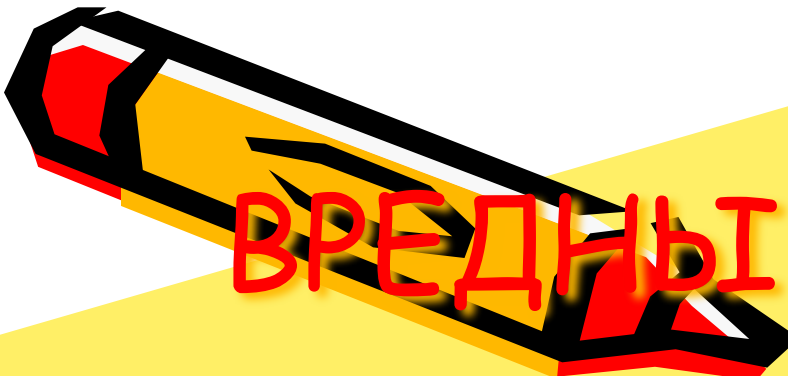




ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ

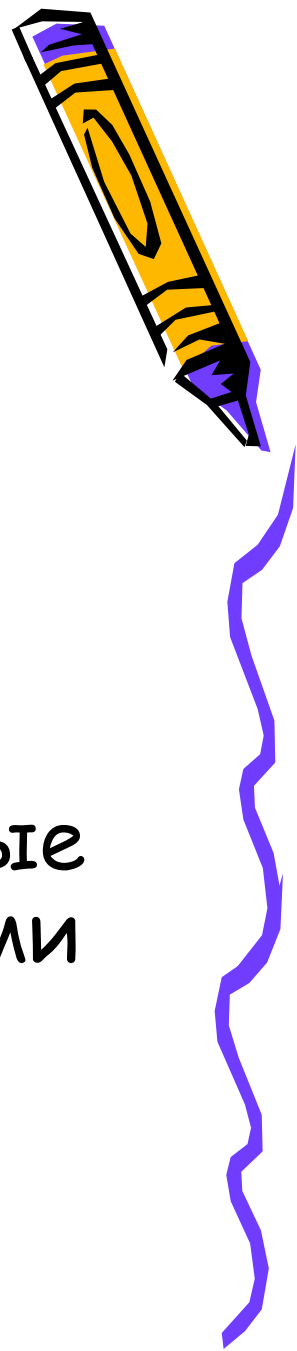
?

Автор: ученица 8б класса
Костина Олеся

© МОУ «Песоченская средняя общеобразовательная школа», 2006.



Цель:



- 1. Изучить влияние курения на организм подростка;
- 2. Провести анкетирование учащихся школы;
- 3. Сравнить статистические данные курильщиков по России с данными по школе.



Результаты строгих эпидемиологических исследований показали, что курение табака является фактором риска развития многих заболеваний:



Табак - один из наиболее мощных канцерогенов, вызывающих онкологические заболевания легких, трахеи, бронхов, гортани, горла пищевода и т.д.

- Курение табака - основной фактор риска заболеваний органов дыхания: хронического бронхита, хронической обструктивной болезни легких, пневмонии.
- Курение табака - фактор риска атеросклероза, инфаркта миокарда, болезней коронарных сосудов, цереброваскулярных и периферических сосудов.
- Курение табака увеличивает риск остеопороза.
- Курение табака в период беременности приводит к недоразвитию плода и ранним выкидышам. Никотин по своим фармакологическим свойствам и воздействию близок к наркотическим препаратам - героину и кокаину, и вызывает развитие зависимости



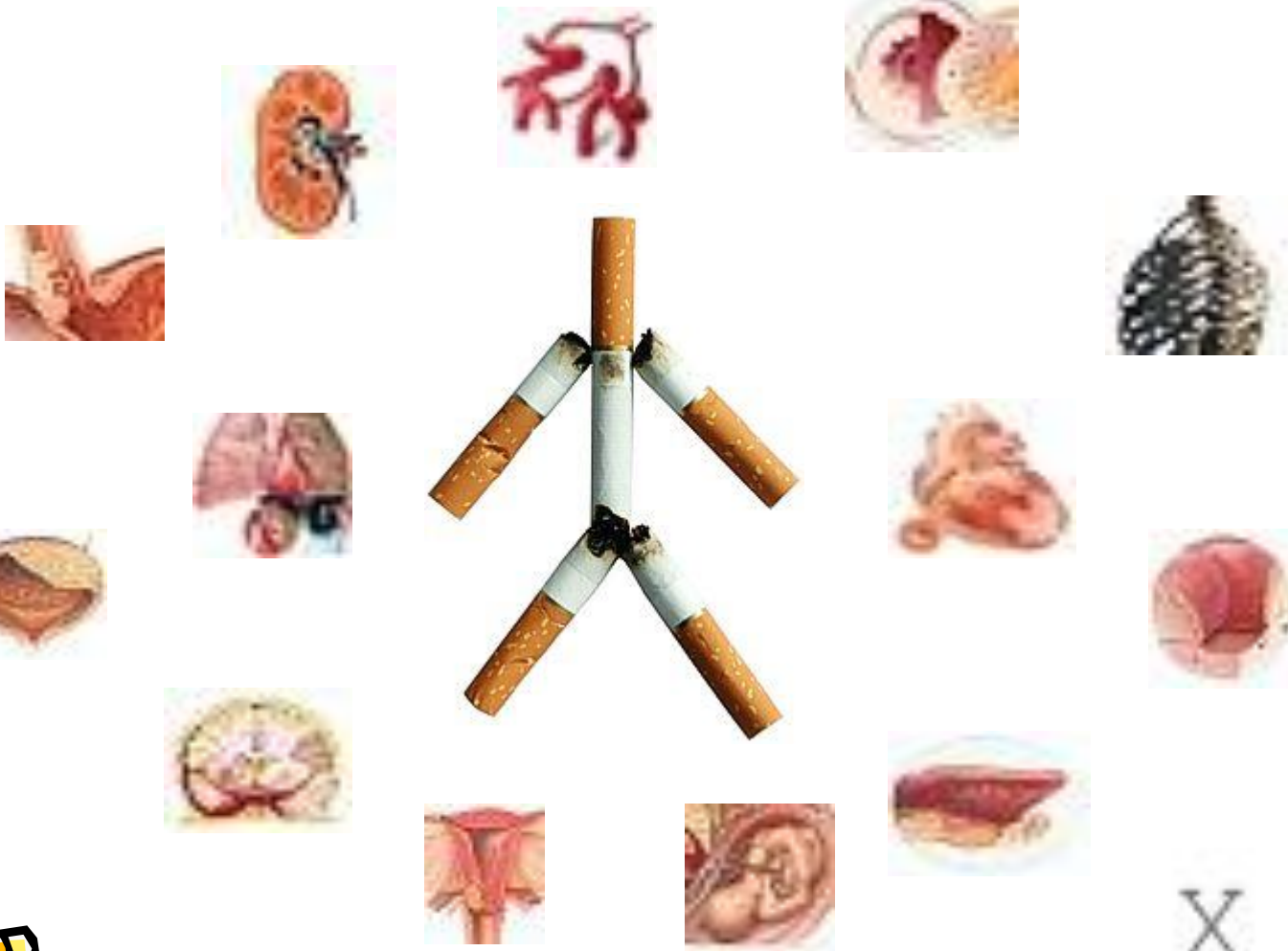
Является ли эффективным отказ от курения и в любом ли возрасте можно бросать курить?



- Отказ от курения является эффективным в любом возрасте
- Риск смерти от заболеваний, связанных с табакокурением, снижается в 2 раза при отказе от курения до 50 лет; статистически значимо снижается риск смерти наблюдается при отказе от курения даже после 70 лет.
- Риск развития рака ротовой легкого снижается в 2 раза через 10 лет после отказа от курения.
- Риск развития рака ротовой полости и пищевода уменьшается в 2 раза через 5 лет после отказа от курения.
- Риск развития инфаркта миокарда и смерти от болезни коронарных сосудов снижается в 2 раза через год после отказа от курения и возвращается на уровень, характерный для никогда не кутивших, через 5-15 лет.
- Отказ от курения на ранних стадиях беременности приводит к рождению детей с нормальным весом.



ПОВРЕЖДЕНИЕ



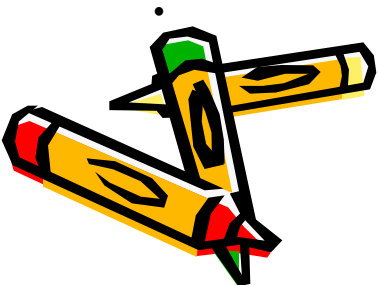
ОРГАНИЗМА



ЭТО ИНТЕРЕСНО!

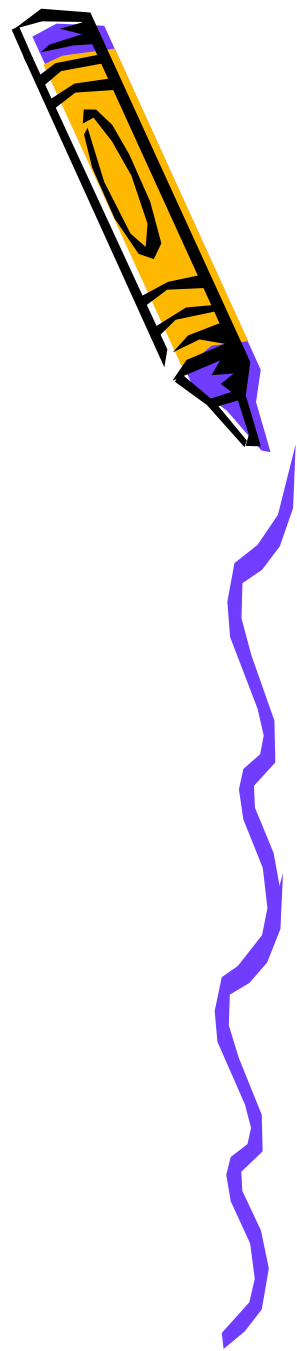
- Рынок сигарет в 2003 году Росстат оценивает в 60,7 миллиардов рублей, ФБК - порядка 134 миллиардов. Причем расходы взрослого курильщика на сигареты, по мнению аналитиков ФБК, составили 2730 рублей в год, подростка - 2370 рублей.
- Более того, за последние 10 лет потребление сигарет на душу населения увеличилось вдвое. За это же время табачные изделия относительно подешевели почти в 3 раза.
- Курение опасно влияет на горожан, живущих в искусственно созданной среде. Для них проблема курения усугубляется тем, что в воздухе крупных городов содержится высокая концентрация углекислого газа, поэтому несколько % гемоглобина горожан связывается в форме карбоксигемоглобина.
- Питание курильщиков приобретает особое значение, поскольку нитраты, используемые при консервировании мясных продуктов (сосиски, тушенка), тоже связывают гемоглобин, который также неспособен переносить кислород.

звёзды бросили, а ты?

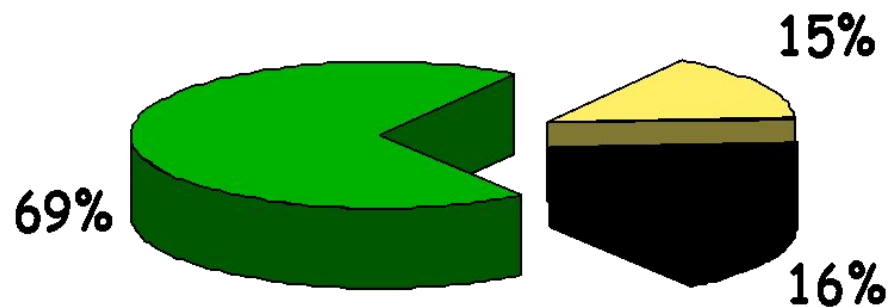


Какой неприглядный курильщика вид:
Серость лица, голос хрипит
Запах какой изо рта неприятный,
Одышка тяжелая – в общем, понятно,
Что это последствия сигареты.
Но если бы только внешность страдала!

Нет, никотину этого мало –
Он убивает людей изнутри:
Легкие, сердце, печень болит.
Плевриты, язва, стенокардия,
Инфаркты, раки, амблиопия,
Атеросклерозы и спазмы сосудов,
Вы догадались, болезни откуда?
Но даже и тот, кто не курит совсем,
Тоже имеет массу проблем!
Пассивный курильщик не меньше страдает
Он никотина больше вдыхает.

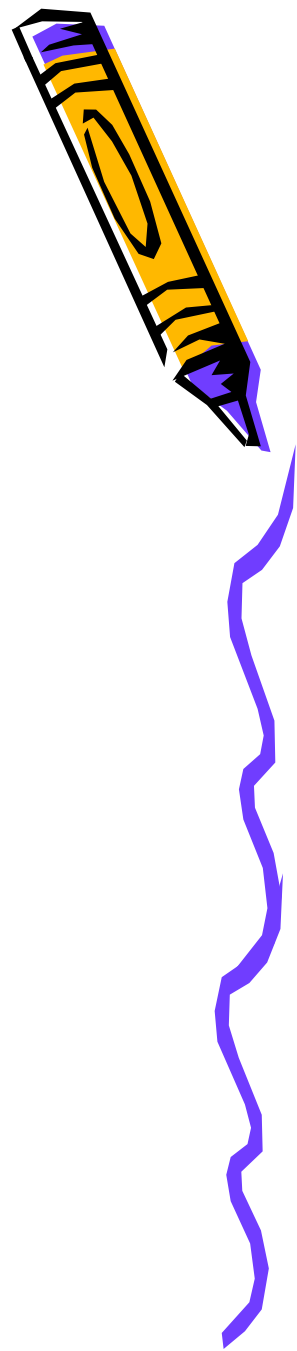
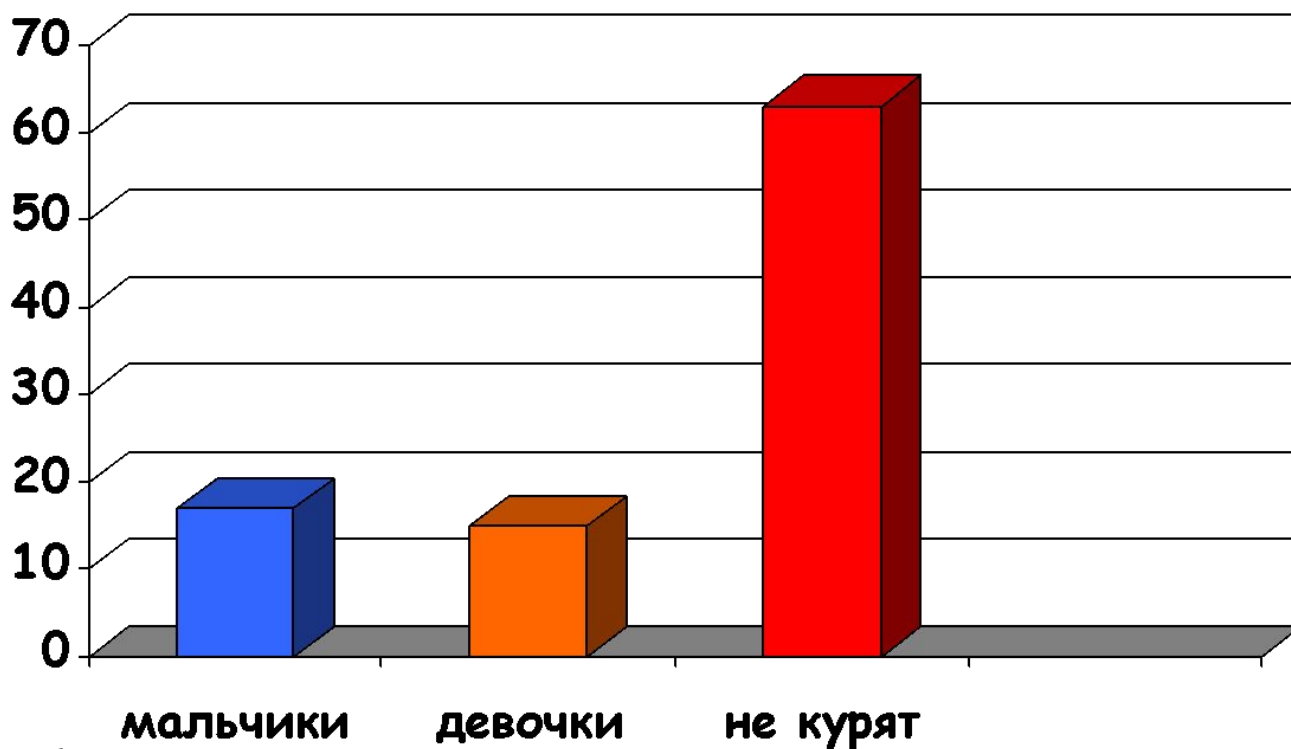


Данные о курящих в России



■ не курят ■ курят постоянно ■ от случая к случаю

Данные о курящих в ПСШ в 2006 году



Я шел домой со спортзанятий.

Меня окликнул мой приятель.

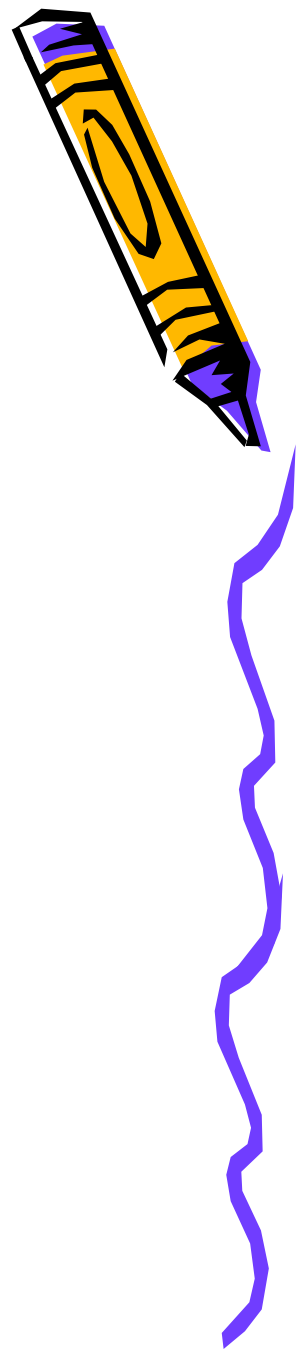
Он сигаретою дымил

И закурить мне предложил.

Но ведь куренье – это вред

И я сказал: "Спасибо, нет.

Дышать нам надо кислородом,



Вывод



В ходе работы я:

- обнаружила пагубное влияние курения на нервную, дыхательную, эндокринную, половую системы и на организм в целом.
- Провела анкетирование учащихся и обнаружили, что Из 84 опрошенных: 37%-курят(19%-мальчики, 18%-девочки) Средний возраст курящих-9-14 лет. Основными причинами, побуждающими подростка курить Являются: за компанию(19% курящих), из интереса(48%), Как взрослые(26%),веселее(6%), успокоить нервы(26%).
- на основополагающий вопрос можно ответить так:
«курить- здоровью вредить» или «капля никотина убивает лошадь»



ПАМЯТКА

Мы вас призываем - любите себя,
Свой мозг, свою печень и сердце, друзья.
Сделайте вывод сами немедленно -
Курить человеку опасно и вредно!

Помните:

- курение угнетает нервную систему;
- курение поражает легкие и сердце;
- курение обостряет течение всех болезней;
- курящий человек неприятен окружающим;
- здоровье, радость жизни и счастье в ваших руках.

