Мысли по ходу

«…никотин ослабляюще действует на память, разрушает нервную систему и ослабляет силу воли - … мастера. Я могу сказать, что сам получил уверенность выигравши матч за мировое первенство лишь тогда, когда отучился от страсти к табаку»

А. Алехин

«Трудно себе вообразить, какое благотворное изменение произошло бы во всей жизни людской, если бы люди перестали одурманивать и отравлять себя табаком»

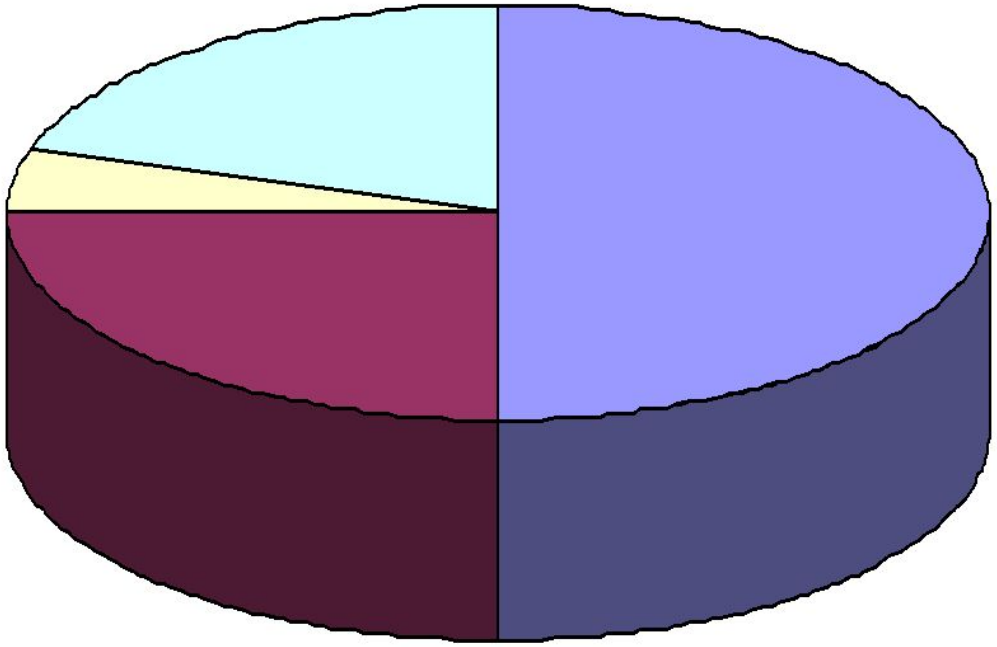
Л. Н. Толстой

«… отупляет целые нации»

(Бальзак)

(Гёте)

Что происходит при курении



1 50%-уходит в атмосферу

2 25%-сгорает и разрушается

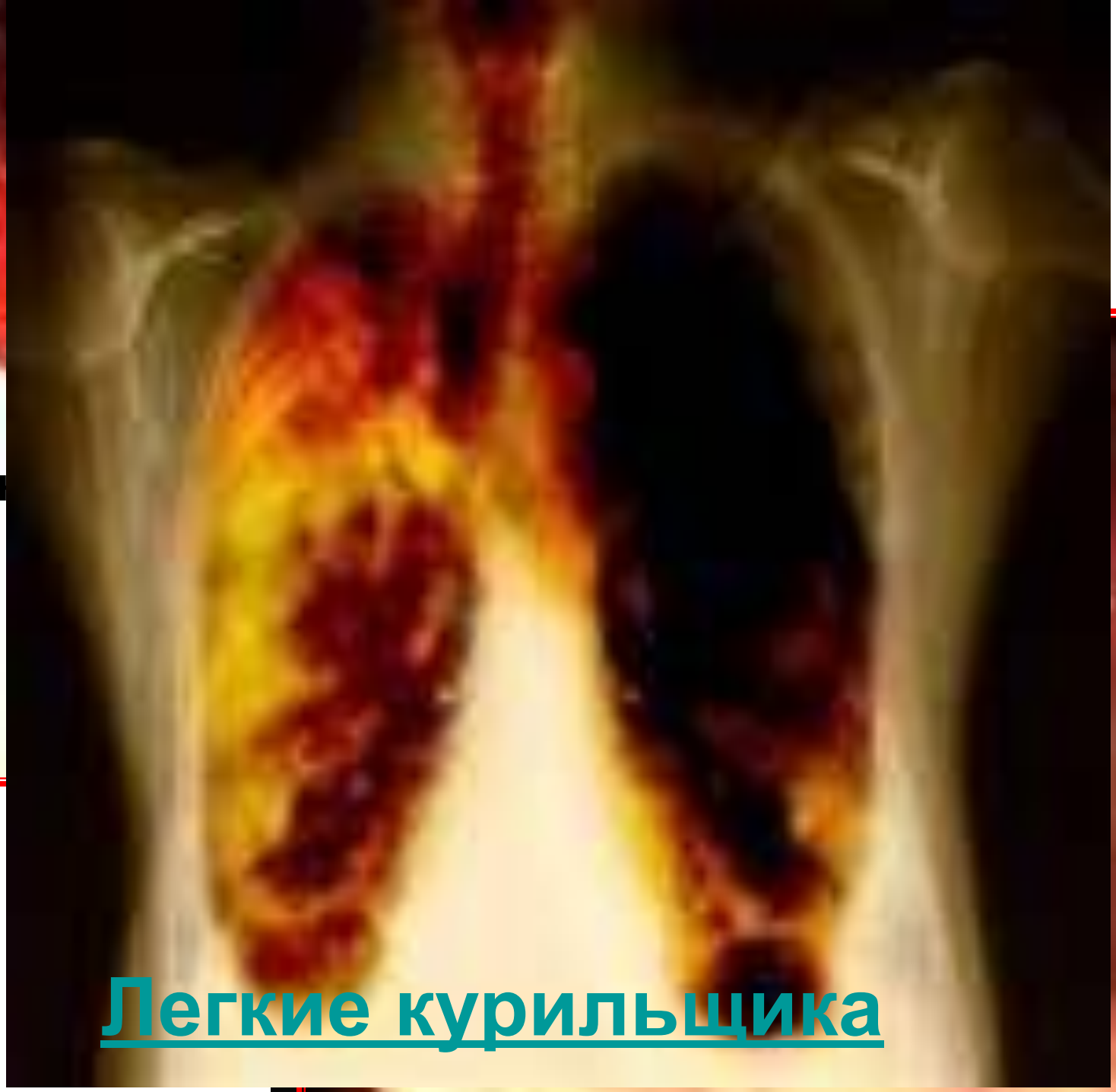
3 5%-остаётся в окурке

4 20%-попадает в организм

ТАБАЧНЫЙ ДЫМ
Нервно-психические заболевания; болезни сердца и крови
Раковые заболевания
Повреждение зубной эмали; воспаление слизистых оболочек рта
нервно-сердечные яды
радиоактивные элементы
канцерогенные смолы
синильная кислота
угарный газ
Болезни сердца
мышьяк
никотин
стирол
Нарушение дыхания
Отравление всего организма
Рак лёгких, проблемы с кровеносными сосудами; поражение желудка и кишечника
Понижение чувствительности органов осязания
Нарушение слуха
Ухудшение зрения

Заболевания, вызываемые курением

Ра



Легкие курильщика

Мужч ика

Рот курильщика

Борьба с курением :

- По религиозным мотивам в Италии табак был объявлен “забавой дьявола”.
- Римские папы предлагали отлучать от церкви курящих табак.
- 5 монахов, уличенных в курении, были заживо замурованы в монастырской стене.
- В Англии по указу Елизаветы I (1585 г.) курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с веревкой на шее.
- В России в царствование царя Михаила Федоровича попавшийся на курении в первый раз наказывался 66 ударами палок по стопам, во 2-й раз - отрезанием носа и ушей. Частных торговцев табаком повелевалось “пороть, ссылать в дальние города”.

- **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.**
- **Япония г. Ваки – решение: 3 дня в месяц без курения.**
- **Франция – После антитабачной кампании число курильщиков сократилось более, чем на 2 млн. человек.**
- **Америка — резко ограничена реклама сигарет : на телевидении запрещена табачных изделий. Курение для Америки- не норма, а дикость. Образованный человек не может не знать, насколько курение вредит его здоровью. Если он знает и продолжает курить, значит он неумный человек. Железная американская логика.**

Ответственность за курение

Курение – это не только вредная привычка, но административное правонарушение. Согласно статье 18.1 Кодекса об административной ответственности - курение табака в общественных местах влечет за собой штраф от 1/10 до 1/3 минимального размера оплаты труда.

Статья 18.2 Кодекса об административной ответственности гласит: «Продажа табачных изделий лицам ,не достигшим 18 лет влечет за собой штраф от 1/10 до 1 минимального размера оплаты труда.

Если человек начал курить в 15 лет, то продолжительность его жизни уменьшается более чем на 8 лет.

Начавшие курить до 15 лет – в 5 раз чаще умирают от рака, чем те, кто начал курить после 25 лет.

Уровень смертности среди курящих мужчин выше на 30%, чем у некурящих.

Ученые Германии установили, что одна сигарета сокращает жизнь на 12 минут.

Из куривших подростков каждый четвертый умирает от заболеваний, связанных с курением. Курильщик живет, в среднем, на 8 лет меньше некурящих.

Вероятность того, что ребенок умрет вскоре после рождения на 20% выше у тех женщин, которые курят больше пачки сигарет в день.

Курение матери приводит к увеличению числа врожденных дефектов в развитии ребенка и ухудшает его физическое и психическое развитие.

В нашей стране частота курения среди девочек возросла в три раза.

Какие проблемы возникают у подростка, который курит?

В настоящее время	Во взрослой жизни
Проблемы с родителями	Проблемы со здоровьем
Где достать деньги на покупку сигарет?	Плохой пример для детей
Неприятный запах от одежды и волос	Приходится экономить на чём-то, чтобы купить сигареты
Приходится курить тайком	Возникают ссоры из-за курения с родственниками
В школе курить запрещено	Раньше времени стареет, болеет, умирает

1. Подростки курят, чтобы быть как все. ДА
2. Некурящие вынуждены страдать от заболеваний дыхательной системы в результате пассивного курения. ДА
3. Курение помогает расслабиться, когда человек нервничает. НЕТ
4. В легких человека, выкуривающего каждый день по пачке сигарет в течение года, оседает 1 л табачной смолы. ДА
5. Физические упражнения нейтрализуют вред, наносимый курением. НЕТ
6. Табакокурение — одна из основных причин заболеваний сердца. ДА

7. Большинство курящих получают от курения удовольствие и не собираются бросать курить.

НЕТ

8. Одной сигареты вполне достаточно, чтобы участился пульс, повысилось кровяное давление, установилось нормальное кровоснабжение и циркуляция воздуха в легких.

НЕТ

9. Большинство подростков в состоянии бросить курить в любое время.

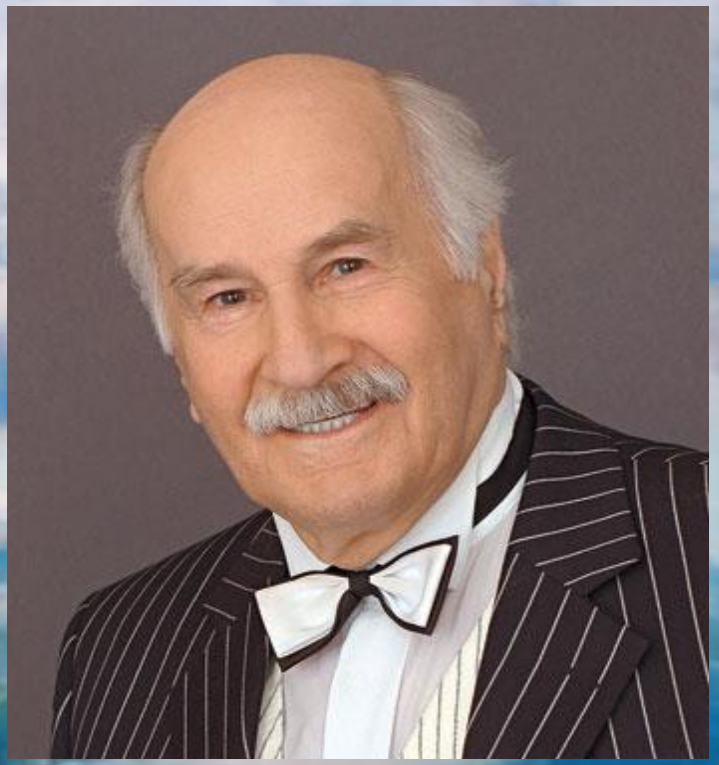
НЕТ

10. Нет ничего опасного в том, что подростки иногда «балуются» сигаретами, если они смогут оставить это занятие до того, как курение превратится в привычку.

НЕТ

50 лет

95 лет
НИКОГДА
не курил!



Мартин Бротон

Глава British American Tobacco, второй по выпуску производитель табачной продукции в мире

Сам принял решение о том, что курение ему не нужно

Жириновский Владимир

Депутат ГД от ЛДПР

Бросил курить после первого чтения закона "Об ограничении курения табака"

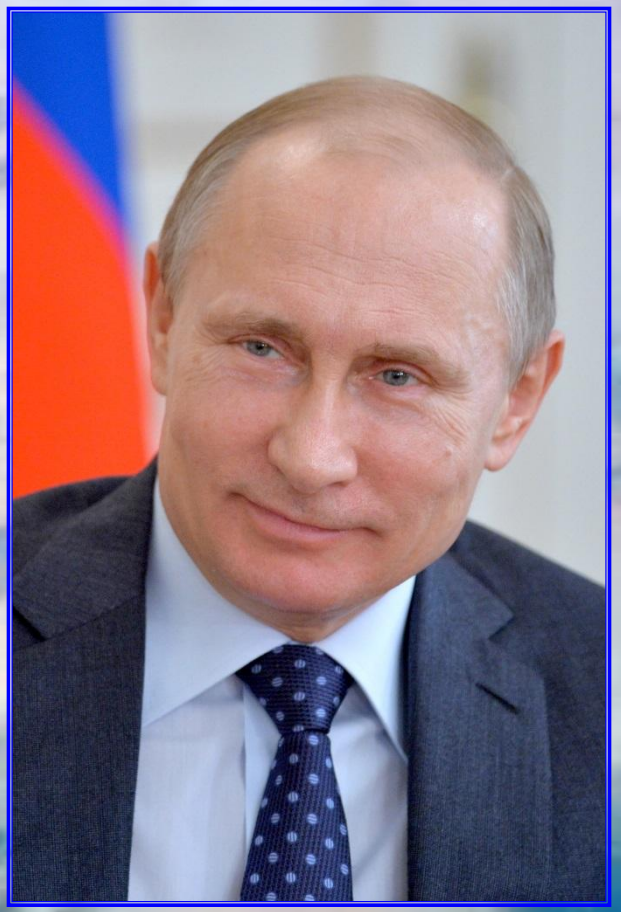
Не

курит

Сергей Шойгу

Министр обороны Российской Федерации

Владимир Путин



Президент Российской Федерации

Не

курит

Главное помни:

тебе необязательно объяснять причины отказа от курения,

просто твёрдо скажи «НЕТ»

Курить не модно - дыши свободно!