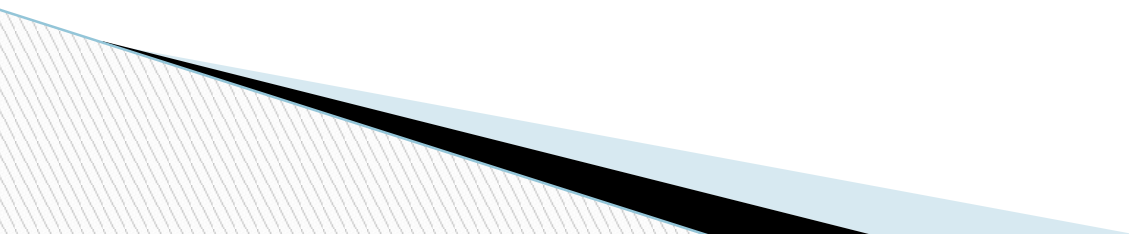
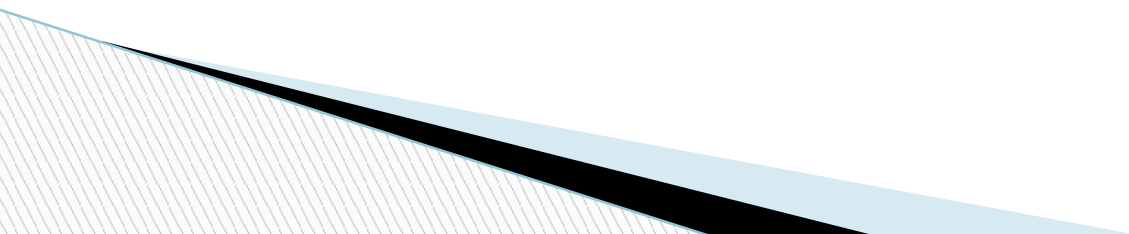


Молодёжь 21 века
– выбирает
здоровый образ
жизни!



Жизнь – это богатство,
данное каждому
изначально, и очень
хочется, чтобы она была
прекрасной и счастливой.



АЛКОГОЛИЗМ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ

Причинами употребления алкоголя являются:

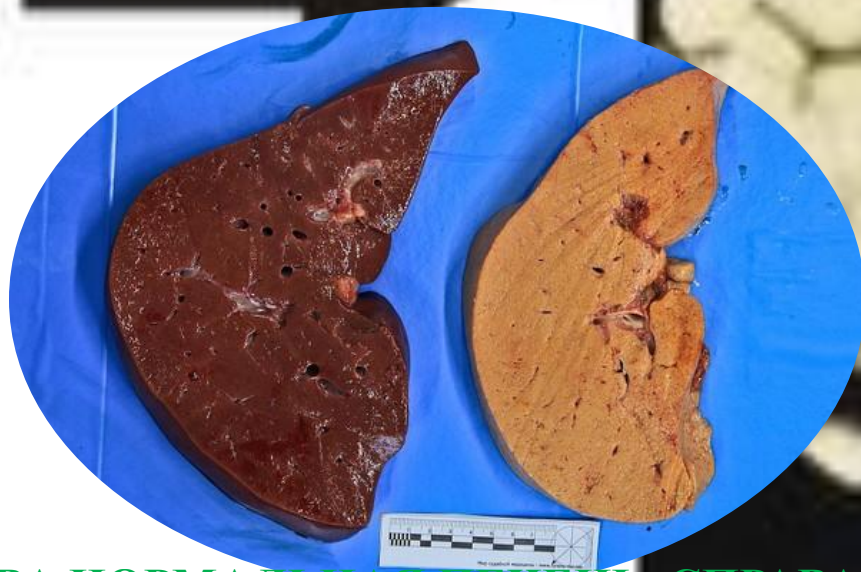
I. Самоутверждение: 52-65% (нравится, скучно).

II. Символическое участие сверстников (друзья и взрослые тоже пьют): 18-31%.

III. Снятие психического напряжения (для смелости, спокойствия): 12-15%.



Алкоголь, попадая в организм подростка, быстро разносится по кровью и концентрируется в мозгу. Вследствие повышенной рефлекторной возбудимости даже небольшая доза спирта вызывает у детей бурную реакцию, тяжёлые симптомы отравления. При систематическом поступлении алкоголя в детский организм страдает не только нервная система, но и пищеварительный тракт, зрение, сердце. Печень не справляется с алкогольной нагрузкой, и происходит её перерождение.



СЛЕВА НОРМАЛЬНАЯ ПЕЧЕНЬ, СПРАВА АЛКОГОЛЬНАЯ

ТАБАКОКУРЕНИЕ И ЕГО ПОСЛЕДСТВИЯ.



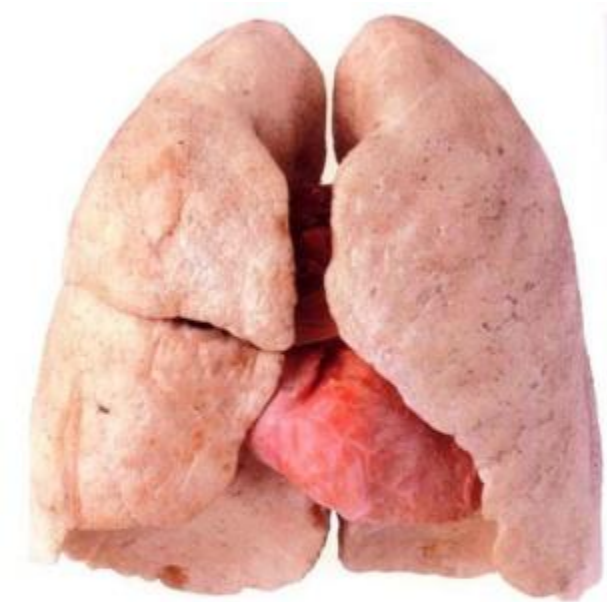
СТАТИСТИКА СВИДЕТЕЛЬСТВУЕТ, ЧТО ИЗ КАЖДЫХ 100 ЧЕЛОВЕК, УМЕРШИХ ОТ РАКА ЛЁГКИХ, 90 КУРИЛИ, ИЗ КАЖДЫХ 100 ЧЕЛОВЕК, УМЕРШИХ ОТ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЛЁГКИХ, 75 КУРИЛИ, ИЗ КАЖДЫХ 100 УМЕРШИХ ОТ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА 25 КУРИЛИ. ПРИЧЁМ, ЕСЛИ КУРИТЬ ЧЕЛОВЕК НАЧИНАЕТ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ, ЭТО КАК РАЗ И СПОСОБСТВУЕТ ВОЗНИКНОВЕНИЮ УКАЗАННЫХ ВЫШЕ БОЛЕЗНЕЙ.



Стаж курения 12 лет



Стаж курения 9 лет



**СПРАВА, ЛЁГКИЕ
ЗДОРОВОГО
ЧЕЛОВЕКА.
СЛЕВА, ЛЁГКИЕ
КУРИЛЬЩИКА.**

Табачный дым в 4 раза
более токсичен, чем токсичными
веществами по сравнению с
хлопком и газами
автомобиля. Один
кубический сантиметр
табачного дыма содержит до 3
миллионов частиц сажи. В
табачном дыме
насчитывается более 3660
компонентов, многие из
которых весьма небезопасны
для организма, в частности
для сердечно - сосудистой
системы, 300 из них -
активные биологические яды.





ПОДРОСТКУ, У КОТОРОГО ИДЁТ ФОРМИРОВАНИЕ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ, КУРЕНИЕ ВРЕДИТ ОСОБЕННО СИЛЬНО. НАНОСИТ ВРЕД ОНО И ОКРУЖАЮЩИМ ДЕТЯМ, КОТОРЫЕ ЯВЛЯЮТСЯ "ПАССИВНЫМИ КУРИЛЬЩИКАМИ". ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ УВЕЛИЧИВАЕТ НА 10-30 ПРОЦЕНТОВ РИСК РАЗВИТИЯ РАКА ЛЁГКИХ. ПОЭТОМУ ПОДРОСТОК ДОЛЖЕН ПОНИМАТЬ, ЧТО НАХОДИТСЯ РЯДОМ С ТЕМИ, КТО КУРИТ, ТАКЖЕ ВРЕДНО ДЛЯ ЕГО ЗДОРОВЬЯ.

НАРКОМАНИЯ И ЗДОРОВЬЕ



Наркотик наносят большой вред организму подростков. Дети - наркоманы плохо учатся или не учатся совсем, рано умирают, так как они заболевают, и ничто их уже не может спасти, так как наркомания почти не излечима





Употребление наркотиков в подростковом возрасте часто приводит к хроническому гепатиту, СПИДу, способствует развитию слабоумия. У подростка очень быстро формируется зависимость от любого наркотика и психоактивного вещества. Кроме того, злоупотребление наркотиками требует больших денег, наркотическая зависимость толкает подростков на преступления ради денег на очередную дозу наркотического вещества.

ТОКСИКОМАНИЯ



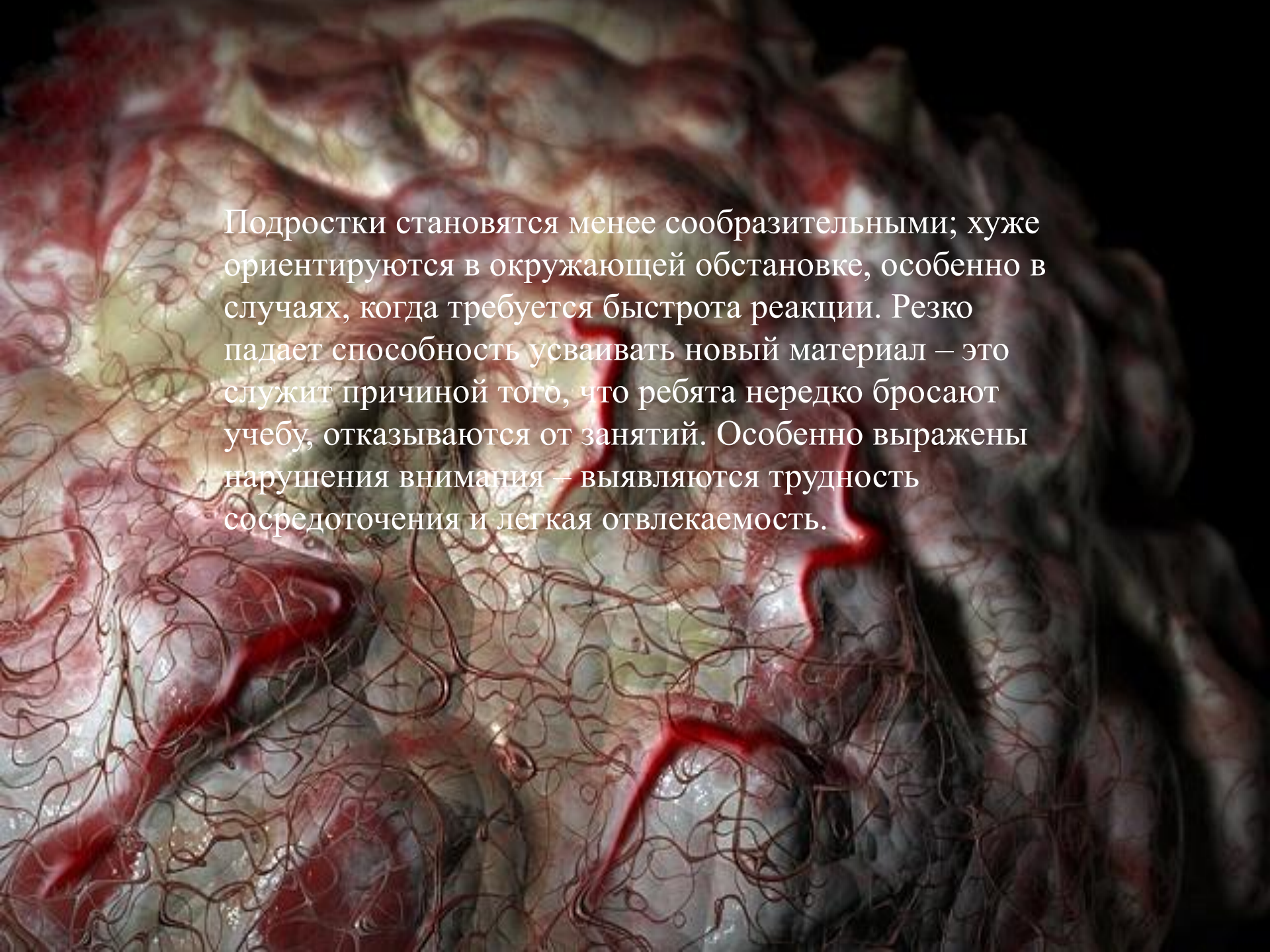
За последние двадцать лет токсикомания — вдыхание «летучих наркотически действующих веществ» (ЛНДВ) — приобрела характер эпидемии. Ежегодно сотни детей и подростков с кулками на голове отправляются в мир иной. Средний возраст потребителей продукции химической промышленности — 8—15 лет

Photo courtesy of the American Lung Association

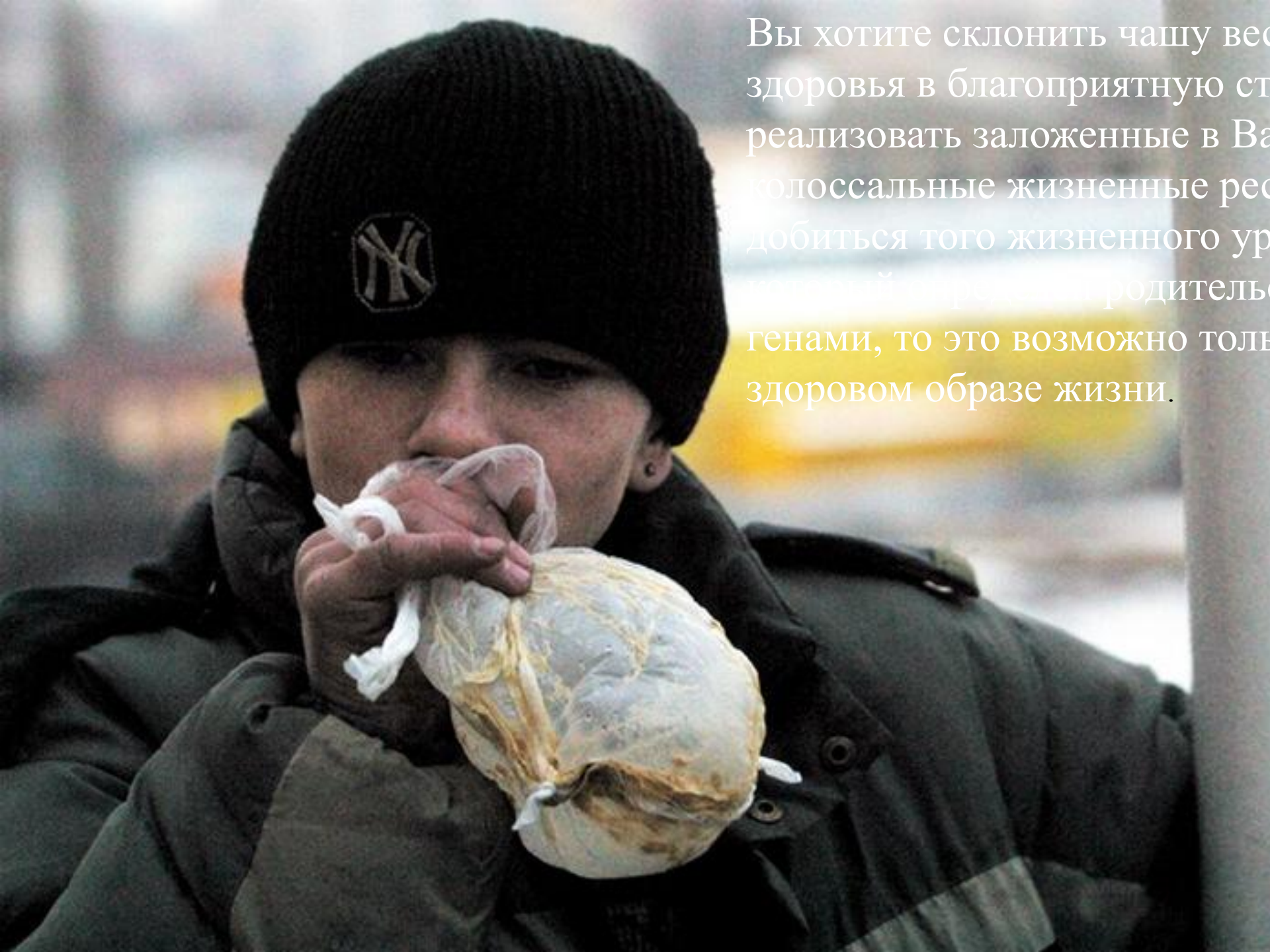
Photo courtesy of the American Lung Association

A photograph of a newborn baby lying on a pink blanket, with a text overlay. The baby is wearing white socks and is positioned in the center of the frame. The text is in a bold, dark blue font and is centered over the baby's body.

**У ТЕХ, КТО НЮХАЕТ РАСТВОРИТЕЛИ 1—2
МЕСЯЦА, — РАЗРУШАЮТСЯ ВНУТРЕННИЕ
ОРГАНЫ, ГОЛОВНОЙ МОЗГ, НЕРВНАЯ СИСТЕМА.
ТЕ, КТО НЮХАЕТ 1—2 ГОДА, — СТАНОВИТСЯ
ИНВАЛИДОМ. МНОГИЕ, КОМУ УДАЕТСЯ ВЫЖИТЬ
ОТ ЧАСТЫХ ПЕРЕДОЗИРОВОК, СТАНОВЯТСЯ
СЛАБОУМНЫМИ**



Подростки становятся менее сообразительными; хуже ориентируются в окружающей обстановке, особенно в случаях, когда требуется быстрота реакции. Резко падает способность усваивать новый материал – это служит причиной того, что ребята нередко бросают учебу, отказываются от занятий. Особенно выражены нарушения внимания – выявляются трудность сосредоточения и легкая отвлекаемость.



Вы хотите склонить чашу весов
здоровья в благоприятную сторону,
реализовать заложенные в Вас
колоссальные жизненные ресурсы,
добиться того жизненного уровня,
который среднестатистический человек
получает с помощью лекарств и
технологий, то это возможно только
здоровом образе жизни.