

ДЕЙСТВИЕ ТАБАКА НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

«Курильщик впускает в свои уста врага,
который похищает мозг»

(английская народная поговорка)



Горящая сигарета – это химическая фабрика, продуцирующая 4000 соединений, в их числе более 40 канцерогенов и 12 кокаканцерогенов.

- **Канцероген** – ракообразующий;
- **Кокаканцероген** – вещество, усиливающее воздействие.



В мире насчитывается свыше 60 видов табака, табак выращивают в 120 странах мира. Дым, образующийся при курении табака, представляет собой сложную газообразную смесь многих ядовитых веществ, состоит из летучих, крайне мелких размеров частиц. В момент затяжки температура на кончике сигареты достигает 600-900°C.



НЕМНОГО ИСТОРИИ



Листья и семена табака были привезены из Америки в 1492 году моряками экспедиции Христофора Колумба. Когда его корабль пристал к одному из островов неизвестного материка, матросы с изумлением наблюдали, как индейцы выпускали изо рта дым, который они втягивали из тлеющих листьев какого-то растения. Существовало поверие, что дымом они отпугивали moskitov. Испытывая одурманивающее действие табака, индейцы приписывали ему волшебные свойства.



При встрече с матросами Христофора Колумба индейцы пытались в знак дружбы угощать их табаком. Если кто-либо отказывался от предлагаемой «трубки мира», это воспринималось индейцами как враждебное к ним отношение. Чтобы не обидеть индейцев Христофор Колумб и его матросы были вынуждены принимать угощение и курить, не смотря на тошноту и неприятное самочувствие. Постепенно часть матросов привыкли к курению табака.



В Европу табак был завезён в 1496 году испанским монахом Романом Панно. Растения он использовал в качестве декоративных. О табаке писали хвалебные трактаты, рассматривая его как чудодейственное средство на организм: очищает мозговые соки, уменьшает голод, жажду и пьянит, как вино.



Вскоре увлечение табаком сменилось глубоким разочарованием. Оказалось, что употребление табака вредно и опасно для здоровья. В 1680 году французский король Людовик XII издал декрет, по которому только аптекари имели право его продавать.



В других странах, лиц, увлечённых курением, строго наказывали. Например, с петлёй на шее водили напоказ местным жителям в целях их устрашения, а злостных курильщиков даже казнили. В Сантьяго в 1692 году пять монахов, уличённых в курении, заживо замуровали в монастырской стене.



В Турции курение рассматривали как нарушение законов Корана: человека избивали и возили на осле по улицам Константинополя.



В Персии
запрещали
курение под
страхом лишения
носа и губ, а
торговцев табака
сжигали на
костре.



В России царь Михаил Фёдорович издал свод законов, в которых говорилось, что курильщиков табака следует наказывать шестьюдесятью палочными ударами по подошвам ног. А торговцам табака «пороть ноздри», резать носы и ссылать в дальние города.



Лишь Пётр I,
который
пристрастился
к табаку в
Голландии,
снял запрет на
табак.



ЧТО СОДЕРЖИТСЯ В СИГАРЕТЕ?



При курении происходит сухая перегонка табака, в результате образуются токсичные вещества. Свыше 200 из них опасны для организма. Вредные вещества: никотин, эфирные масла, окись углерода (угарный газ), углекислый газ, аммиак, табачный деготь, полоний-510 (он излучает гамма-лучи, в моче курящих его в 6 раз больше, чем у некурящих), свинец, висмут, мышьяк, калий, а также масляная, уксусная, муравьиная, валериановая и синильная кислоты, сероводород, формальдегид и пр.



НИКОТИН

НИКОТИН



Никотиновое воздействие на настроение различно. Во-первых, вызывая выброс глюкозы из печени и адреналина (эпинефрина) из мозгового вещества надпочечника, он вызывает возбуждение. С субъективной точки зрения, по сообщениям курящих, это проявляется в расслаблении, спокойствии и живости. Также сообщается об умеренно эйфористическом состоянии. Уменьшение аппетита и увеличение метаболизма может в результате привести к снижению массы тела у некоторых курящих. Также это приводит к стимуляции рта без потребления пищи, а вкус табака может снизить аппетит.



Сильный яд. Вызывает паралич нервной системы (остановка дыхания, прекращение сердечной деятельности, смерть). Средняя летальная доза для человека: 0,5—1 мг/кг.

- В микродозах действует возбуждающе. При многократном употреблении микродоз (табакокурении) вызывает физическую и психическую зависимости.



Никотин утяжеляет течение многих болезней: воспаления легких, гастрита, язвы, гипертонии. Курильщиков гораздо чаще поражает язва двенадцатиперстной кишки, причем опасность смертельного исхода у них выше, чем у некурящих. Корящие в 13 раз чаще заболевают стенокардией, в 12 раз – инфарктом миокарда. Корящие в большей степени, чем некурящие, подвержены инфекциям. Только для мальчиков: никотин пагубно влияет на твои половые железы. Никотиновая интоксикация может привести к импотенции. И не надейся, что тебя не коснется эта беда.



Для человека смертельная доза никотина **50 мг.** Эта доза содержится в 1 пачке сигарет. **Никотин относится к группе наркотиков.**



УГАРНЫЙ ГАЗ

УГАРНЫЙ ГАЗ



Кровяное давление повышается, что повышает риск сердечных приступов. Токсические вещества в табаке повреждают стенки артерий. Угарный газ от горения табака уменьшает способность крови нести кислород к тканям в том числе и к сердцу. Происходит сужение кровеносных сосудов несущих кровь к нашим ногам и рукам.



АММИАК
KANMMA



Аммиак раздражает слизистую оболочку рта, гортани, трахеи, бронхов. Вот почему у курильщиков появляется рыхлость десен, язвочки во рту. От длительного курения происходит сужение голосовой щели. Недаром у курильщиков такой осиплый голос.



Цианистый водород



Цианистый водород
“разбойничает” в бронхах.
Цианистый водород повреждает
этот механизм, в дыхательной
системе начинают накапливаться
токсичные вещества. Какие? В
табачном дыме есть
радиоактивные компоненты –
радий-226, радий-228, полоний-
210, торий-228. Четко установлено,
что радиоактивные компоненты
являются канцерогенами. Пачка
сигарет в день – это 500 рентген
облучения за год! Так что даже
один раз “попробовать” – вредно и
опасно. Прежде чем сделать эту
глупость, протяни курильщику
белый носовой платок, пусть он
выдохнет затяжку через ткань. На
платке расплывается коричневое
пятно.



ТАБАЧНЫЙ ДЕГОТЬ

ТАБАЧНЫЙ ДЕГОТЬ



Табачный деготь, в котором наиболее высока концентрация канцерогенных веществ, оседает на стенках воздухоносных путей, накапливается в легочных пузырьках, вызывая рак легкого.



Составные части табачного дыма всасываются в кровь и через 2-3 минуты достигают клеток головного мозга. Ненадолго эти вещества повышают активность клеток мозга, это состояние воспринимается курильщиком как освежающий приток сил или своеобразное чувство успокоения. Однако это состояние скоро проходит, и, чтобы его снова ощутить, человек тянется за новой сигаретой.



ЗАБОЛЕВАНИЯ КУРИЛЬЩИКОВ

ЗВРОЧЕННЯ КЛІНІРПІНКОВ



**«ОТ КУРЕНИЯ ТУПЕЕШЬ, ОНО
НЕСОВМЕСТИМО С ТВОРЧЕСКОЙ
РАБОТОЙ» (И.Гете)**

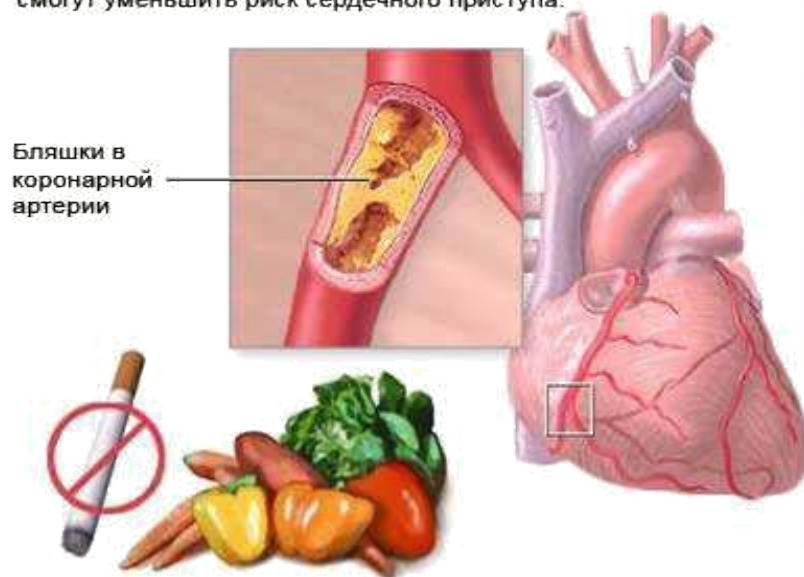


У курящих уменьшается объем памяти, им труднее заучивать материал. Курящие школьники становятся рассеянными, снижается внимание, наблюдательность. У них часты головные боли, головокружения, нередко развиваются невриты. Никотин вызывает и никотинизм – т.е. снижение памяти и работоспособности. Выкурив на перемене сигарету, вы не сможете хорошо запоминать и активно работать на уроке!

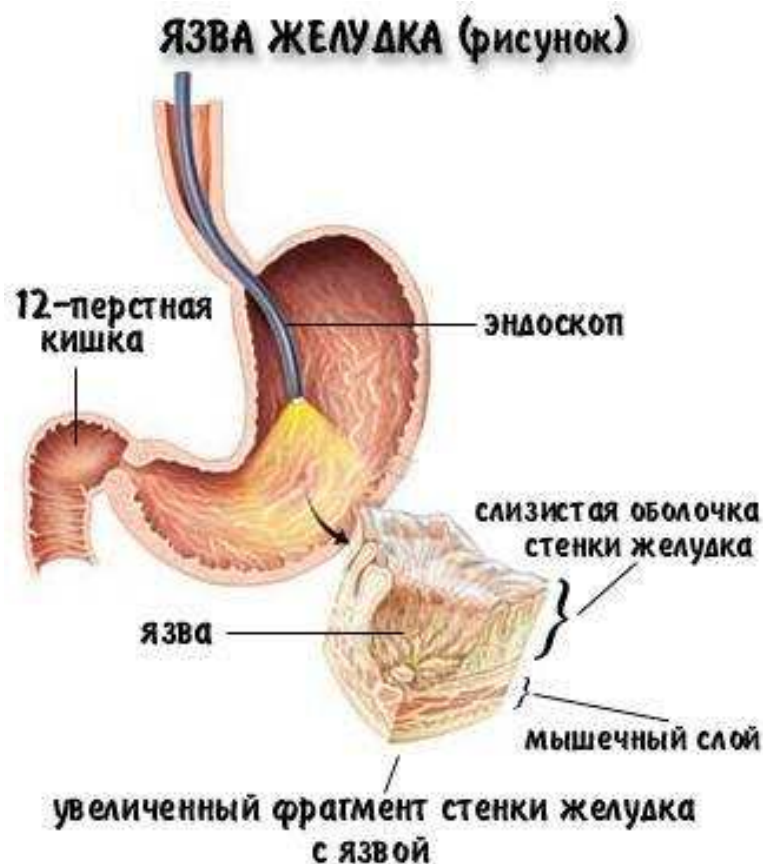


Курение часто вызывает атеросклероз – сужение просвета кровеносных сосудов. А это – причина многих заболеваний: инфаркта миокарда или сердечной мышцы, ишемической болезни, стенокардии (из-за нарушения прохождения крови по сосудам ухудшается кровоснабжение участка сердечной мышцы), инсультов (кровоизлияний, т.е. разрывов стенок кровеносных сосудов). Курильщики часто страдают гипертонией, т.е. повышенным давлением.

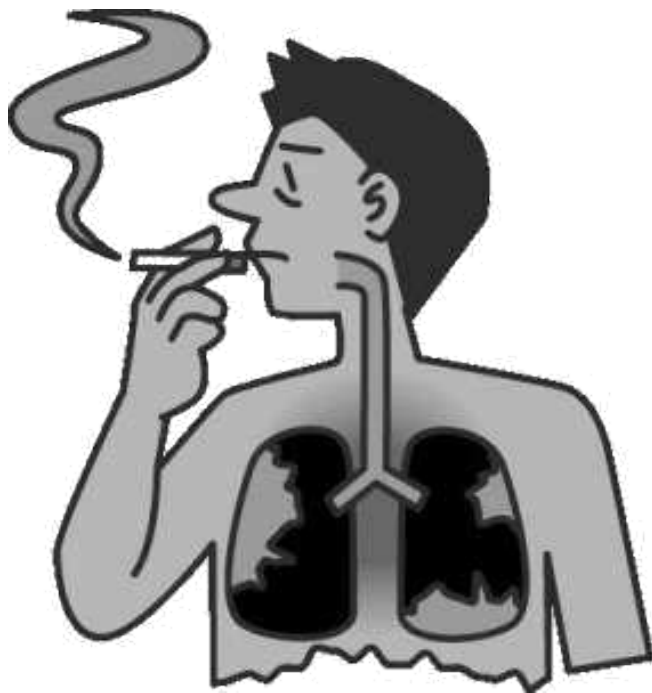
Отказ от курени, здоровое питание и физические упражнения смогут уменьшить риск сердечного приступа.



Слюнные железы реагируют на табачный дым усиленным выделением слюны, которую курильщик вынужден либо постоянно сплевывать, либо глотать. Но при этом он глотает и часть ядовитых компонентов табачного дыма. Постоянное раздражение слизистой оболочки пищевода и желудка повышает кислотность желудочного сока. Это приводит к спазмам желудка, развитию гастрита, спазмам кишечника, ухудшает аппетит.



Никотин, дым, частички табака нарушают ритм деятельности желудочно-кишечного тракта. А поскольку с никотином в желудок поступают канцерогенные вещества, нередко и появление злокачественных опухолей. Отрицательное влияние табака сказывается и на печени: в ее желчевыводящих путях происходит застой желчи.



● Длительный спазм
● приводит к нарушению
● питания тканей (пальцы
● ног, рук немеют, холодеют,
● белеют. Облитерирующий
● эндартериит – воспаление
● артерий конечностей.
● Длительный спазм ведёт к
● изменению внутренней
● стенки артерии, её
● огрубению, утолщению.
● Может привести к
● гангрене, часто
● заканчивающейся
● ампутацией конечности.



Курение особенно опасно для детей и подростков. Живущие в накуренных помещениях дети чаще и больше страдают заболеваниями органов дыхания. У детей курящих родителей в течение первого года жизни увеличивается частота бронхитов и пневмонии и повышается риск развития серьезных заболеваний.



**Самый большой вред курение наносит
детям при внутриутробном развитии.**



Большинство детей
рожденных
курильщицами,
появляются
на свет
с низким весом,
часто болеют,
развиваются
медленнее, чем
их сверстники,
чаще умирают
в детстве.



РАСЩЕЛИНА ЛИЦА

РАСЩЕЛИНА ЛИЦА

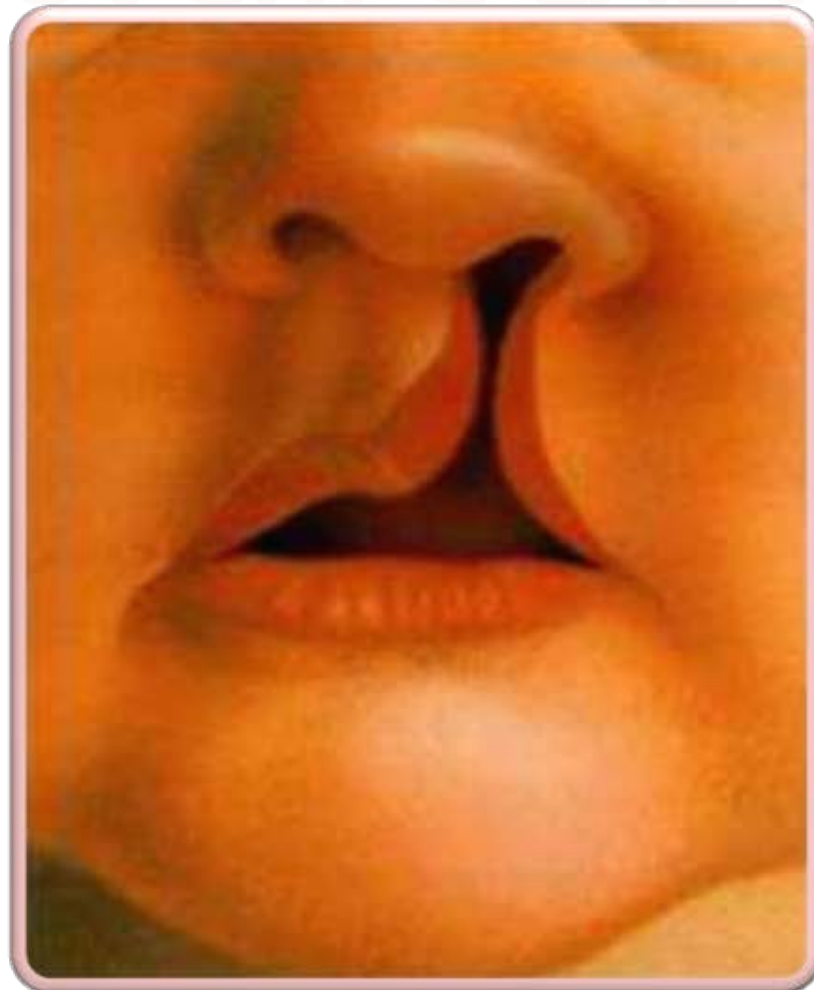


ВОЛЧЬЯ ПАСТЬ

ВОЛЧЬЯ ПАСТЬ



ЗАЯЧЬЯ ГУБА



42% матерей, дети которых родились с дефектом лица, курили, будучи беременными.

У некурящих матерей такие «неправильные» дети рождались в 2 раза реже

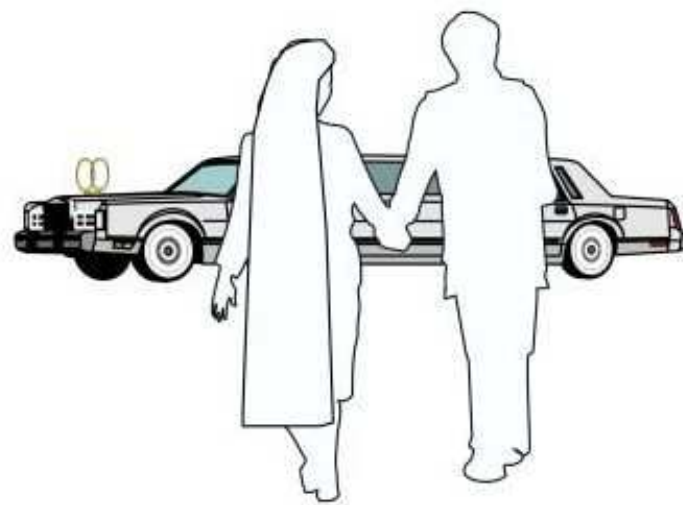


Как влияет курение на организм девушки

Пластические хирурги утверждают, что курение представляет большую опасность для женской красоты, чем беспощадные солнечные лучи. Под действием никотина разрушается эластичный слой кожи. Прибавьте к этому нарушение обменных процессов, разрушение витаминов. Печальный итог – преждевременные морщины, сухая кожа, желтоватый оттенок белков глаз.

Кроме того, голос теряет звонкость, становится низким и хриплым, желтеют зубы, волосы секутся и выпадают, ухудшается обоняние и пропадают вкусовые ощущения, появляется сухой кашель, снижается иммунитет.

**Курит девушка, рыдает,
Льёт слезу блестящую...**



**Милый друг решил жениться
Выбрал некурящую...**

Курящий наносит большой вред не только своему здоровью, но и здоровью окружающих. Человек, который находится в течение часа в сильно накуреном помещении, получает такую же дозу ядовитых веществ, как и выкуривший четыре сигареты. Пассивный курильщик вдыхает 70 % гадостей.



ПОЧЕМУ ПОДРОСТКИ НАЧИНАЮТ КУРИТЬ?



- Влияние рекламы, кино, телевизора.
- Стремление показать себя «крутым» и - взрослым.
- За компанию.
- Слабая воля.
- Нечем занять досуг.
- Непонимание опасности курения.
- «Покурю и смогу бросить».
- Не занимаюсь спортом.
- Из любопытства.



ФАКТЫ ФАКТЫ



- ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК НАЧАЛ КУРИТЬ В 15 ЛЕТ, ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЕГО ЖИЗНИ УМЕНЬШАЕТСЯ БОЛЕЕ ЧЕМ НА 8 ЛЕТ.
- ИЗ КАЖДЫХ 100 ЧЕЛОВЕК, УМЕРШИХ ОТ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЛЕГКИХ, 75 КУРИЛИ.
- ИЗ КАЖДЫХ 100 ЧЕЛОВЕК, УМЕРШИХ ОТ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА, 25 КУРИЛИ.



ГОВОРЯТ ЭКОЛОГИ

Курильщики ежегодно «выкуривают», то есть выбрасывают в атмосферу 720 тонн синильной кислоты, 384 000 тонн аммиака, 108 000 тонн никотина, 600 000 тонн дегтя и более 550 000 тонн угарного газа. В среднем 25% всех видов веществ, содержащихся в табаке, сгорает и разрушается в процессе, 50% уходит в окружающую среду, 20% попадает в организм курильщика и только 5% остается в папиросе или фильтре сигареты



Страшная статистика **смертных случаев** **курящих** **клубов**



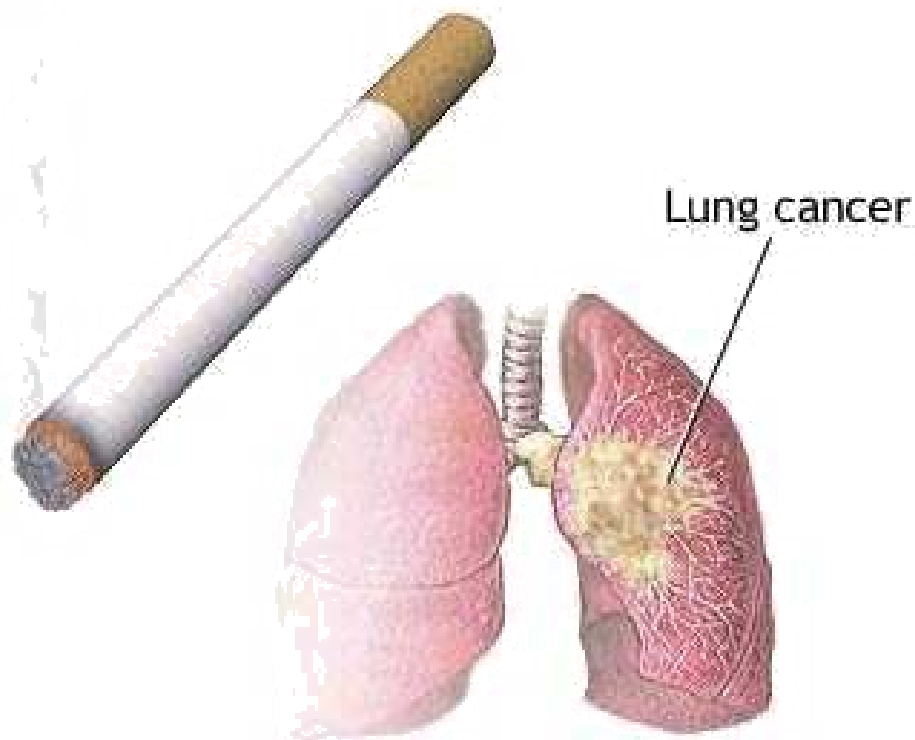
- **70 % умирают от сердечно-сосудистых заболеваний;**
- **75 % смертей от хронического бронхита;**



- *98% смертей
от рака
гортани,*
- *96 % смертей
от рака
лёгких,*



- **хронических болезней бронхов и лёгких - 90%**
- **хронических болезней органов пищеварения - 86 %**



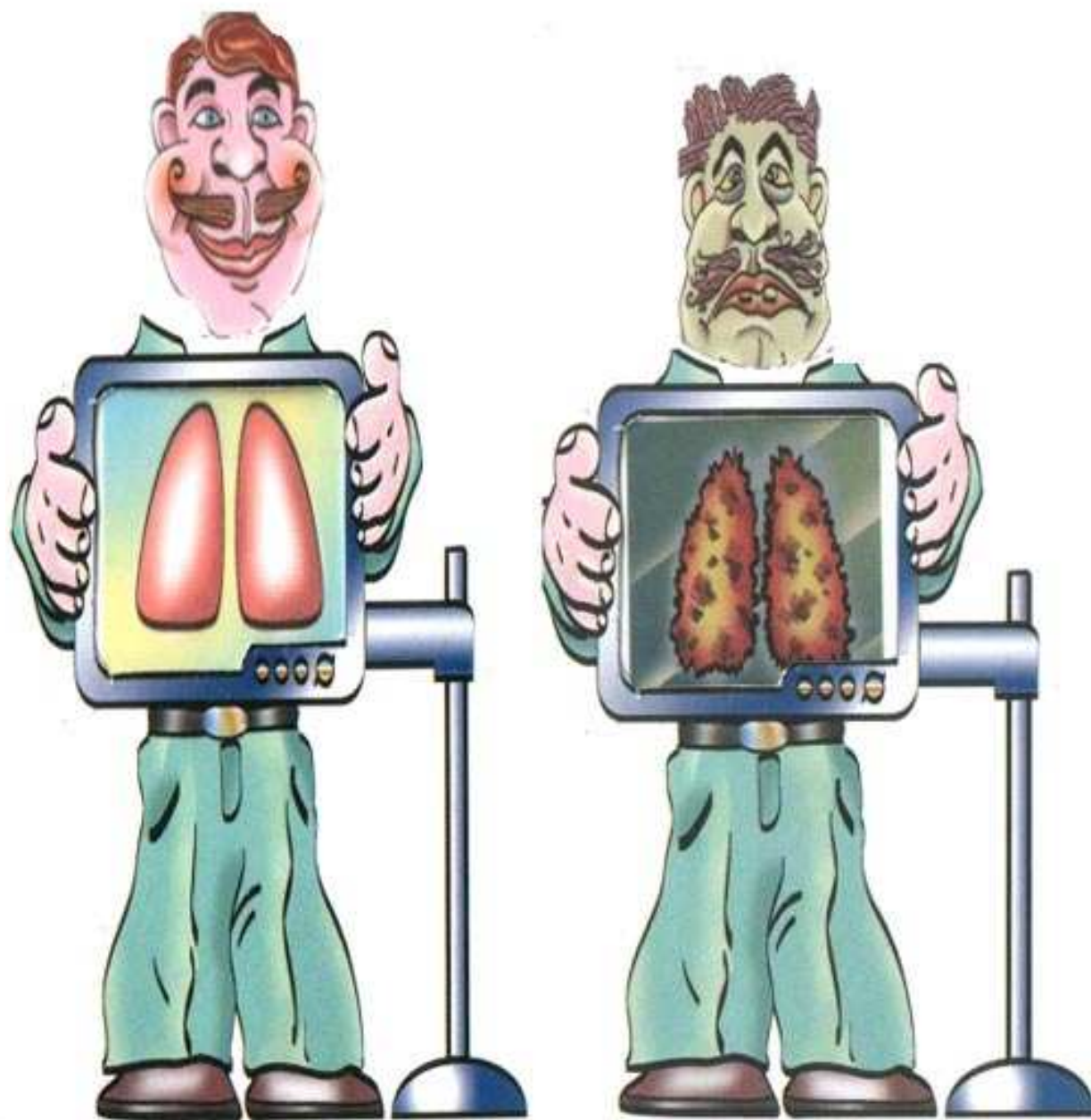
ВЫВОД:
ВРІВОЧ:



- *Курение приводит к неизлечимым болезням.*
- *Курение разрушает организм.*
- *Курение снижает физическую активность.*
- *Никотин забирает свободу.*
- *Человек становится его рабом.*



"Здоровый и курящий человек"



ВИКТОРИНА ВНКТОБННА



**Когда, кем и откуда был впервые
завезён табак в Европу?**

- 1. В XVI в. испанцами из Америки.**
- 2. В XVI в. китайцами.**
- 3. В XVIII в. англичанами из Индии.**

При каком царе табак впервые появился в России?

1. ПРИ ИВАНЕ ГРОЗНОМ.
2. ПРИ ЕКАТЕРИНЕ II.
3. ПРИ ПЕТРЕ I.



**Какой русский царь ввёл
запрет на курение?**

- 1. АЛЕКСЕЙ МИХАЙЛОВИЧ.**
- 2. ПЁТР I.**
- 3. ЕКАТЕРИНА II.**

Существуют ли сигареты,
которые не приносят вреда
человеку?



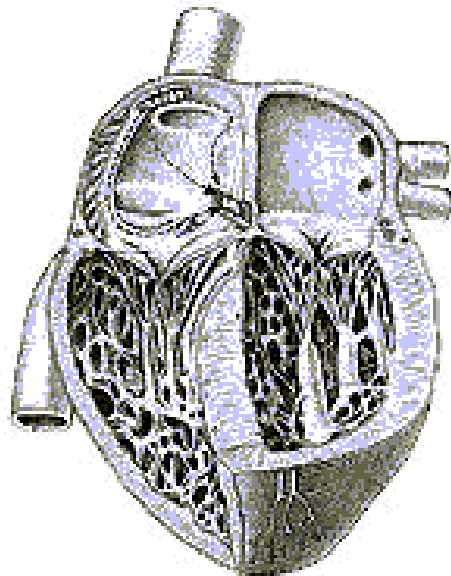
Что такое пассивное курение?

1. НАХОЖДЕНИЕ В ПОМЕЩЕНИИ, ГДЕ КУРЯТ.
2. КОГДА КУРИШЬ «ЗА КОМПАНИЮ».
3. КОГДА НЕ ЗАТЯГИВАЕШЬСЯ СИГАРЕТОЙ.



Как влияет курение на работу сердца?

1. ЗАМЕДЛЯЕТ ЕГО РАБОТУ.
2. ЗАСТАВЛЯЕТ УЧАЩЁННО БИТЬСЯ.
3. НЕ ВЛИЯЕТ НА ЕГО РАБОТУ.



**Какое заболевание считается
наиболее связанным с курением?**

- 1. АЛЛЕРГИЯ.**
- 2. РАК ЛЁГКОГО.**
- 3. ГАСТРИТ.**



Зависит ли возможность бросить курить от стажа курения?

- 1. СТАЖ НЕ ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЯ.**
- 2. ЧЕМ БОЛЬШЕ КУРИШЬ, ТЕМ СЛОЖНЕЕ БРОСИТЬ КУРИТЬ.**
- 3. ЧЕМ ДОЛЬШЕ КУРИШЬ, ТЕМ ЛЕГЧЕ БРОСИТЬ КУРИТЬ.**



Если Вы хотите
избавиться от вредной
привычки, покупайте но-
вые заменители
сигарет „От СЛЭПТИ“



Вы сразу осо-
знаете, что куре-
ние опасно для
здоровья!

БРОСАЙ КУРИТЬ!!!



СПАСИБО!!!

