

ВРЕД КУРЕНИЯ ДЛЯ ПОДРОСТКА

- Разрушающее воздействие на слизистые ткани верхних и нижних дыхательных путей
- Хронический кашель
- Частые проявления агрессии и раздражительности
- Пигментация зубной эмали
- Ускорение процесса старения кожи и организма в целом
- Нарушение нормального кровообращения и сердечнососудистые заболевания
- Торможение работы головного мозга за счет нехватки кислорода, ухудшение памяти (восприятия информации)
- Негативное воздействие на остроту зрения
- Нарушение обмена веществ и усвоения организмом необходимых микроэлементов, минералов и витаминов
- Наркотическая зависимость от табачного дыма
- Нарушение психоэмоционального состояния
- Уменьшение объема легких и одышка
- Нарушение репродуктивной функции и заболевания половых органов
- Повышенная утомляемость (снижение работоспособности)
- Значительные финансовые затраты.

ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ ПОДРОСТКИ КУРЯТ.

1. Зависимость от мнения окружающих (особенно сверстников).
2. Попадание в компанию курильщиков (за компанию).
3. Любопытство, желание попробовать
4. Проблемы в семье.
5. Депрессивные состояния и психологические проблемы.
6. Семья, где есть курильщики.
7. Желание казаться самостоятельным и взрослым.
8. Недостаток впечатлений, внимания, эмоций.
9. Влияние рекламы (кино и фильмов).
10. Желание похудеть.



ПРИВЫЧКИ ПРИТУПЛЯЮТ ОСТРОТУ И ТОЧНОСТЬ НАШИХ СУЖДЕНИЙ.

Курение – это вредная привычка, приводящая к расстройству психики и поведения.

Особенно тяжелыми являются последствия от приобщения к курению людей в детском и юношеском возрасте.

Гораздо легче не начинать курить, чем потом отказаться от этой пагубной привычки.

Борьба с курением ведется во всем мире. Ни для кого не секрет, насколько опасно курение, однако же, в нашей стране курит почти треть всего населения.

Курение является социальной проблемой общества, как для его курящей, так и для некурящей части.

Курящие подвергают опасности не только себя, но и окружающих людей. Если человек начал курить в 15 лет, то продолжительность его жизни уменьшается на 10 лет.



СОСТАВ СИГАРЕТЫ

ВНИМАНИЕ! ОПАСНО!

Никотин – главная составная часть табачного дыма. В чистом виде он представляет собой бесцветную маслянистую жидкость с неприятным запахом, горькую на вкус.

Это один из самых сильных растительных ядов. Смертельная доза для человека - является 50-75 мг никотина. Никотин, поступающий в организм с табачным дымом, составляет примерно 1/25 часть всего его количества, содержащегося в табаке, т.е. при выкуривании 20-25 сигарет в день человек поглощает смертельную дозу никотина.



Табак можно отнести к наиболее опасным, разрешённым законом наркотикам. Он вызывает более выраженную зависимость, чем алкоголь.

Влияние курения на организм сильнее, чем у антидепрессантов и транквилизаторов. Быстрое привыкание, сильная зависимость и огромный ущерб здоровью — особенности этой вредной привычки.

Часы работы:

Понедельник – пятница 10.00 – 19.00

Суббота – 10.00 – 18.00

Воскресенье – выходной день

Адрес:

Пермский край

г. Горнозаводск, ул. Свердлова, д. 59

Телефоны:

8 (34269) 4-25-69, 4-29-31

Директор:

Русских Наталья Николаевна



VK



Сайт

Мы всегда рады встрече с Вами!!!

Отв. О.В. Пушкарёва, комп. верстка О.В. Пушкарёва, МБУК
Горнозаводская центральная городская библиотека, 2025 г.

МБУК «Горнозаводская центральная
городская библиотека»



Скажем курению
«НЕТ»



г. Горнозаводск, 2025 г.