

Скажи
сигаретам :
«Нет!»



- Курение - одна из вреднейших привычек.
- Исследованиями доказано в чем вред курения. В дыме табака содержится более 30 ядовитых веществ: никотин, углекислый газ, окись углерода, синильная кислота, аммиак, смолистые вещества, органические кислоты и другие.



- **1-2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина. Курильщика спасает, что эта доза вводится в организм не сразу, а дробно.**



- **Статистические данные говорят: по сравнению с некурящими длительнокурящие в 13 раз чаще заболевают стенокардией, в 12 раз - инфарктом миокарда, в 10 раз - язвой желудка. Курильщики составляют 96 - 100% всех больных раком легких. Каждый седьмой долгое время курящий болен облитерирующим эндартериитом - тяжким недугом кровеносных сосудов.**



Это легкие **здорового** человека

А это **твои** легкие!



Хочешь новые модные легкие черного
цвета?

Кури еще больше, и ты получишь эту классную штуку!

Мера жизни?..

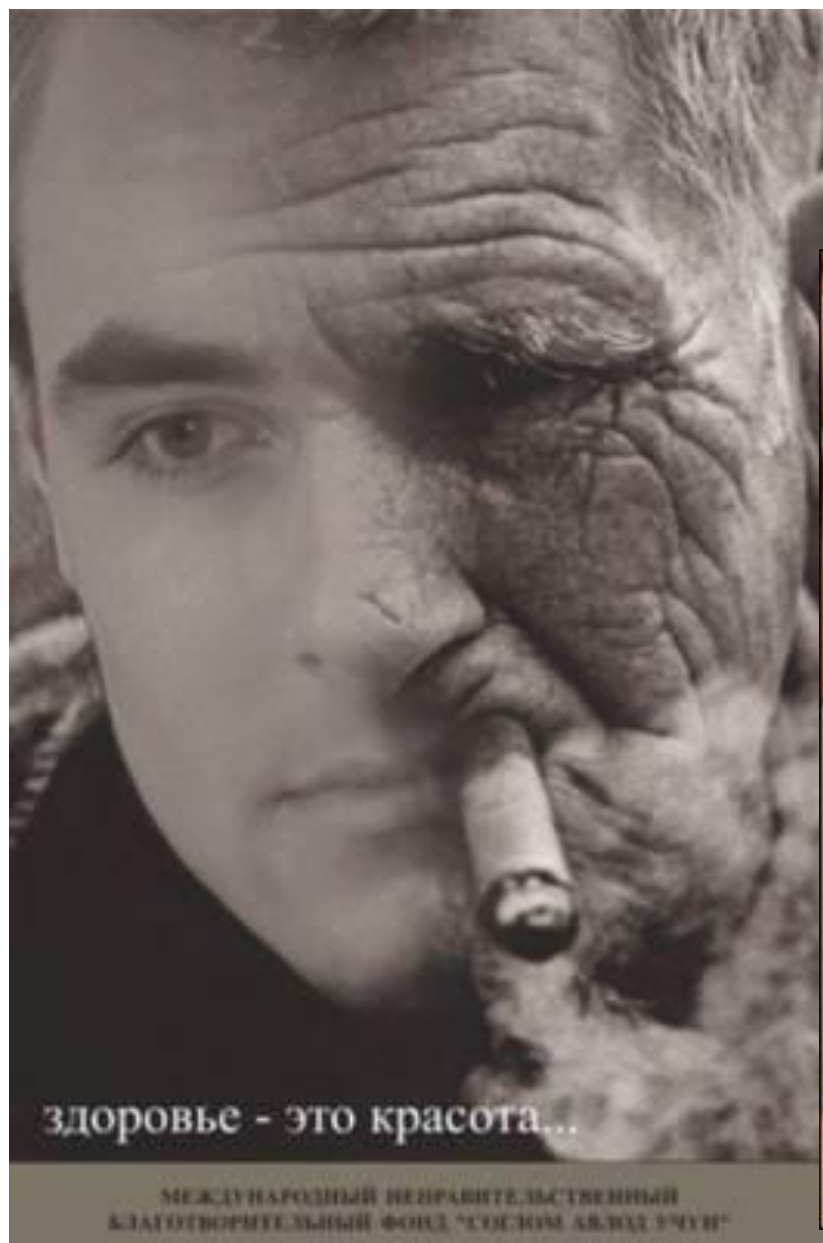


© 2000 Blackwell Science Ltd *Journal of Internal Medicine* 247: 457–467

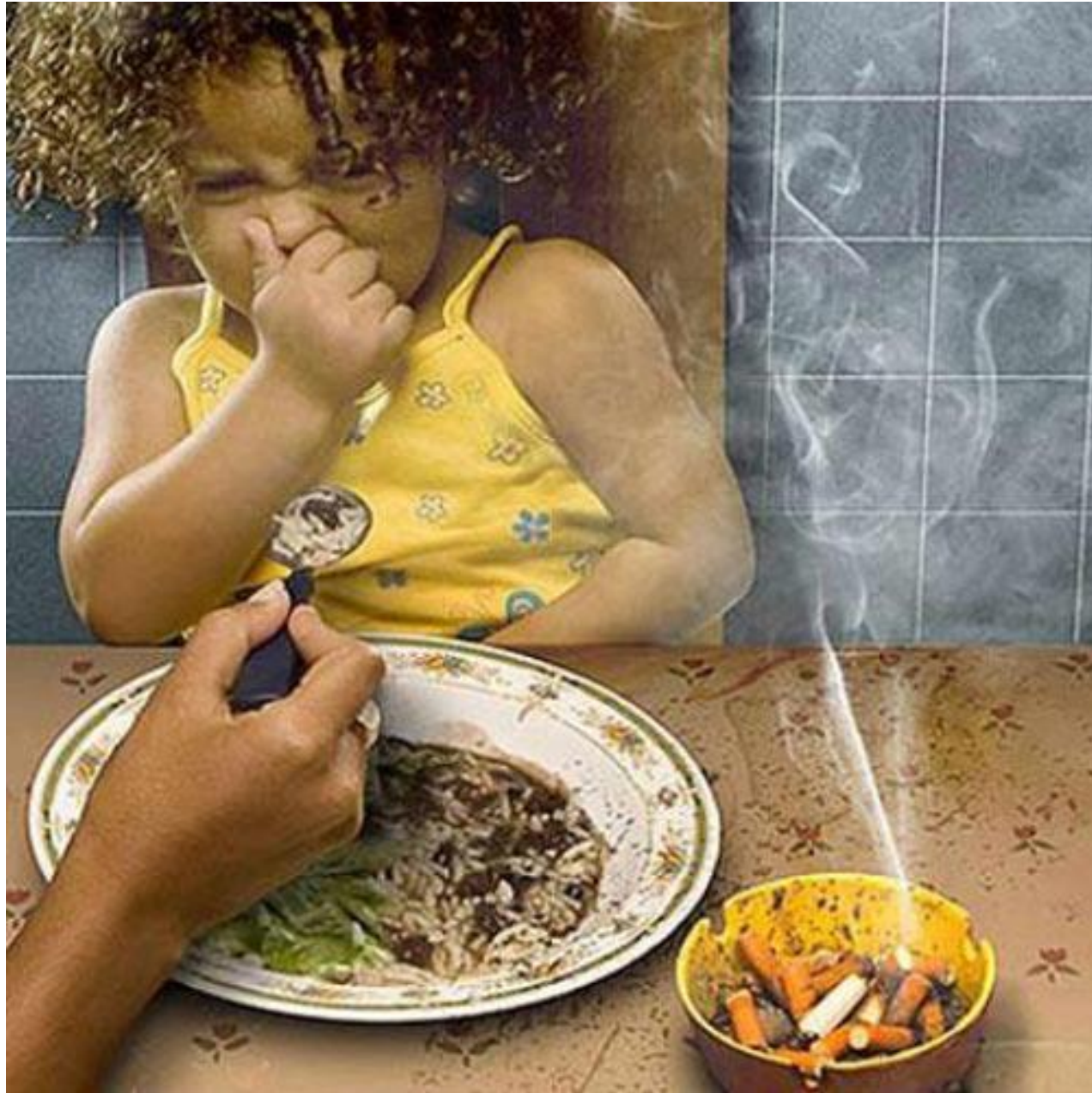
- **От веществ, содержащихся в табачном дыму, страдает так же пищеварительный тракт, в первую очередь зубы и слизистая оболочка рта. Никотин увеличивает выделение желудочного сока, что вызывает ноющие боли под ложечкой, тошноту и рвоту.**



- **Никотин относится к нервным ядам.**
В экспериментах на животных и
наблюдениях над людьми
установлено, что никотин в малых
дозах возбуждает нервные клетки,
способствует учащению дыхания и
сердцебиения, нарушение ритма
сердечных сокращений, тошноте и
рвоте.



- **Курящие подвергают опасности не только себя, но и окружающих людей. В медицине появился даже термин “Пассивное курение”. В организме некурящих людей после пребывания в накурленном и не проветренном помещении определяется значительная концентрация никотина.**





ЗАКУРИМ?

**Курение - это
ЯД!!!**





Скажем сигарете:

"НЕТ!"