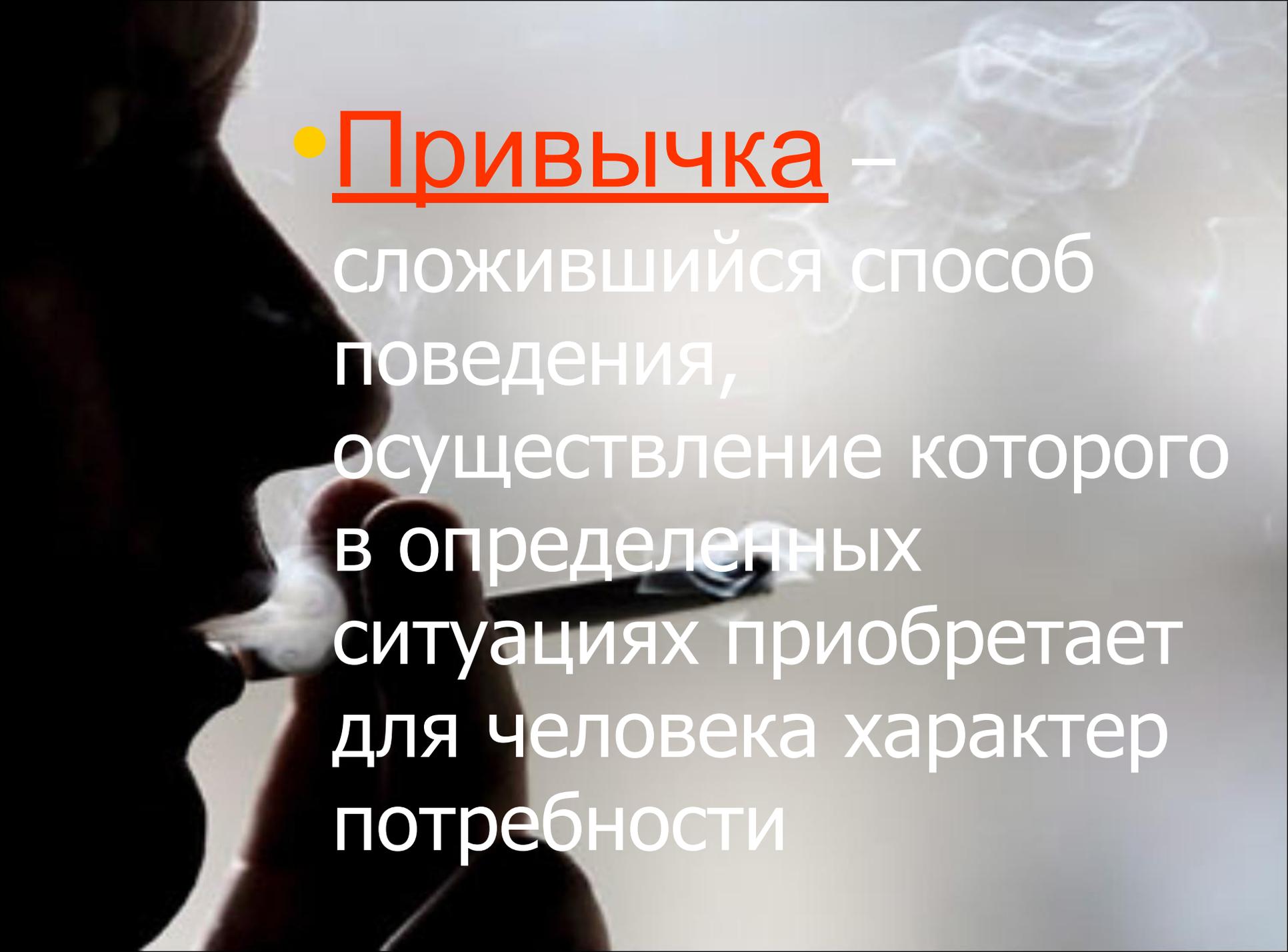
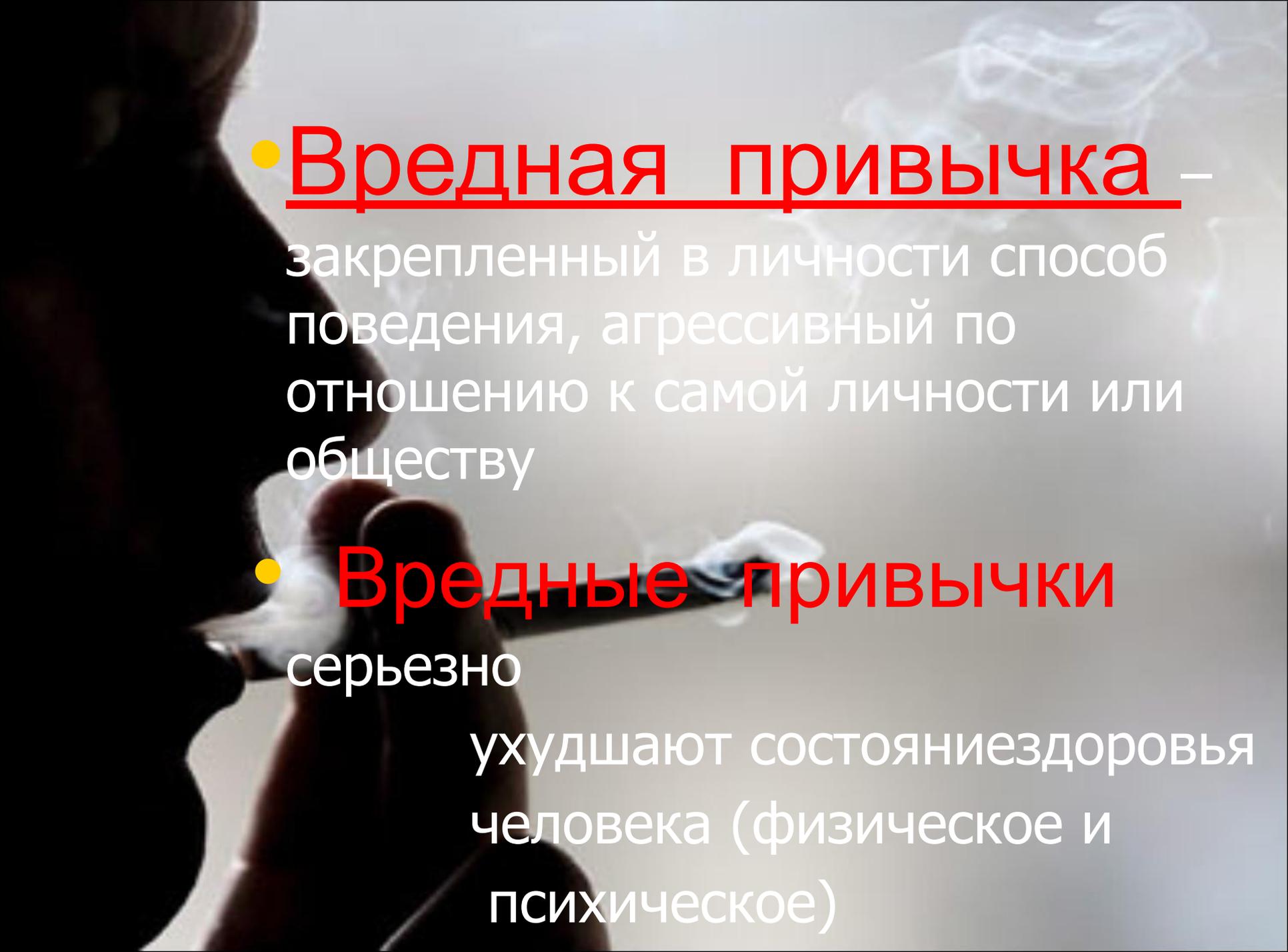
A silhouette of a person's head and hand holding a lit cigarette. The person is shown in profile, facing right. The cigarette is held between the fingers, and a plume of white smoke is rising from the tip. The background is a light, hazy grey. The text is overlaid on the right side of the image.

Курение как
одна из
вреднейших
привычек

- 
- A silhouette of a person's head and hand holding a pen, with a whiteboard in the background. The person is writing on the whiteboard. The text is overlaid on the whiteboard area.
- Привычка – сложившийся способ поведения, осуществление которого в определенных ситуациях приобретает для человека характер потребности



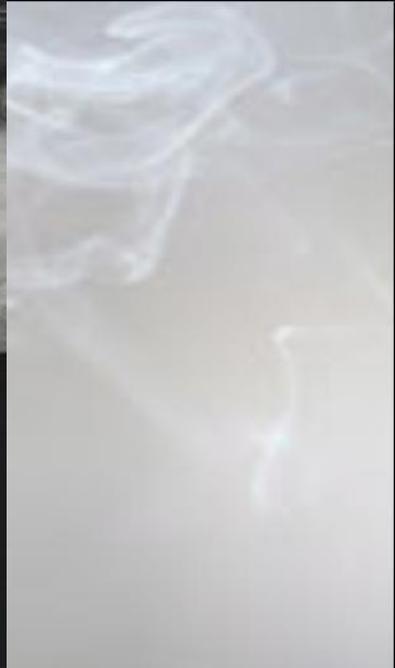
- Вредная привычка –

закрепленный в личности способ поведения, агрессивный по отношению к самой личности или обществу

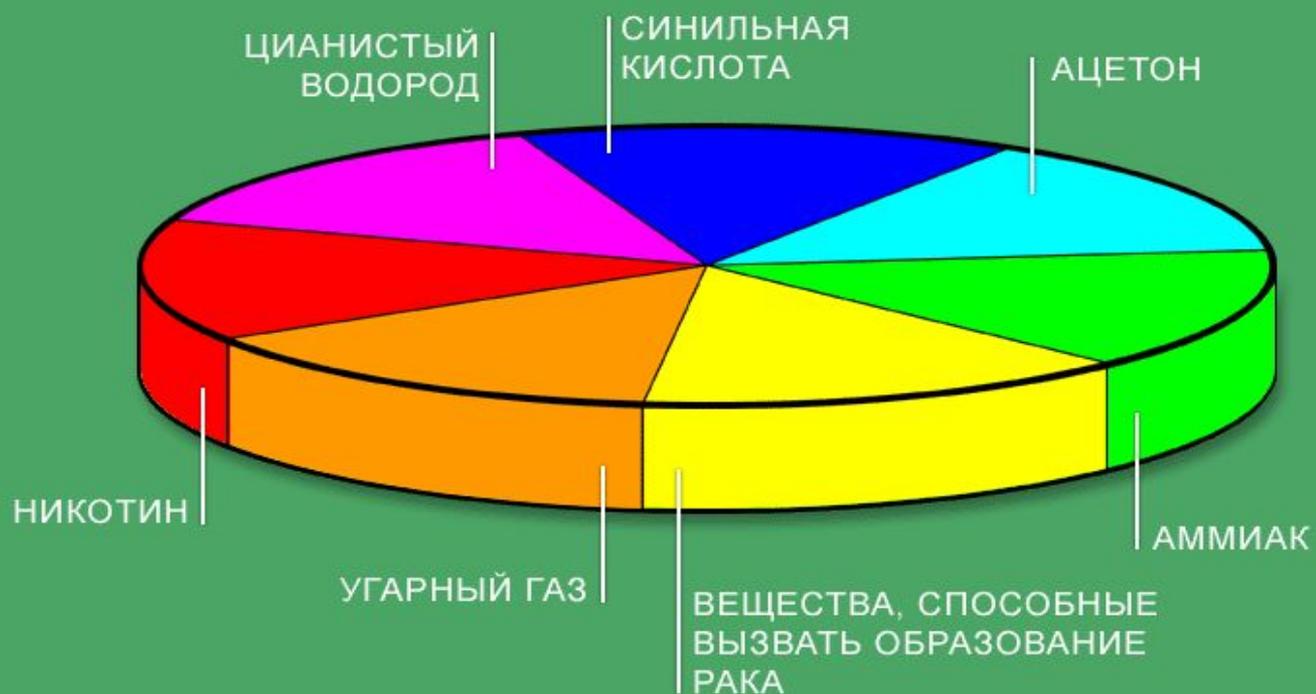
- **Вредные привычки**

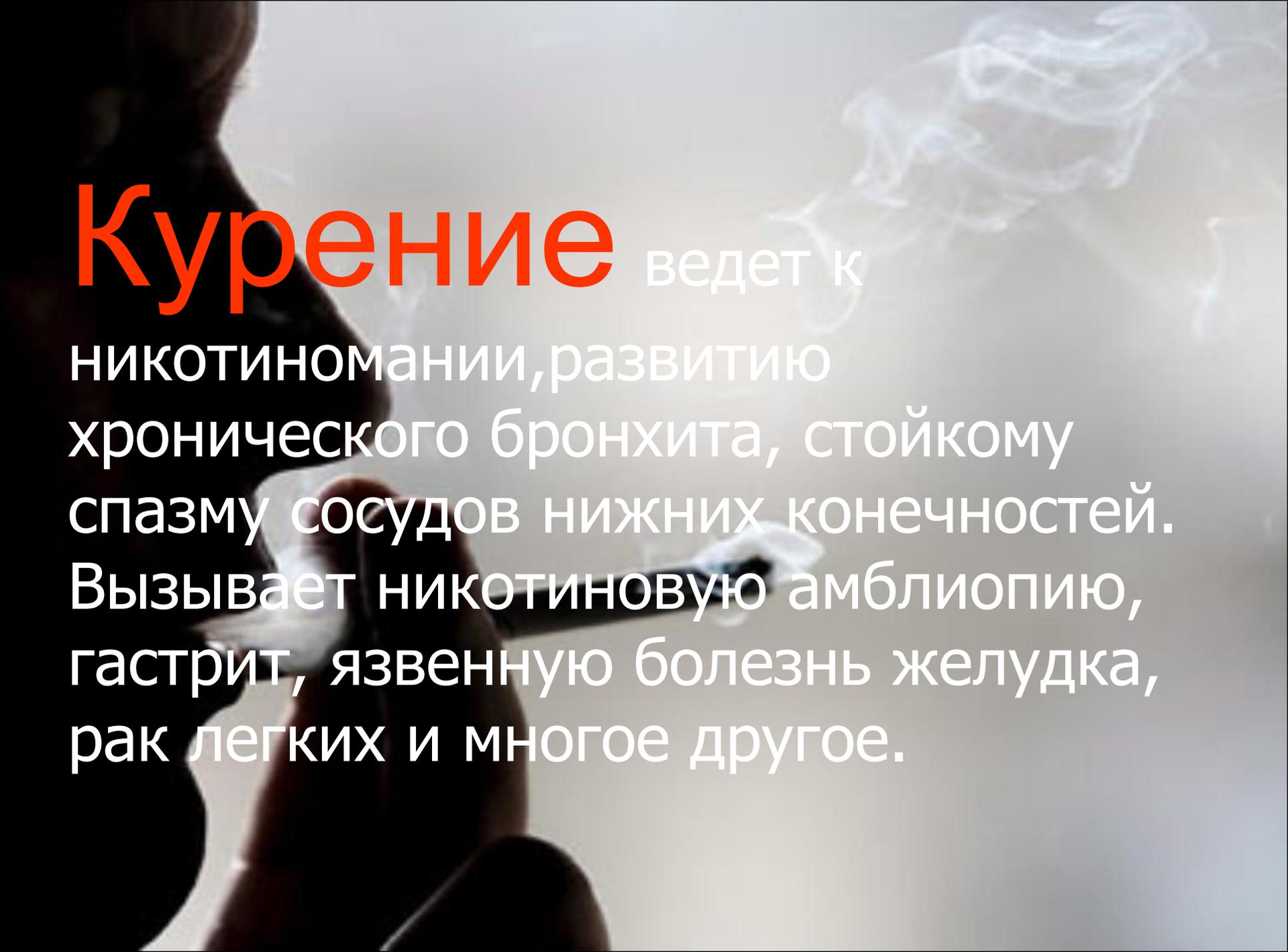
серьезно

ухудшают состояние здоровья человека (физическое и психическое)



СОСТАВ ТАБАЧНОГО ДЫМА



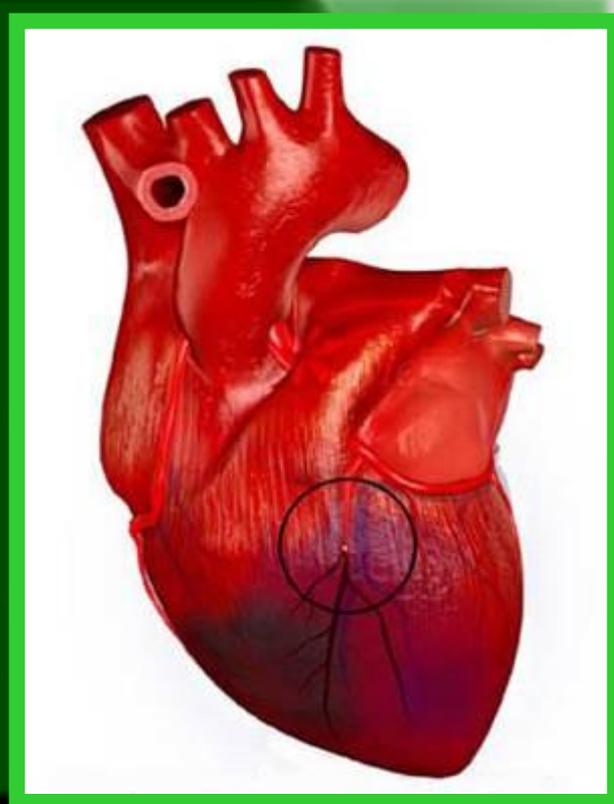
A person is shown in silhouette on the left side of the frame, holding a lit cigarette. A plume of white smoke rises from the cigarette, drifting towards the right side of the image. The background is a light, neutral color, possibly a wall or a window, which makes the smoke stand out. The overall mood is somber and cautionary.

Курение ведет к

никотиномании, развитию хронического бронхита, стойкому спазму сосудов нижних конечностей. Вызывает никотиновую амблиопию, гастрит, язвенную болезнь желудка, рак легких и многое другое.

Курение является фактором риска сердечно-сосудистых заболеваний (атеросклероз и инфаркт миокарда).

в 13 раз чаще заболевают Стенокардией



в 12 раз -Инфарктом миокарда

При пассивном курении
некурящий человек страдает
больше



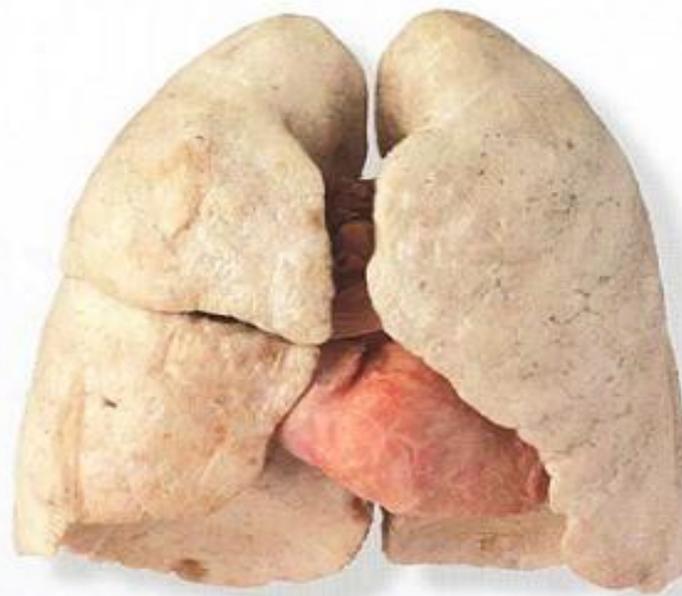
О вреде курения

Наглядный пример различия между легкими курильщика и легкими человека, который не курит:

www.oper.ru



Курить - это круто!



Да конечно!

<http://forum.academ.org/>

Первая помощь при отравлении никотином

→ Напоить пострадавшего водой (чаем или соком, но не содержащими газировку), ни в коем случае не давать молоко, помогающее усвоению организмом ядов

→ Вызвать рвоту (чтобы вывести яды из организма). Сначала дать отравленному попить воду, чай или сок, наклонить верхнюю часть туловища вперед, вызвать раздражение неба пальцем или чайной ложкой

→ Дать таблетку активированного угля (чтобы связать оставшийся в организме яд). Запивать таблетку можно водой или лимонадом



Расти без табака!

