

ПРИВЫЧКИ



ЧТО ТАКОЕ “ ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА ”

Вредная привычка – это многократно повторяющееся действие (на уровне автоматизма), отличающееся вредоносностью с позиции общественного блага, окружающих людей или здоровья человека, попавшего в кабалу этой привычки.



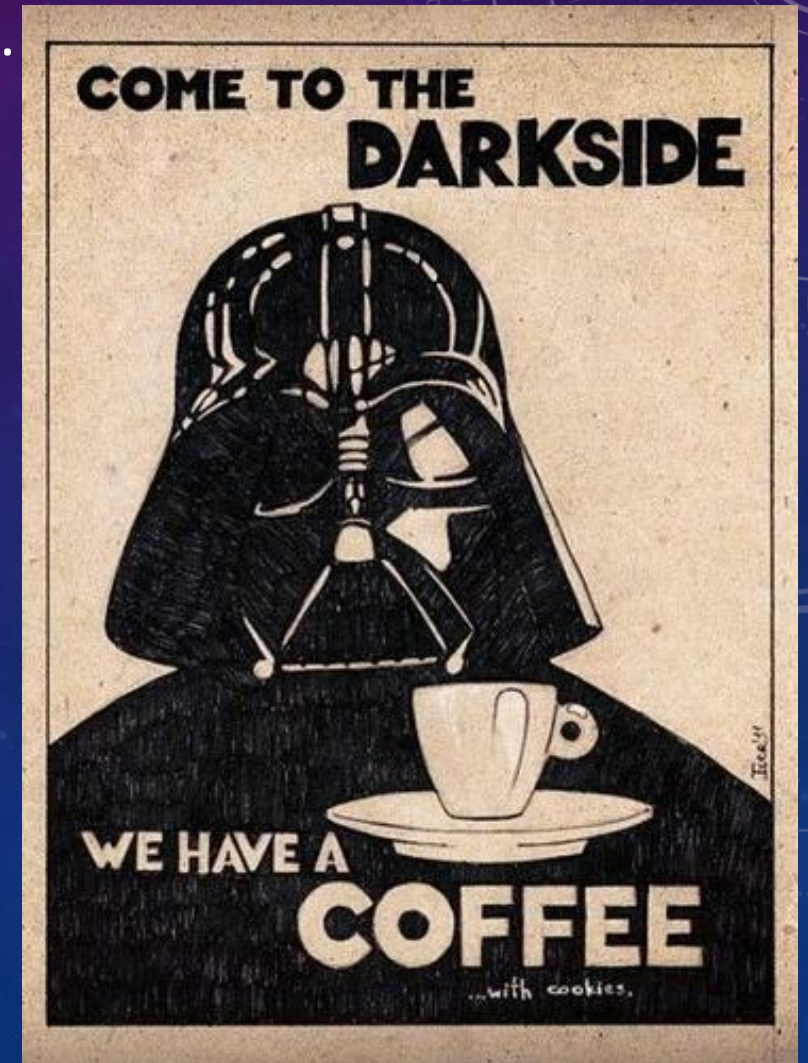
НЕНОРМАТИВНАЯ ЛЕКСИКА

Использование нецензурной лексики не только показывает неуважение к присутствующим, но и может войти в привычку, когда матные слова проскальзывают через каждые 5-6 слов. Такое поведение неприемлемо в культурном обществе, а тем более в присутствии детей, которые всё повторяют за взрослыми.



КОФЕМАНИЯ

Кофе способен обострить гипертоническую болезнь, некоторые желудочно-кишечные заболевания, абсолютно неприемлем при большинстве сердечно-сосудистых болезней и при поражении сетчатки глаз.



НЕДОСЫП

Симптомами недосыпа могут быть: темные круги под глазами, небольшой отек лица и утрата тонуса кожи на всем теле, возникновение необоснованной раздражительности, низкая сосредоточенность и рассеянность. Также возможны скачки кровяного давления, учащенное сердцебиение, утрата аппетита и проблемы с желудком. Человек полностью теряет адекватную реакцию на происходящее вокруг.



ДИЕТЫ

Вред диет заключается в том, что посидев некоторое время на них, организм перестроит свою работу и замедлит метаболизм, а когда человек снова начинает есть, жир откладывается не только там где он был раньше, но и в новых местах, в органах, что им вредит.



БЕСКОНТРОЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЛЕКАРСТВ

Ежегодно различных резистентных заболеваний умирают более 30 тысяч человек. Необоснованное применение антибиотиков приводит к росту смертности, так как увеличивается число тяжелых форм и осложнений инфекционных заболеваний из-за вырабатываемой устойчивости микроорганизмов к антимикробным препаратам. По сути, антибиотики просто теряют эффектив



ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТЬ

Основные типы, которые были выделены в процессе исследования, характеризуются следующим образом: непреодолимое влечение к посещению порносайтов, пристрастие к виртуальным знакомствам и избыточность знакомых и друзей в Сети, игра в онлайн-азартные игры и постоянные покупки или участия в аукционах, бесконечные путешествия по Сети в поисках информации, навязчивая игра в компьютерные игры.



ИГРОМАНИЯ

Игромания может проявить себя как заболевание и, что происходит намного чаще, как один из симптомов другого психического заболевания: депрессии, маниакальных состояний, даже шизофрении.



НЕПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ И ОБЖОРСТВО

Для многих людей переедание является настоящей проблемой. При тяжелой пищевой зависимости консультации диетолога иногда недостаточно, требуется поддержка психолога, наблюдение терапевта, эндокринолога и других специалистов. Причины переедания часто тяжело поддаются определению и диагностике. Переедание приводит к тому, что все органы и системы перенапрягаются. Это приводит к их износу и провоцирует развитие различных заболеваний.



КУРЕНИЕ

С курением связано до 90 % смертности от рака легких, 75 % от бронхита и 25 % от ишемической болезни сердца среди мужчин в возрасте до 65 лет. Курение или пассивное вдыхание табачного дыма может послужить причиной бесплодия у женщин.



АЛКОГОЛЬ

Слабые мышцы, тромбы в сосудах, диабет, усохший головной мозг, раздутая печень, ослабленные почки, депрессия, язва желудка — это лишь частичный перечень того, что вы можете получить от регулярного употребления пива или чего-то покрепче. Любая порция алкоголя — это удар по интеллекту, по здоровью, по будущему.



НАРКОТИКИ

Употребление наркотиков приводит к тяжелым нарушениям, в первую очередь, психических и физических функций организма. В современном обществе мало кто не знает о вреде наркотиков, но, не смотря на это, они по-прежнему привлекают людей, становясь губительными для многих. У употребляющих наркотики людей появляется бессонница, сухость слизистых оболочек, заложенность носа, дрожание в руках, а зрачки становятся необычайно широкими, не реагирующие на изменение освещенности.



ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Окурок сигареты, которая была выкурена в последние секунды перед тем, как в Новой Зеландии вступил в силу запрет на курение в общественных местах, был впоследствии продан на интернет-аукционе ни много ни мало за 5 300 долларов.



Бренды Coca-Cola и Marlboro всегда соперничали между собой за звание самой высокодоходной торговой марки, предлагающей товары повседневного спроса. В 80-х и 90-х годах пальму первенства прочно удерживала Marlboro, которая в то время оценивалась в 30 миллиардов долларов.





**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!!!**