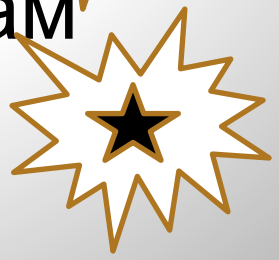
Профилактика привычки курения

- ***Профилактика*** *(от греч. prophylaktikos - "предохранительный)* - это комплекс мероприятий, направленных на сохранение здоровья путем устранения причин и источников заболевания.

- ***Привычка курения-*** сложившийся способ поведения, осуществление которого в определённой ситуации приобретает для индивида характер **выдуманной** потребности.

Анкетирование

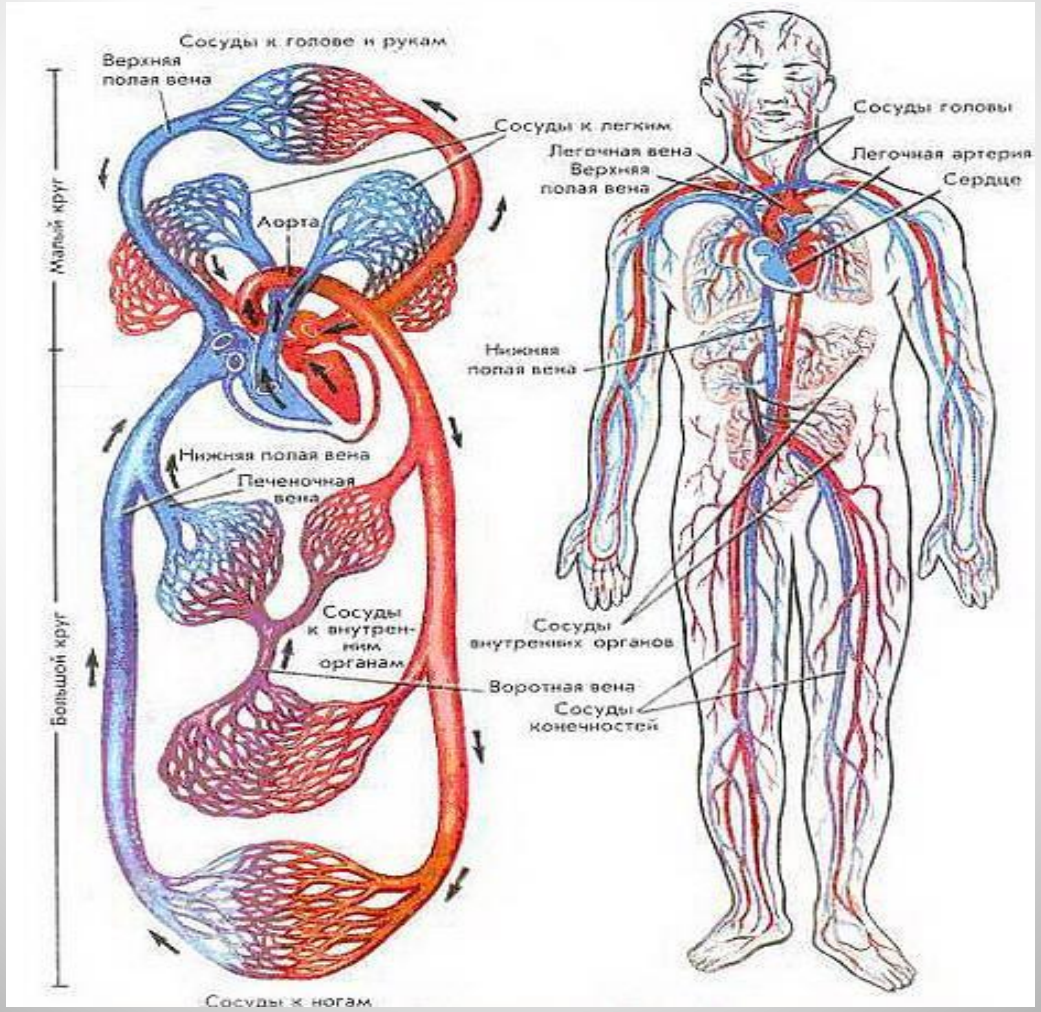
- Курящий мужчина
- Курящая женщина
- Курящий ребенок
- Курение предложенное вам



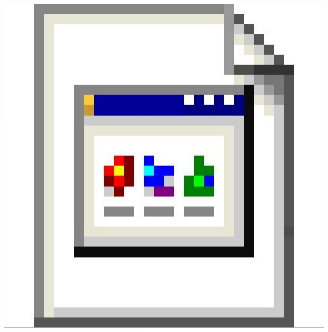
Болезни развивающие у курильщиков

- Бронхиальная астма
- Хронический бронхит
- Рак губы, языка, гортани, трахеи
- Ишемическая болезнь сердца
- Гастрит
- Язвенная болезнь

Кровеносная система (спазм ПРИВОДИТ К СУЖЕНИЮ)

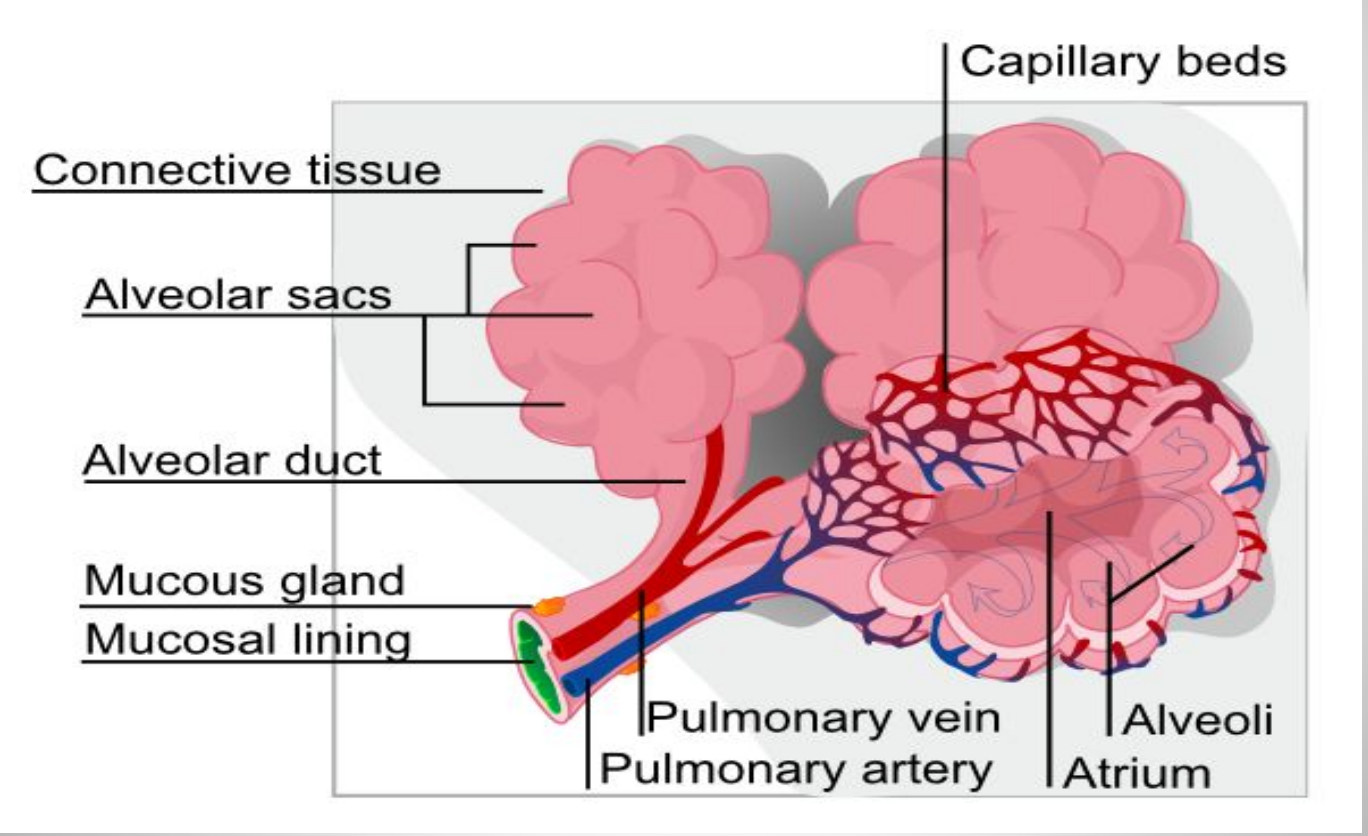


JELiawa.org
THEKILLER

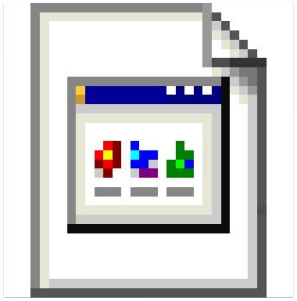


âðåä êóðåíèÿ.mp4

Альвеола (лат. alveolus — ячейка, углубление, пузырёк) — концевая часть дыхательного аппарата в лёгком, имеющая форму пузырька



Как долго **ты** будешь жить?



âðåä êóð ïïûò ñ ñàæåé.mp4

Smoking isn't just suicide. It's murder.
CONAC
CHILEAN
CORPORATION
AGAINST CANCER
POSTED AT WWW.ELLF.RU

Влияние никотина на пиявки

1. **Нет! Я не хочу подражать тем, кто не бережет свое здоровье!**
2. **Нет! Я спешу в шахматный кружок. Хочешь, пойдем со мной.**
3. **Нет, я не буду! Пойдем лучше со мной на каток.**
4. **Нет! Мама меня просила сходить в магазин, пошли со мной. Может, твоей маме тоже нужно что-нибудь купить.**
5. **Нет! Лучше пойдем ко мне смотреть футбол. Сегодня финал!**
6. **Нет! Лучше пойдем ко мне. Вчера мой старший брат принес новые интересные компьютерные игры, поиграем.**

Я НЕ КУРЮ!
и это мне нравится!

1. **Нет! Вредные привычки не приводят к добру!**
2. **Нет! У меня есть новые пазлы. Пойдем собирать!**
3. **Нет! У меня есть более интересные занятия!**
4. **Нет! Я не хочу подражать тем, кто не бережет свое здоровье!**
5. **Нет! Я спешу в шахматный кружок. Хочешь, пойдем со мной.**

Пословицы и поговорки

- Курильщики впускают врага в свои уста, который похищает их мозг.
- Кто курит табак, тот себе враг.
- Курение – медленное самоубийство.
- Курение – смерть в рассрочку.
- Курение – чудовище, созданное человеком.
- Курение – эпидемия легкомыслия.
- Курит один, а плоды курения достаются многим.
- Один курит, а весь дом болеет.
- Табак – корень горести.
- Табак уму не товарищ.
- Табак – яд, курение – зло.
- Удлинять жизнь проще всего, укорачивая перекуры.
- Полюбил табак – впереди рак.
- Курение или здоровье – выбирайте сами!!!

Статистика

- 1 - 2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина
- В течение 30 лет такой курильщик выкуривает примерно 20000 сигарет, или 160 кг табака, поглощая в среднем 800 г. никотина
- в одной сигарете содержится примерно 6-8 мг никотина, из которых 3-4 мг попадает в кровь
- по сравнению с некурящими длительно курящие в 13 раз чаще заболевают стенокардией, в 12 раз - инфарктом миокарда, в 10 раз - язвой желудка
- Курильщики составляют 96 - 100% всех больных раком легких
- Рак у курящих людей возникает в 20 раз чаще, чем у некурящих
- Велика роль курения и в возникновении туберкулёза. Так, 95 из 100 человек, страдающих им, к моменту начала заболевания курили

БРОСИТЬ
КУРИТЬ
МНЕ ПОМОГ
ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ

БРОСИТЬ
КУРИТЬ
МНЕ ПОМОГ
МОЙ ВТОРОЙ ИНФАРКТ