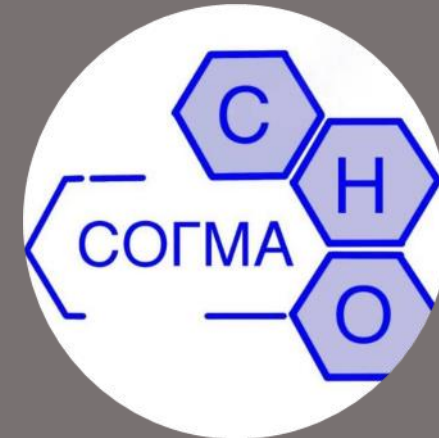




ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-ОСЕТИНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ МЕДИЦИНСКАЯ
АКАДЕМИЯ» МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



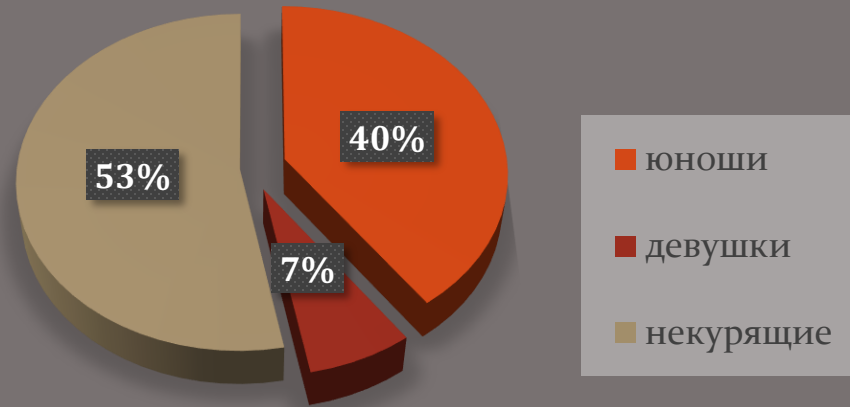
ВСЁ О ТАБАКОКУРЕНИИ И ЕГО ПОСЛЕДСТВИЯХ



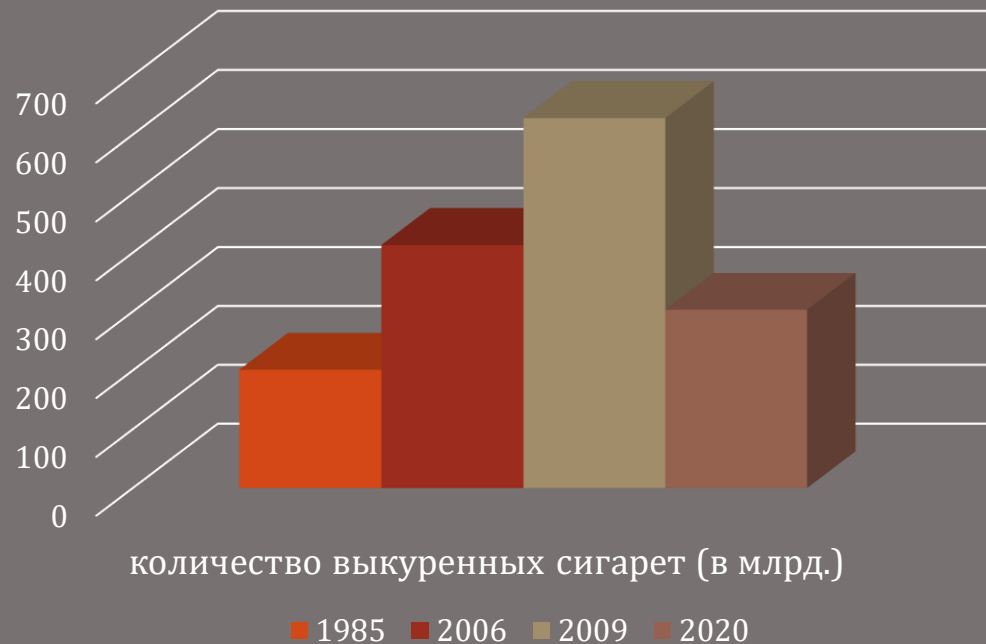
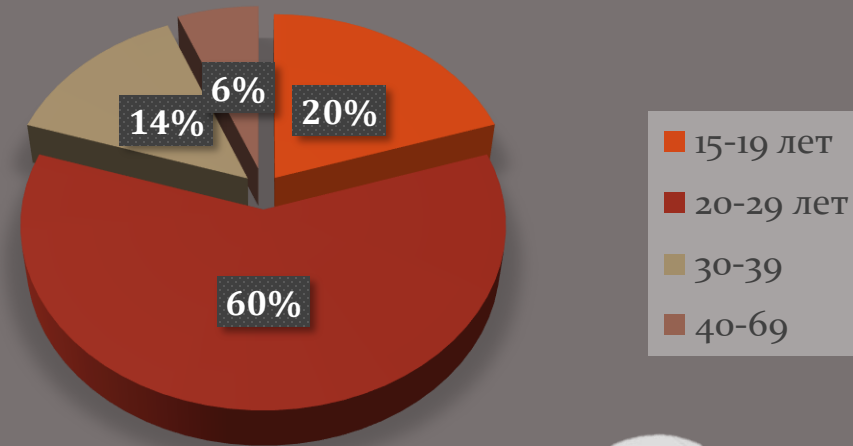
В рамках акции, приуроченной ко Всемирному дню отказа от
курения

НЕМНОГО СТАТИСТИКИ

Подростки от 15 до 19 лет



Женское население



За свою жизнь курильщик выкуривает около **15 тысяч**
смертельных доз никотина.

Курение наносит вред практически ВСЕМ системам
организма.

Одна затяжка – и это у вас в легких!

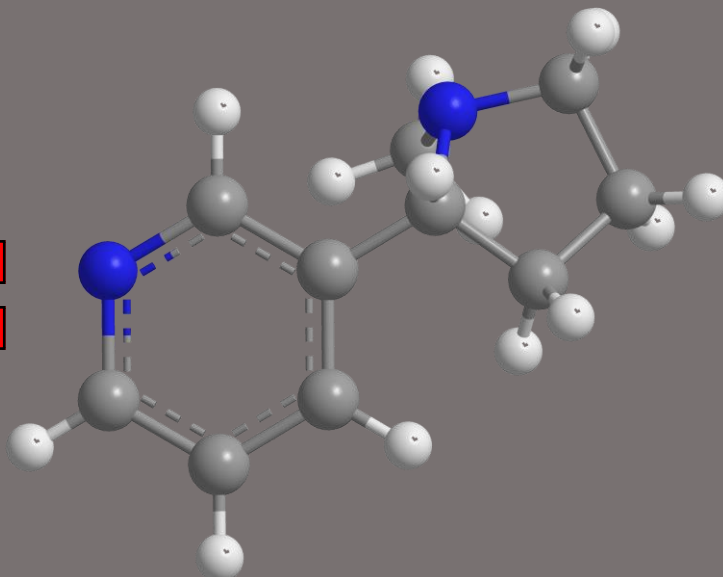
Подумайте!





20 сигарет

=



+

- **цианид;**
- **мышьяк;**
- **синильная кислота;**
- **угарный газ и др.**

Никотин 130 мг

ВИДЫ КУРЕНИЯ

*Активное – человек сознательно
потребляет табачные изделия*

*Пассивное – некурящий человек
находится в среде, загрязненной
табачным дымом*



Пассивное курение: насколько опасно?



Курильщик вдыхает дым, который прошел через фильтр сигареты, в то время как **некурящий вдыхает абсолютно неотфильтрованный дым.**

Этот дым содержит:

- в **50 раз** больше канцерогенов
- в **2 раза** больше дегтя и никотина
- в **5 раз** больше окиси углерода
- в **50 раз** больше аммиака

10

Каждый десятый человек,
умерший от вызванной
курением болезни,
не был курильщиком!

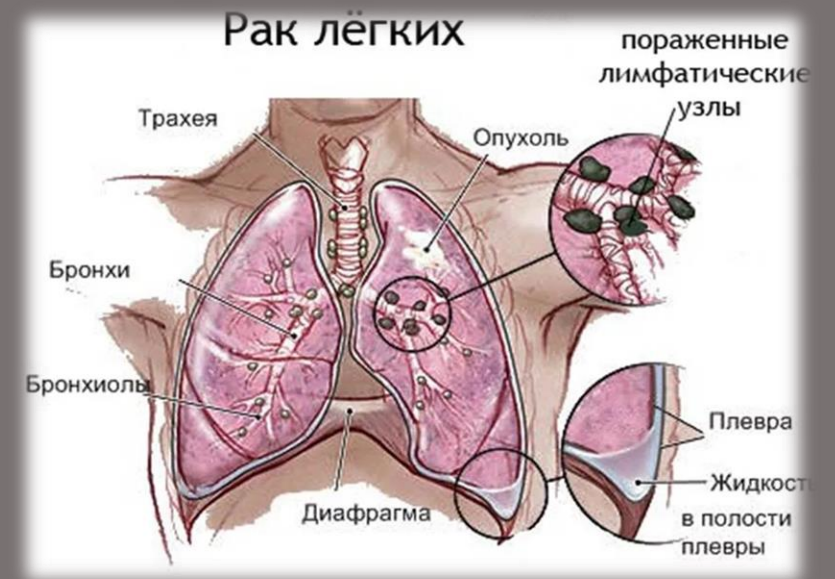
Пассивное курение формирует ту же патологию, что и **активное**. Таким образом, и пассивные курильщики имеют риск заболеть болезнями органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, раком легких.



7–8 сигарет

Находясь в одном помещении с курильщиком, который выкуривает пачку в день, некурящий получает в этот же период порцию табачного дыма, соответствующую 7–8 сигаретам.

По данным американских исследователей, отсроченный результат пассивного курения вызывает **46 тысяч** летальных исходов в год, причем **14 тысяч** смертей приходится на онкологию, а **32 тысячи** на заболевания сердца и сосудов.

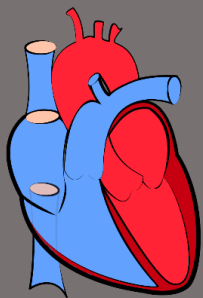


РИСКИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ПРИ ПОТРЕБЛЕНИИ ТАБАКА:

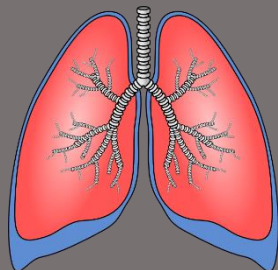


- **Кожа** – быстрое старение, серость и бледность кожи.
- **Половые органы** – бесплодие, импотенция.
- **Зародыш человека** – преждевременные роды, недовес, плохое здоровье.
- **Психика** – зависимость.
- **Общее здоровье** – укорачивает предполагаемый срок жизни.

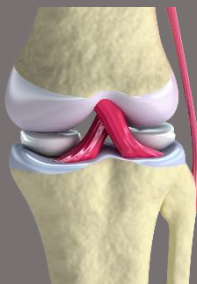
СЕРДЦЕ
Инфаркт



**ОРГАНЫ
ДЫХАНИЯ**
**Рак, бронхит,
эмфизема**



**КОСТНАЯ
СИСТЕМА**
Остеопороз



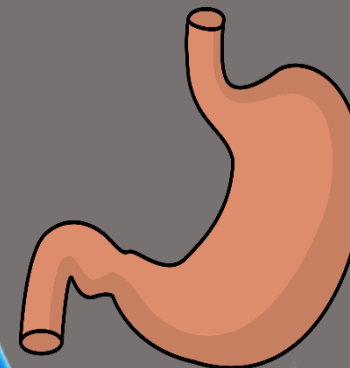
**ПЕРИФЕРИЧЕСКИЕ
СОСУДЫ**
**Гангрена,
ампутация нижних
конечностей**



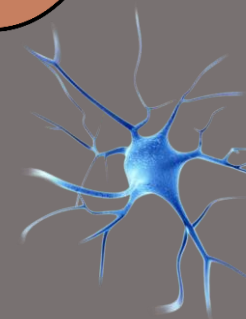
МОЗГ
Инсульт



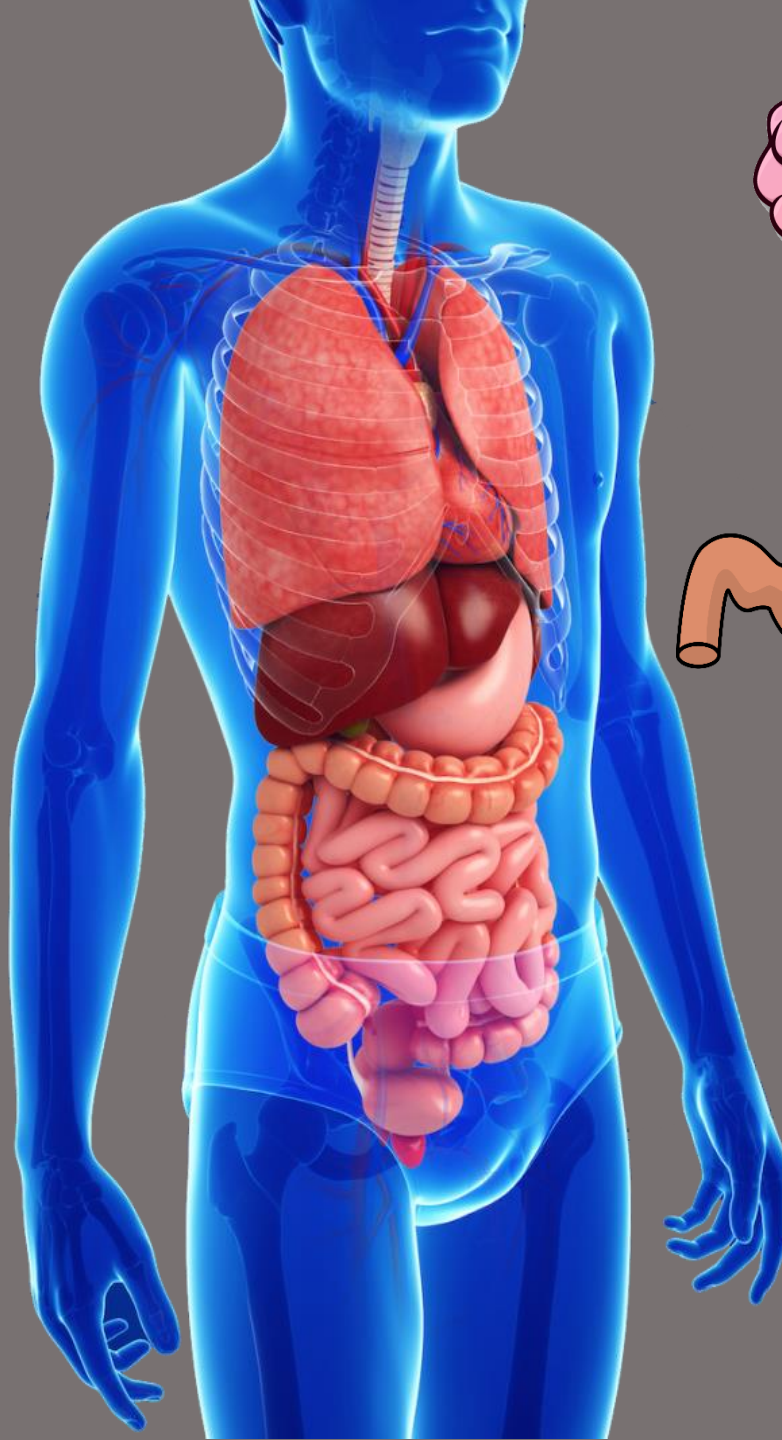
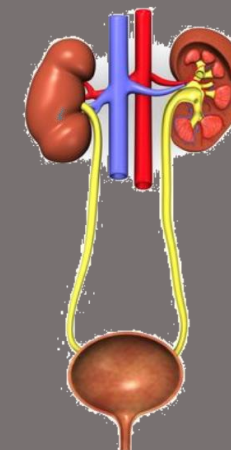
**ОРГАНЫ
ПИЩЕВАРЕНИЯ**
**Рак, гастрит,
язва**



**НЕРВНАЯ
СИСТЕМА**
Невриты



**МОЧЕПОЛОВАЯ
СИСТЕМА**
**Рак, бесплодие,
выкидыши,
импотенция**



КАК КУРЕНИЕ ВЛИЯЕТ НА РОТОВУЮ ПОЛОСТЬ



Последствия курения со стороны **полости рта** следующие:

- изменение вкусовой чувствительности;
- темно-коричневый или черный «налет курильщика» на зубах;
- неприятный запах изо рта;
- болезни десен и пародонта (пародонтит);
- **рак полости рта.**

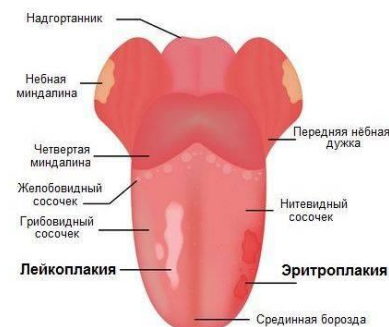


Карцинома Языка

Здоровый язык

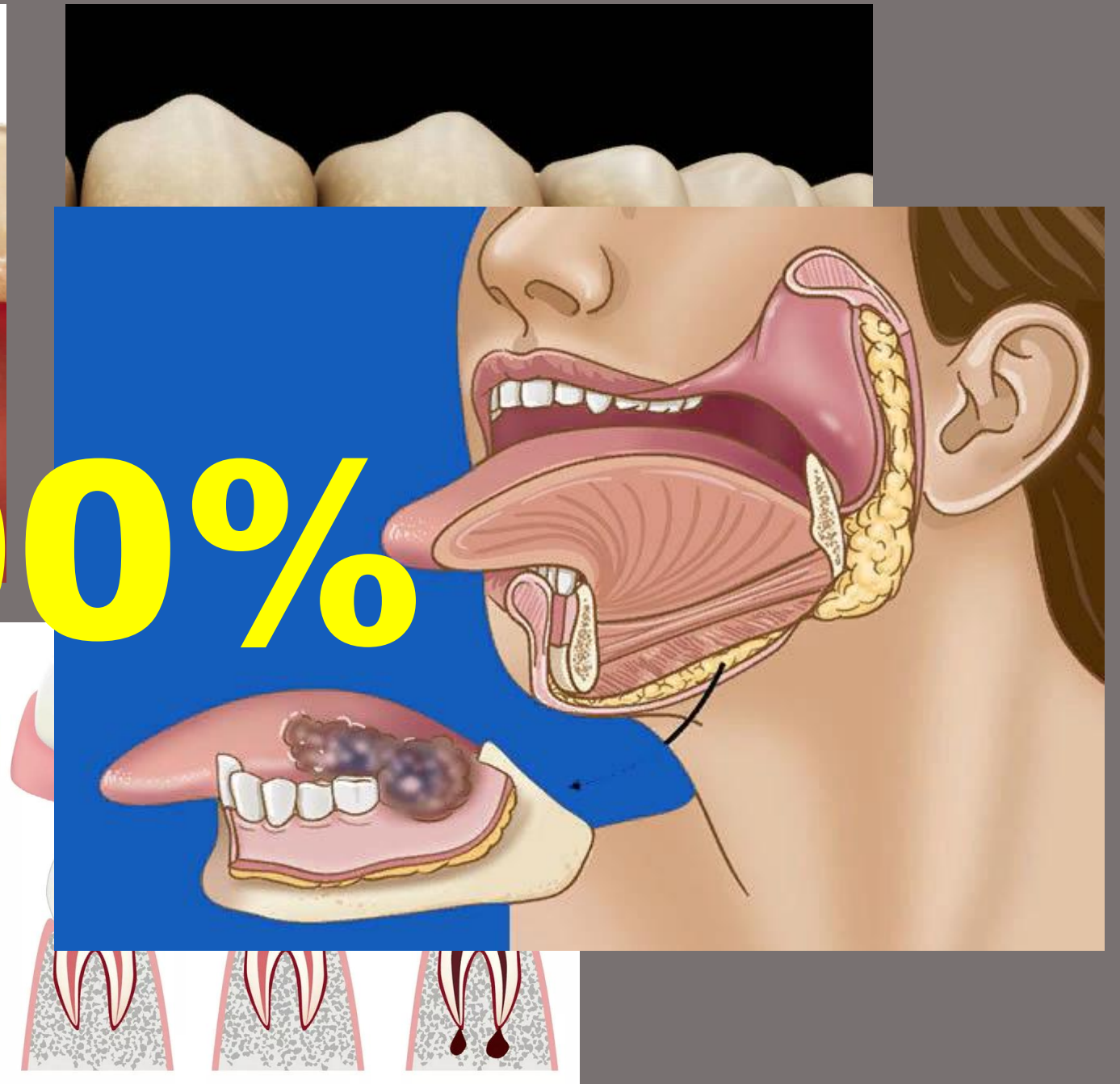


Предраковое состояние



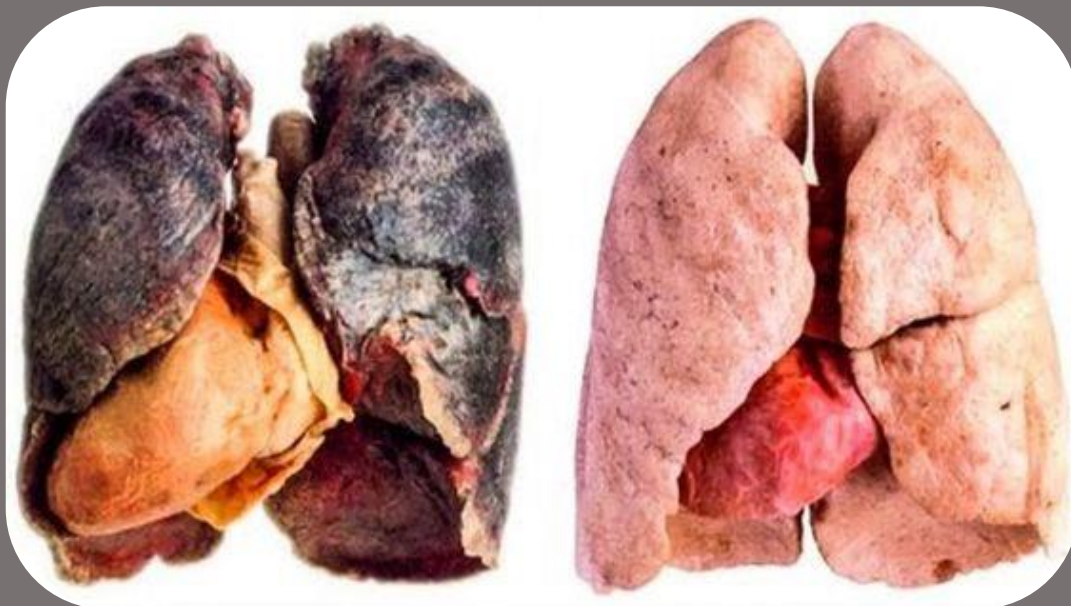
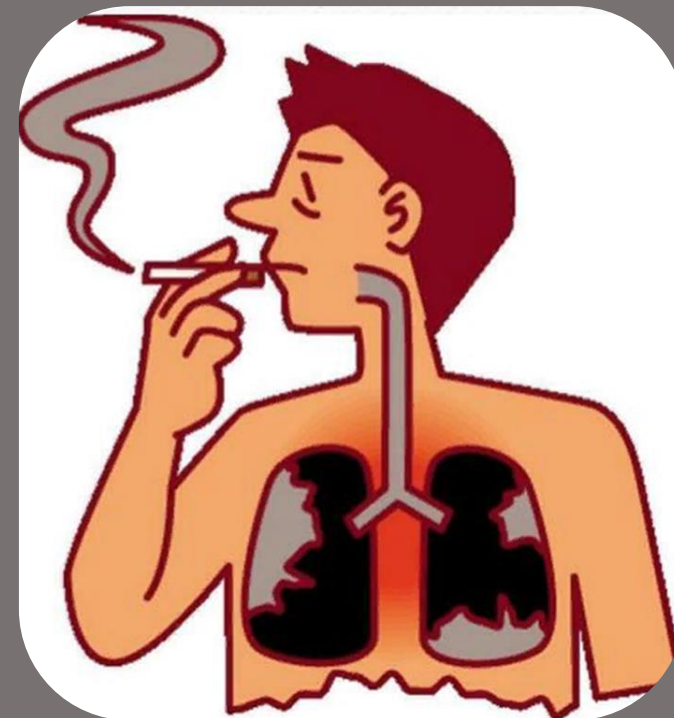


90%

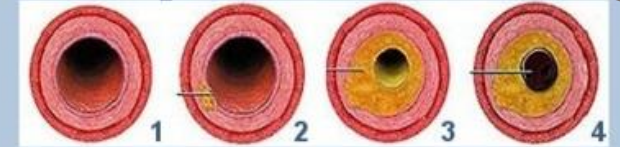
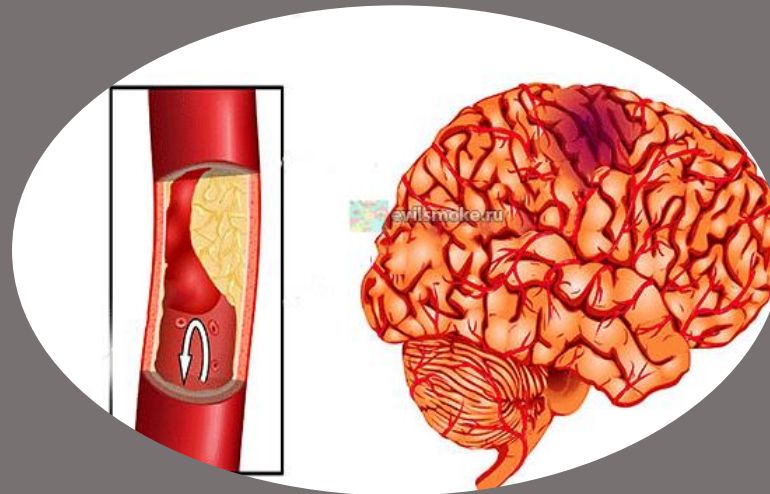


ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ДЫХАТЕЛЬНУЮ СИСТЕМУ

- одышка
- кашель с мокротой
- **бронхиальная астма**
- **хроническая обструктивная болезнь легких**
- **туберкулез**
- пневмония
- **рак легких**



ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА СЕРДЦЕ И КРОВООБРАЩЕНИЕ



После выкуривания одной сигареты, у курящих сужаются кровеносные сосуды, наступает кислородное голодание, которое длится около часа.

Погибают клетки мозга, нарушается память.

Потребление табака может привести к

- **инфаркту**
- **инсульту.**
- спазмам, онемению, мурашкам и чувству усталости в ногах
- риску инфекций
- возникновению **гангрены**

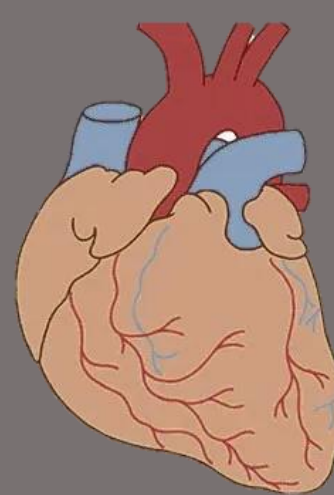


Мозг здорового человека

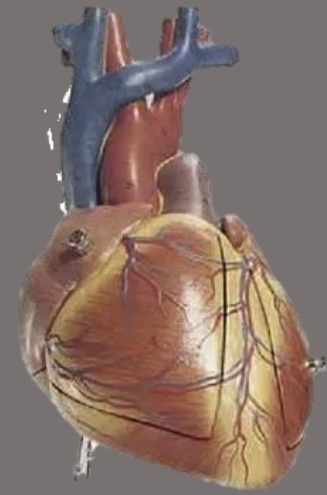


Мозг курильщика

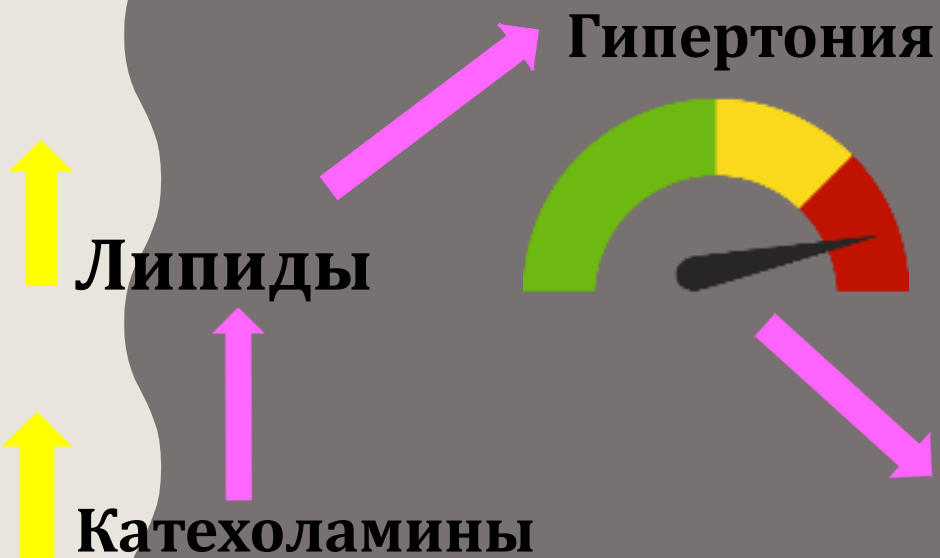
- повышается артериальное давление,
- увеличивается риск **тромбообразования** и закупорки артерий,
- пульс человека, употребляющего табак, на 15 000 сердечных сокращений в сутки чаще, чем у некурящего



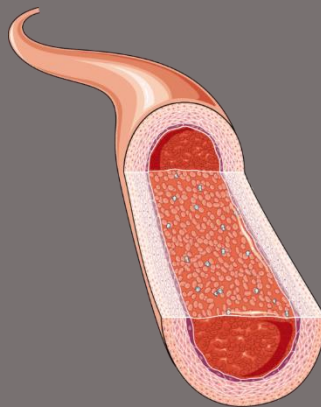
Больное сердце, покрытое жировой тканью



Здоровое сердце с небольшими участками жировой ткани



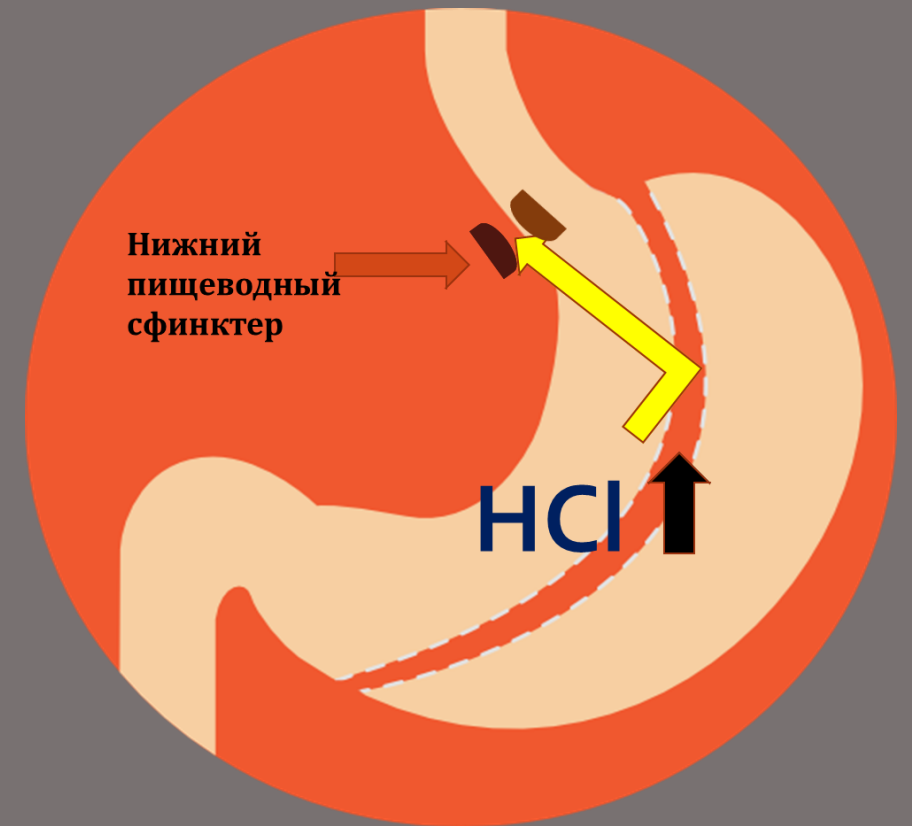
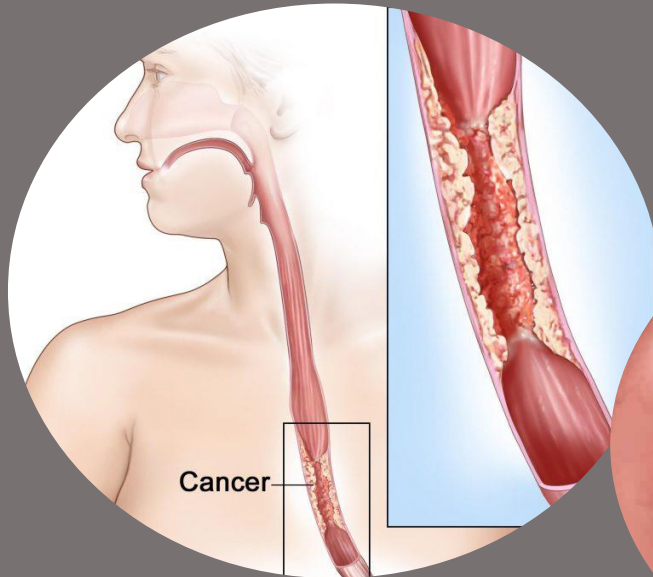
Атеросклероз



Жировое перерождение сердца



ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ОРГАНЫ ЖКТ



- Рак пищевода
- Пептическая язва желудка
- Рак желудка
- Рак поджелудочной железы

ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА НЕРВНУЮ СИСТЕМУ

- быстрая утомляемость
- раздражительность
- ослабление памяти
- головные боли, головокружения
- апатия
- депрессия
- зависимость

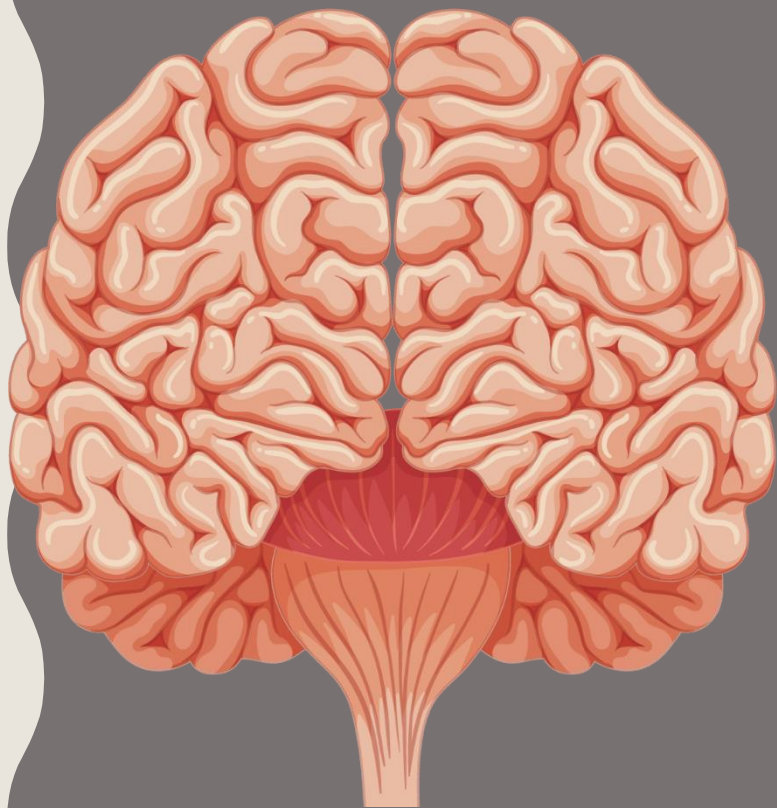


ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ



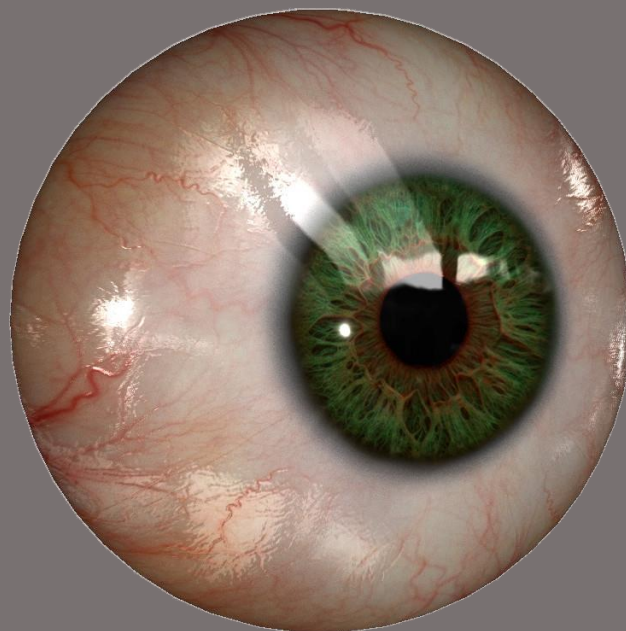
- Снижение кислорода в крови у плода в 2 раза
- развитие пороков развития
- пороки сердечно-сосудистой и нервной систем у малыша
- самопроизвольные аборты, выкидыши

ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА АНАЛИЗАТОРЫ



**Мозг требует
никотин!**

Губительное действие на
сетчатку, зрительный нерв



Нарушение иннервации
внутренних структур уха



ТЕПЕРЬ ПОГОВОРИМ О ВРЕДЕ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ, ВЕЙПАХ



Электронная сигарета, паритель, вейп – ингалятор специального назначения для личного пользования с аэрозольным генератором.



СОСТАВ ЭЛЕКТРОННОЙ СИГАРЕТЫ (ЭС)/ВЕЙПА СОДЕРЖАНИЕ КАНЦЕРОГЕНОВ И ТОКСИНОВ



Электронная сигарета

- Никотин
- Пропиленгликоль
- Глицерин
- Формальдегид
- Ацетилацетон
- Нитрозамины
- Диацетил
- Свинец, Никель
- Хром, Цинк

Обычная сигарета

- Никотин
- Формальдегид
- Ацетальдегид
- Моноксид углерода
- Ароматические амины
- Синильная кислота
- Оксид азота
- Бутадиен
- Метанол
- Бензол
- +200 ядовитых соединений



ЧЕМ ОПАСНЫ ЭЛЕКТРОННЫЕ СИГАРЕТЫ?

- У ЭС нет сертификата ВОЗ;
- Содержание никотина в ЭС больше заявленного;
- Пропиленгликоль вызывает аллергию и может блокировать дыхание курильщика;
- ЭС вызывают никотин. зависимость у тех, кто не был курильщиком;
- Имитация дыма в виде пара раздражает окружающих;
- Нет экономии от ЭС;
- После перехода на ЭС не происходит отказа от привычки курить.



Доказан вред и ароматических добавок без никотина. Проведённое исследование показало, что при вдыхании пара умирают клетки **легких** и **крови**.
Процент разрушения от 20 до 50% клеток!

РЕАЛЬНЫЙ ВРЕД ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ

Электронные сигареты так же вредны, как и обычные. Это современный коммерческий продукт, бизнес, выгодный табачным компаниям. К такому выводу пришли исследователи в разных странах.



-  **Япония.** Испускаемый устройствами пар содержит два типа альдегидов - химических соединений, провоцирующих рак.
-  **Азия.** Курение электронных сигарет беременными женщинами провоцирует невынашивание плода.
-  **США.** Люди, которые перешли с обычных сигарет на электронные, в итоге стали курить больше, при этом фактов отказа от курения оказалось сравнительно мало (всего пара процентов).
-  **Англия.** Минздрав считает, что электронные сигареты не только не способствуют отказу от курения, а, наоборот, укрепляют психологическую зависимость курильщиков.

Будьте осторожны,
берегите себя!

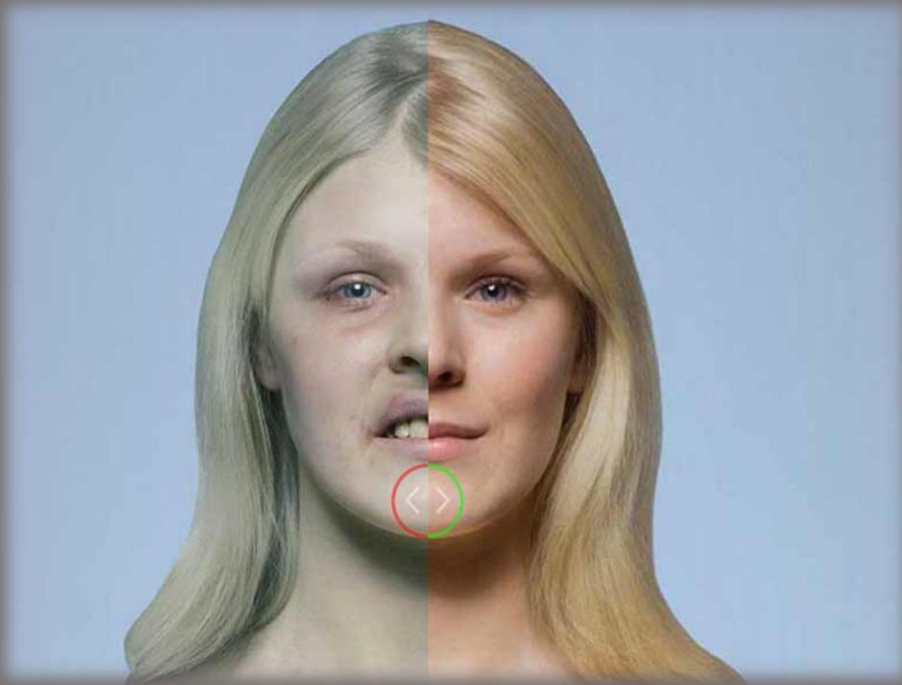


ДО



**ПОСЛ
Е**





ПОЛОЖИТЕЛЬНОЕ ВЛИЯНИЕ НАЧИНАЕТСЯ СРАЗУ ПОСЛЕ ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ:

- **20 минут** – нормализуются пульс и кровяное давление
- **1 час** – снижается опасность осложнений во время беременности
- **8 часов** – снижается уровень никотина в крови, улучшается кровоснабжение
- **1 день** – улучшается работа легких, угарный газ (CO) выводится из организма
- **2 дня** – никотин выводится из организма, снижается опасность для роста нерожденного ребенка
- **3 дня** – растет уровень энергии, дыхание становится легче



- **1 месяц** – дыхание и уровень энергии постоянно улучшаются
- **6 месяцев** – снижается риск нарушений дыхания, астмы, аллергии, отитов и пр. у малыша
- **1 год** – снижается риск того, что ребенок закурит в раннем возрасте

Викторина

«Знай врага в лицо»



Вопрос № 1:

Какая страна является родиной табака?



Из истории табакокурения

NO
SMOKING



Родиной табака (растение семейства пасленовых) считается Южная Америка. В диком виде в настоящее время табак произрастает в Южной Америке и Австралии.

Индейцы Майя курили табак уже в I веке до н.э. Это было туземной церемонией, религиозным обрядом и медицинской процедурой.

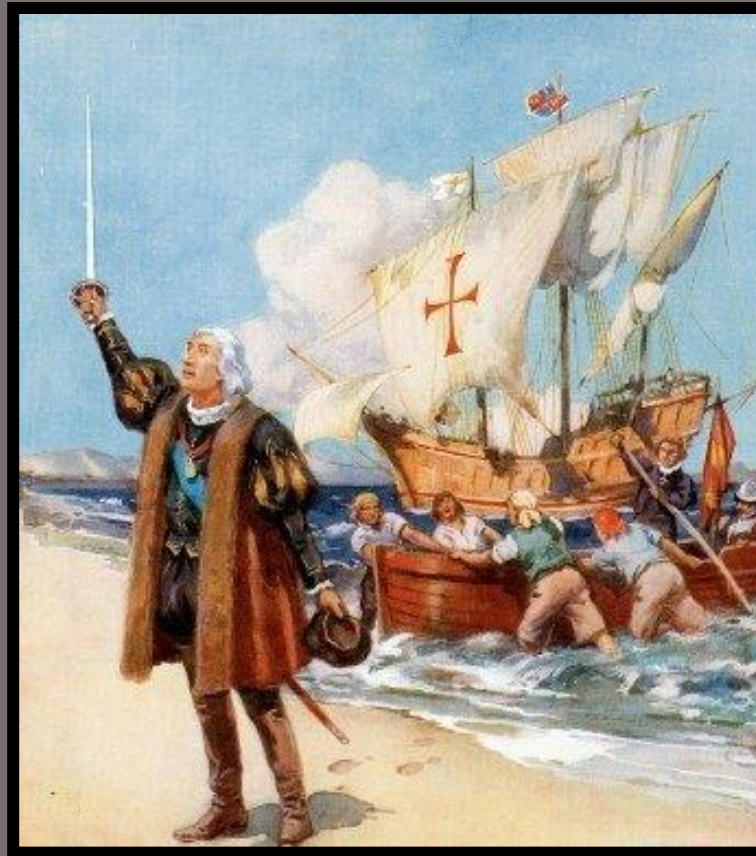
Вопрос № 2:

Когда, кем и откуда был
впервые завезен табак в Европу?

1. В XVII веке китайцами – из Китая;
2. В XVI веке испанцами – из Америки;
3. В XVIII веке англичанами – из Индии.

ОТВЕТ:

В XVI веке испанцами – из Америки



Вопрос № 3:

Немецкий поэт И.В. Гёте сказал: «Картофель стал для человека благословением, а табак - карой». Какой известный мореплаватель открыл для европейцев картофель и табак?



ОТВЕТ:



Вопрос № 4.

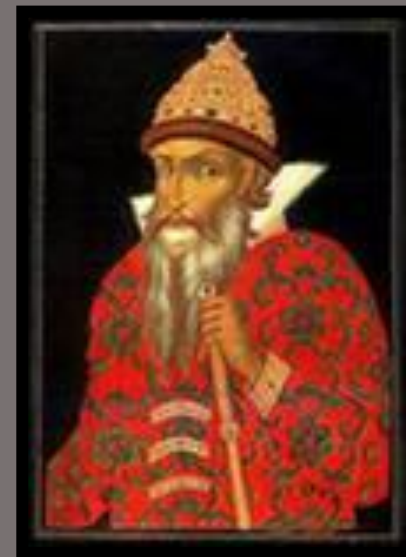
При каком Царе в России
появился табак?



Михаил Романов



Петр I



Иван Грозный



Михаил Романов



Петр I



Алексей Романов

ОТВЕТ:

Царь Михаил Романов



Первым издал приказ о запрете табакокурения

ВОПРОС № 6:

КТО ОБНАРУЖИЛ В ТАБАКЕ НИКОТИН?

- Жан Жак Руссо;
- Жан Поль Бельмондо;
- Жан Нико.



Жан Нико – французский дипломат (1530 -1600)

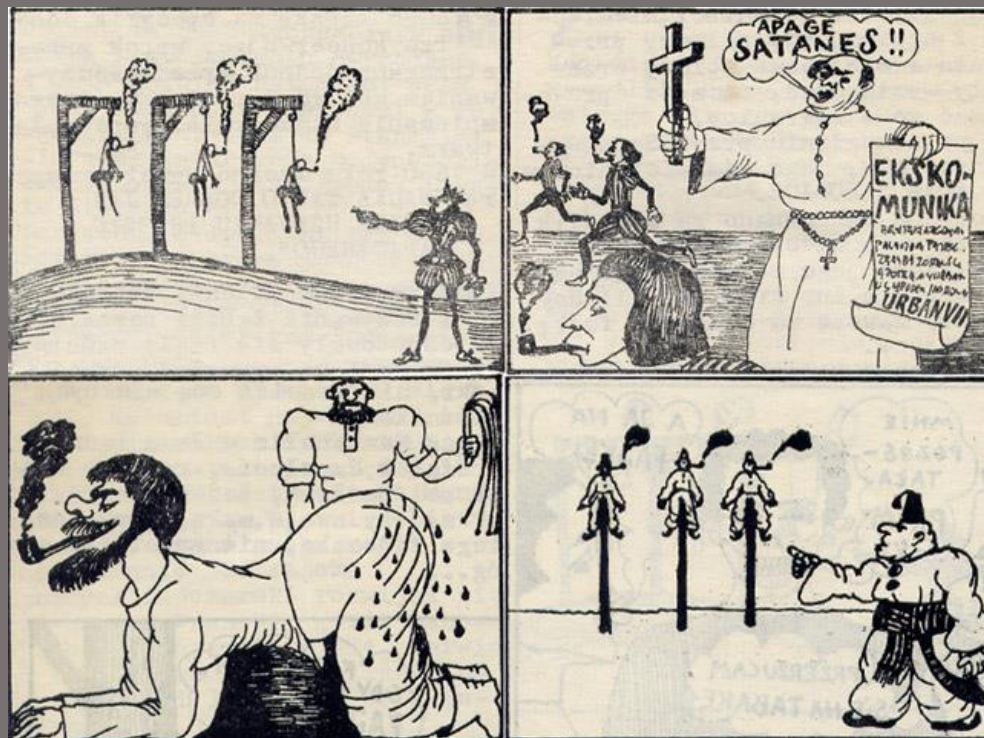


Вскоре табак попал во Францию: Жан Нико, бывший послом в Испании, привёз оттуда листья и семена табака в подарок своей королеве Екатерине Медичи. От фамилии Нико произошло слово **"никотин"** - так называют основной компонент табака.

ВОПРОС № 7:

В КАКОЙ СТРАНЕ ТАБАК В XVI В. БЫЛ
ОБЪЯВЛЕН «ЗАБАВОЙ ДЬЯВОЛА»?

- в Испании;
- в Италии;
- в Бразилии.



ВОПРОС № 8:

В КАКОЙ СТРАНЕ ЗАЖИВО ЗАМУРОВАЛИ
ПЯТЕРЫХ МОНАХОВ ЗА ТО, ЧТО ОНИ
КУРИЛИ ТАБАК?

- в России;
- в Англии;
- в Италии.



Длительность жизни человека, выкуривающего пачку сигарет за один день, уменьшается на несколько лет по сравнению с некурящим



Вопрос № 9:

Сколько вредных веществ попадает в организм человека при курении?

ОТВЕТ:



Около 300

НИКОТИН – ОДИН ИЗ САМЫХ ОПАСНЫХ ЯДОВ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ

ПРОДОЛЖИТЕ ПОГОВОРКУ: КАПЛЯ НИКОТИНА...
УБИВАЕТ ЛОШАДЬ.



Вопрос № 10:

Какова смертельная доза никотина для
человека (в мг)?

5 - 7 мг никотина –
меньше одной капли –

ВОПРОС №11

- . В 1934 году во французском городке Ницца компания молодежи устроила соревнование: кто выкурит больше папирос. Двое «Победителей», выкурив по 60 папирос не смогли получить приз. Почему?

Ответ:

- Они скончались.



Творческое задание.

Работа со словом «Никотин»:

Выразите все отрицательные воздействия
никотина, а также следствия,
приводящие к заболеваниям и
отрицательным и негативным явлениям:

Н -

И -

К -

О -

Т -

И -

Н -

Будьте здоровы!

