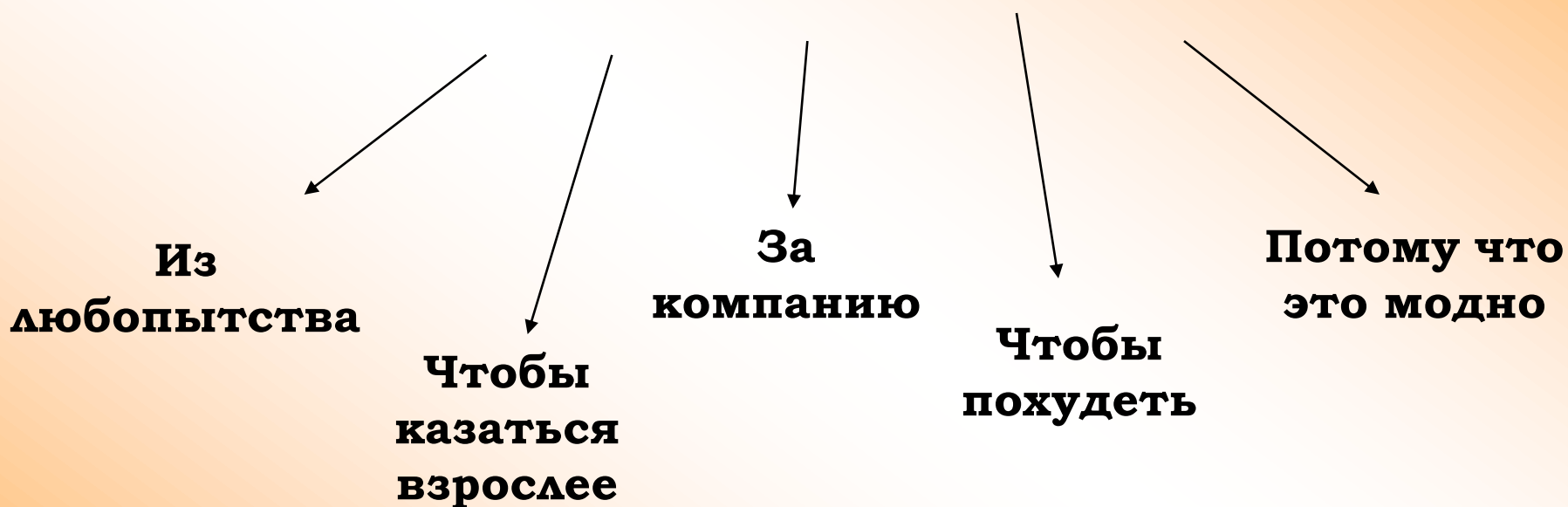
**Установлено,
что в мире, курят**

↓
50% мужчин;
30% женщин.

Из систематически курящих мужчин
17% начали курить в 8-9 лет.

Дай закурить!

Мотивы, из – за которых подростки начинают курить:



Здоровые лёгкие



Легкие курильщика



Легкие курильщика



стаж 5 лет



стаж 10 лет



стаж 15 лет



стаж 25 лет



Рак
легкого
у
курящего
человека.

Как влияет на детское здоровье курение отца и матери?

- ✓ Курение родителей повышает риск того, что ребёнок заболеет астмой, сердечно – сосудистыми заболеваниями, будет чаще болеть респираторными заболеваниями, кариесом.
- ✓ Курение родителей повышает риск того, что ребёнок начнёт курить в очень юном возрасте.

Табачный дым не только вдыхается курильщиком, но и поступает в окружающий воздух. Вне затяжки он в основном создаёт условия для пассивного курения. В воздух попадает половина дыма плюс тот, что выдыхает курящий. Вполне понятно, что такой воздух загрязнён никотином, окисью углерода, аммиаком, радиоактивными веществами и другими вредными компонентами.

В помещении, где курят, загрязнённость воздуха может увеличиться в 6 раз.

Люди, работающие в пропитанном сигаретным дымом воздухе учреждений, как бы выкуривают до 20 сигарет ежедневно.



«Курение - медленное самоубийство».

Скажи себе : «Нет!»

Прекращать дурные привычки надо сразу.

*Занятия спортом укрепляют волю,
делают человека бодрым, здоровым,
отвлекают его от вредных наклонностей.*

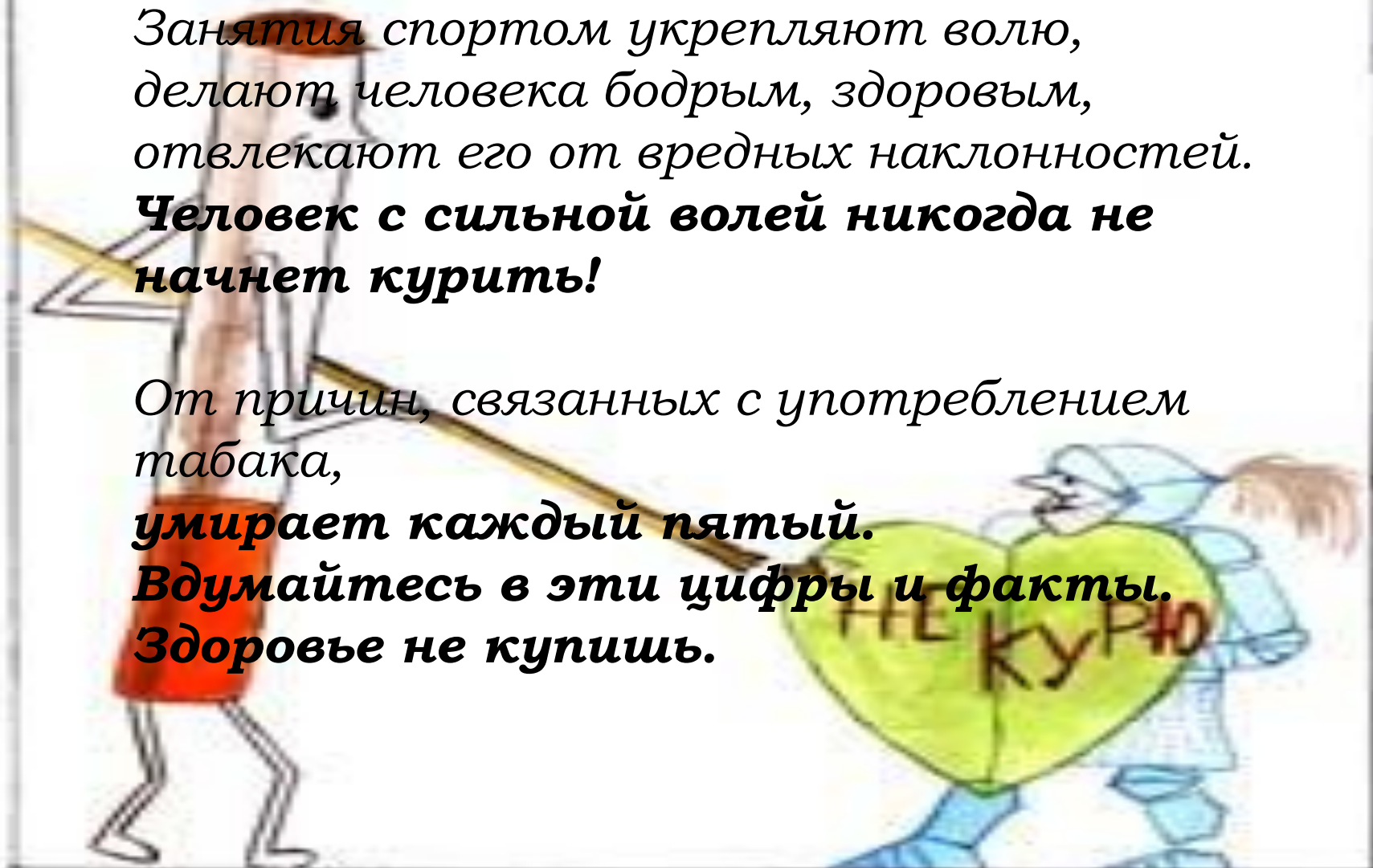
**Человек с сильной волей никогда не
начнет курить!**

*От причин, связанных с употреблением
табака,*

умирает каждый пятый.

Вдумайтесь в эти цифры и факты.

Здоровье не купишь.



"Преступление и наказание"

С табачным зельем во все времена велась жестокая борьба.

Англия – вычитают деньги из зарплаты за время, проведенное в курительной комнате.

Дания – запрещено курить в общественных местах.

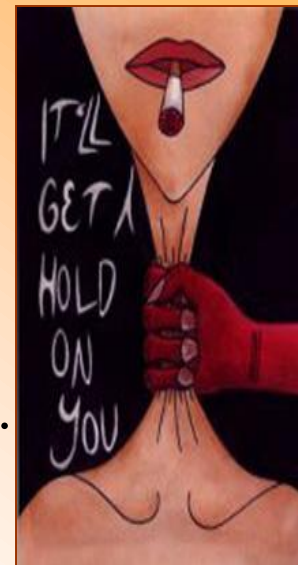
Сингапур – курение – 500 долларов штраф.

Нет рекламы на табачные изделия.

Финляндия – врачи установили 1 день – 17 ноября, когда курильщики приходят на работу без сигарет.

Франция – после антитабачной компании число курильщиков сократилось более чем на 2 миллиона человек.

Россия – принят федеральный закон об ограничении курения на рабочих местах(в силу вступил 14 января 2002 г).



**Хочешь жить
– бросай
курить!**

