

ПРЕЗЕНТАЦИЯ

Удовольствие от курения...

- Но давайте, прежде чем говорить о вреде курения, поговорим о том, а какое именно удовольствие получает курильщик от сигареты? Конечно, прежде всего - это химическое воздействие никотина на головной мозг. Никотин является по своей химической природе стимулирующим средством, подстегивающим работу мозга и вызывающим легкую эйфорию. Поэтому многим кажется, что сигарета улучшает мыслительный процесс. Но если человек в качестве доказательства интенсивности своей интеллектуальной деятельности показывает полную пепельницу, то вероятно, вскоре он вообще не сможет думать без сигареты – мозг откажется работать самостоятельно... Кстати, в итоге никотин дает не просветление, а помутнение мозгов. И те люди, которые курят на рабочем месте "ради улучшения процесса мышления", на самом деле, скорее всего, работают немного из-под палки.

Расслабляет и дым от сигареты



процесс курения удовлетворяет еще некоторые другие потребности

- Сигарета порой облегчает процесс общения. Вспомнить хотя бы известный фильм "Москва слезам не верит", где девушка заводила знакомства с мужчинами в библиотеке - и именно в "курилке". Случаются так же ситуации вроде той, когда женщина начала курить только потому, что в фирме, где она работала, все кулуарные разговоры велись опять-таки в курилке, и чтобы быть в курсе всех интриг, необходимо было тоже взять сигарету... И уж самая красноречивая ситуация - когда женщина собирается закурить в присутствии мужчины, тот просто обязан поднести ей огоньку - таким образом он делает первый шаг. А если дама не курит, ей придется делать этот шаг самой...

Ошибочное мнение...

- Часто женщины закуривают, чтобы похудеть – никотин, как наркотик стимулирующей группы, увеличивает «расходную часть» обмена веществ, одновременно снижая аппетит. Но курение – не лучший способ похудеть....

Подростки курильщики...

- Когда закуривает подросток (любого пола), это наверняка стремление доказать всем, что он уже взрослый. Но если ребенок с малых лет в доме считается личностью, если его уважают и с ним считаются, то он вряд ли станет курить.. А те дети, с которыми взрослые нянчатся до седых волос, практически всегда начинают курить, и очень рано: чтобы показать своим домашним, что пора бы перестать их воспитывать...

Малолетний курильщик)



Курение якобы модно...

- Курение может быть и элементом моды, и способом ухода от действительности (особенно когда человек чувствует в чем-то свою беспомощность), и даже некоторым способом выражения признательности - многие закуривают, именно подражая своим любимым людям, или тем, от кого они материально зависимы, или своим кумирам...

Красиво)))



Успокоительный эффект...

- И наконец, успокоительный эффект сигареты на самом деле обусловлен лишь фактом того, что эта сигарета находится у вас во рту. Природой задумано так, чтобы человек испытывал чувство покоя и комфорта под действием сосательного рефлекса. И точно так же, как младенец успокаивается у маминой груди, взрослые приходят в себя, беря в рот сигарету (на этом же основано известное средство от бессонницы стакан теплого молока выпить на ночь ЧЕРЕЗ СОЛОМИНКУ).

Но все-таки курить вредно!!!

- Но как бы то ни было, все эти удовольствия перекрываются одним: курить все-таки вредно. Сейчас, когда человеческий ум начинает хоть что-то стоять реально, наблюдается интересная картина: люди, которые нашли свое место в жизни, ценят свой мозг и не травят его чем попало. А те, кто в жизни остается вечным подростком, да еще оказывается в чем-то социально неприкаянным, в качестве спасения хватается за сигарету. Поэтому, выбирая курящего спутника (спутницу) жизни, задумайтесь - а нужен ли вам этот вечный ребенок с большими амбициями, нелогичными требованиями и нежеланием думать о завтрашнем дне?

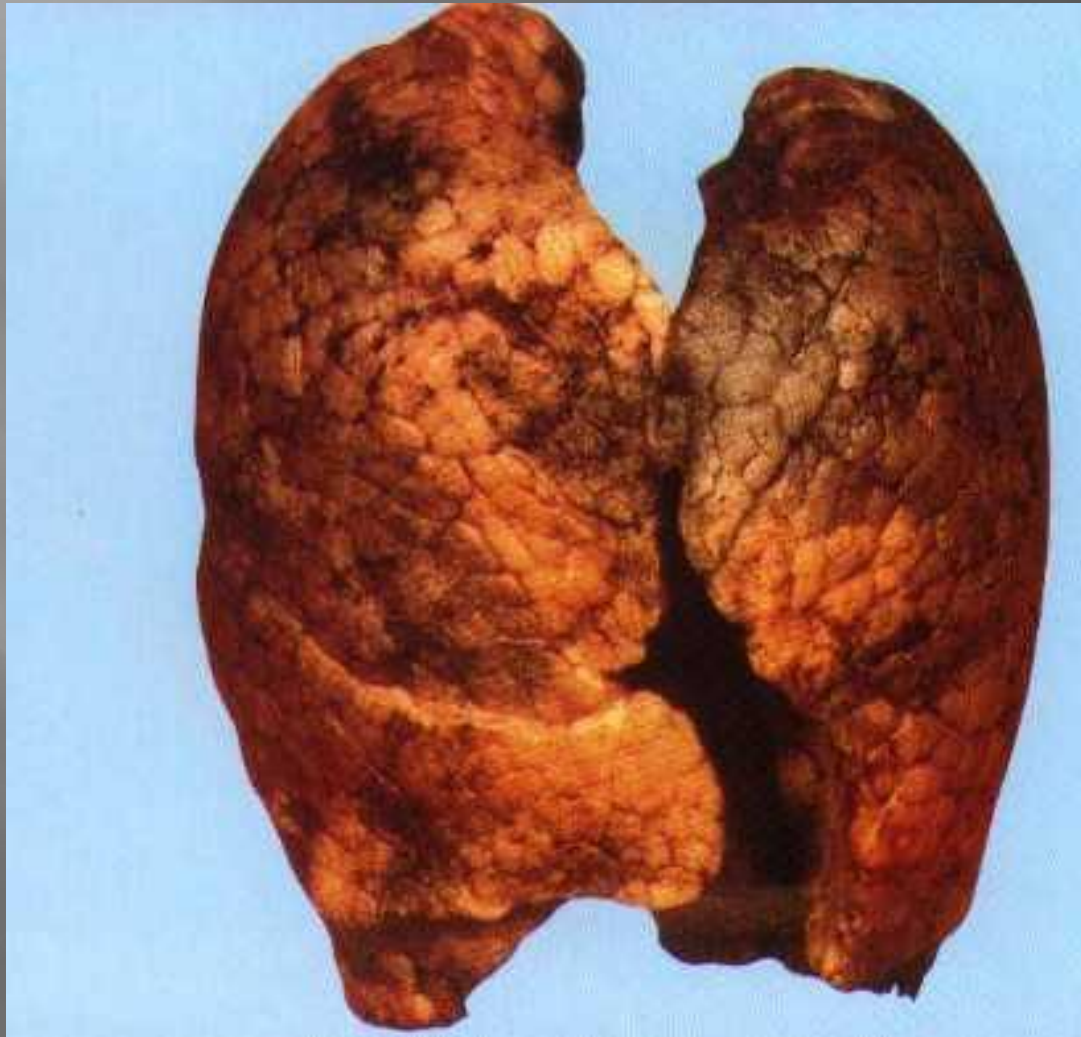
Бросай...



Разберемся почему курить вредно...

- Номер первый - онкология. Пусть отсроченная по времени. но все же практически неминуемая. И если кто-то из курильщиков не получил в результате своей привычки к сигарете рак легких, то это лишь потому, что он до него просто не дожил - умер раньше от других болезней.
- Второй по распространенности бич курильщиков - сердечно-сосудистые заболевания. Здесь механизм простой: никотин, поступая в организм, помимо возбуждающего эффекта вызывает спазм гладкой мускулатуры - прежде всего стенок сосудов. Через сжатые сосуды сердцу становится труднее качать кровь: поднимается артериальное давление. Но к тому времени действие никотина уже прошло, сосуды расширились, и сердце гонит через них лишнюю кровь. Тогда наступает так называемый защитный спазм сосудов - стенки сокращаются уже в противовес избыточному давлению... В результате такой "тренировки", особенно в течение долгого времени, у курильщика стенки сосудов становятся менее эластичными, что приводит к ишемии, гипертонии и тому подобным "радостям".

Рак легких...это ужасно!!!



Деградация...

- Ну и наконец - постепенная деградация личности. Как говорила одна моя коллега - "изменение мозгов по куриному типу". Очень многое зависит от того, как рано человек начал курить. Скажем, если он взял сигарету лет в двадцать - ему, чтобы интеллектуальное развитие полностью остановилось, понадобится еще лет двадцать. А если пристрастие к курению появляется лет в десять - то такой ребенок рискует по умственным показаниям не закончить среднюю школу. (Кстати, все перечисленным последствиям курения, и особенно снижению интеллекта, подвержены и пассивные курильщики - те, кто вынужден глотать дым от чужой сигареты!) Никотин не столько разрушает уже имеющийся разум, сколько мешает интеллекту совершенствоваться. Ведь суть кайфа от любого наркотика - временное отупение (см. Наркомания И в конце концов организм привыкает к этому состоянию. Но по своей сути никотин НИЧЕМ не отличается от наркотиков. Этим он и страшен.