



*По данным ВОЗ –
каждый пятый человек в
мире УМИРАЕТ ОТ
ТОБАКОКУРЕНИЯ!!!!*

**КУРЕНИЕ наносит не
поправимый вред ВАШЕМУ
здоровью!!!!
ЭТО – медленное
ОТРАВЛЕНИЕ организма
ЯДОХИМИКАТАМИ.
Основное отравляющее
вещество – НИКОТИН.**

***НИКОТИН –
высокотоксичный
НАРКОТИЧЕСКИЙ ЯД!!!
Через 1-2 минуты, он
поражает клетки мозга
человека.***

***Опасно находиться в
обществе курящих людей!***

*Всякий курящий должен знать и
понимать, что он отравляет не
только себя, но и других.
Н. Семашко*

Государственное учреждение образования
«Гезгаловская средняя школа»

Государственное учреждение образования
«Гезгаловская средняя школа»



Вред курения для подростков

Особенный вред курения для детей и подростков обусловлен физиологией еще незрелого организма.

Человек растет и развивается довольно долго, иногда до 23 лет.

Чтобы организм нормально сформировался, все эти годы к его клеткам должно поступать нужное количество кислорода и питательных веществ.

При курении у подростка очень сильно страдает память. Эксперименты показали, что курение снижает скорость заучивания и объем памяти.

Также замедляется реакция в движении, снижается мышечная сила, под влиянием никотина ухудшается острота зрения.

Никотин повышает внутриглазное давление, истощает нервные клетки, вызывая преждевременное утомление и снижение активирующей способности мозга при решении задач логико-информационного типа. У курящих подростков учащается пульс, повышается температура, возникает жажда, раздражительность, нарушается сон. Из-за раннего приобщения к курению возникают поражения кожи – угри, себорея, что объясняется нарушениями деятельности не только щитовидной, но и других желез эндокринной системы.

О том, что курение ведёт к преждевременному изнашиванию сердечной мышцы, известно всем.

- Вредная привычка отнимает 8 лет жизни.
- В момент затяжки сигареты образуется 1200 вредных веществ, среди которых есть вызывающие рак.
- Органы курящего человека находятся в постоянном стрессе и кислородном голодании.
- Курение вызывает серьезные заболевания дыхательных путей.
- Изнуряющий кашель и мокрота – постоянные спутники курильщика.
- Сердце изнашивается намного быстрее, за счет частых сокращений.

Со временем никотин серьезно поражает пищеварительную систему.

Установлено, что смертность людей, начавших курить в подростковом возрасте (до 20 лет), значительно выше, чем среди тех, кто впервые закурил после 25 лет.

Что содержится в сигарете?

- Вредная привычка отнимает 8 лет жизни.
- В момент затяжки сигареты образуется 1200 вредных веществ, среди которых есть вызывающие рак.
- Органы курящего человека находятся в постоянном стрессе и кислородном голодании.
- Курение вызывает серьезные заболевания дыхательных путей.
- Изнуряющий кашель и мокрота – постоянные спутники курильщика.
- Сердце изнашивается намного быстрее, за счет частых сокращений.

Со временем никотин серьезно поражает пищеварительную систему.

Установлено, что смертность людей, начавших курить в подростковом возрасте (до 20 лет), значительно выше, чем среди тех, кто впервые закурил после 25 лет.

Что содержится в сигарете?

Бросай курить. Вы снижаете риск различных опасных заболеваний! Очень важно бросить курить и избежать пассив