|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| G:\izmeneniya-posle-otkaza-ot-kureniya.jpg  **ПОМНИТЕ**: курением Вы губите не только себя, но и близких Вам людей, возможно, своих же детей!Не курите при некурящих. Особенно при детях!  Не лишайте здоровья ни в чем не повинных людей! | **http://pptload.ru/uploads/posts/2014-06/1403541047_28593158.png**  **О курении в цифрах:**  **Табачная эпидемия каждый день убивает 750 человек**  С курением связана каждая пятая смерть в мире, а для людей старще 35 лет - каждая четвертая.  90 % случаев практически неизлечимого рака легкого и 80 % рака пищевода, гортани, полости рта - также результат курения, а это почти миллион смертей ежегодно!  Из 100 случаев туберкулеза легких 95 приходится на курильщиков.  Активное курение отнимает до 10 лет жизни, да к тому же делает людей инвалидами.  В среднем каждая сигарета сокращает продолжительность жизни на 6 - 10 минут.  **НАШ АДРЕС:**  **212003 г. Могилев,**  **ул. Заводская , 23 А, кабинет 105**  **КОНТАКТНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ:**  **22 10 11; 70 09 03** | **Учреждение**  **«Могилевский районный центр социального обслуживания населения»**  **Отделение социальной адаптации и реабилитации**  **Вредные привычки легко приобрести, но чтобы от них избавиться, нужна большая сила воли…**  **Счастливые**  **люди не курят…**  G:\36054.jpg |
| **В табачном дыме содержатся более 4000 различных химических соединений, многие из которых вредны для здоровья, а некоторые из этих веществ ядовиты. 43 из них принадлежат к веществам, которые могут спровоцировать рак.**  ***К ядовитым веществам в табаке, прежде всего, относят:***  **Никотин** — содержится в листьях табака. Попадая в организм человека с табачным дымом, никотин действует как мощный быстродействующий наркотик, вызывая сильную зависимость от курения.  ***Угарный газ*** — оксид углерода. Вызывает головную боль, в отдельных случаях смерть.  **Ацетон** - обладает возбуждающим и наркотическим действием, поражает центральную нервную систему, способен накапливаться в организме, токсическое действие зависит не только от его концентрации, но и от времени воздействия на организм.  **Аммоний** (его применяют для чистки одежды в химчистке).  **Кадмий.** Соединения кадмия ядовиты. Особенно опасным случаем является вдыхание паров его оксида. Кадмий является канцерогеном  G:\1459860012_sostav-sigaretyi.jpg | **А ЗНАЕШЬ ЛИ ТЫ, ЧТО…**  **-** Каждая выкуренная сигарета может сократить жизнь на 8 минут.  **-** Курение сокращает жизнь человека на 5-7 лет.  **-** У курящих кровяное давление значительно выше, чем у некурящих.  **-** У новорожденных детей, чьи родители курят, вероятность заболеть воспалением легких и бронхитом на первом году жизни вдвое больше, чем у детей, чьи родители н курят.  **-** Частота пульса у курильщиков на 10-12 ударов в минуту больше, чем у тех, кто не курит.  **-** Если бы все бросили курить, смертность от сердечных болезней могла бы снизиться на треть, значит, 30-35 человек из 100 остались бы живы.  **-** Уже через 30 минут пребывания в накуренном помещении у человека, который не курит, возрастает кровяное давление и учащается пульс.  G:\23519665.jpg | **Как курение родителей влияет на здоровье детей.**  Около 40% детей, появившихся на свет от курящих родителей, страдают теми или иными дефектами физического и психического развития, отличаются повышенной предрасположенностью к различным инфекционным и неинфекционным болезням. В результате курения отравляющие вещества могут сильно повредить росту будущего ребенка.   * Курение родителей провоцирует аллергию у детей. * Курение матери до и после родов является причиной астмы у детей младшего возраста. * Курение родителей может провоцировать заболевания легких у детей. * У детей курящих родителей могут происходить негативные изменения в органах дыхания, что может в дальнейшем привести к болезням легких * Курение родителей в будущем может вызвать заболевания сердечно-сосудистой системы у детей. * Курение в помещениях, где находятся или бывают дети является причиной повышения кровяного давления у детей в возрасте от 4 до 5 лет. |