

5. КУРЕНИЕ ВЫЗЫВАЕТ ДЛИТЕЛЬНОЕ КИСЛОРОДНОЕ ГОЛОДАНИЕ ОРГАНОВ И ТКАНЕЙ.

В том числе клеток мозга, что приводит:

- ~ к быстрой утомляемости;
- ~ к снижению объема памяти и скорости заучивания материала;
- ~ к ухудшению способности решать логические и информационные задачи.

Если работоспособность подростков принять за 100%, то у курящей молодежи она снижается до 77%.

6. ОЧЕНЬ ОПАСНО КУРЕНИЕ ДЛЯ БЕРЕМЕННОЙ ЖЕНЩИНЫ: ЕСЛИ КУРИТ ОНА, ТО КУРИТ И ЕЕ РЕБЕНОК.

Кровеносные сосуды плода непосредственно связаны с системой кровообращения матери. Через

5 секунд компоненты табачного дыма проникают через плаценту в организм еще не родившегося ребенка, накапливаясь в его сердце, почках, мозге и нарушая в них обменные процессы. Зарождающийся организм работает как аккумулятор ядов табака.

Последствия становятся очевидными сразу после рождения или через некоторое время, чаще в школьные годы, когда возрастает нагрузка на организм ребенка.

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

МНОГОЛЕТНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ВЫЯВИЛИ У ДЕТЕЙ КУРЯЩИХ БЕРЕМЕННЫХ ВЫСОКИЙ РИСК РАЗВИТИЯ ОЖИРЕНИЯ, ДИАБЕТА ИЛИ ВРОЖДЕННЫХ ДЕФЕКТОВ (РАСЩЕПЛЕННОЕ НЕБО, БОЛЕЗНИ СЕРДЕЧНОЙ И НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ И ДР.).

7. КУРЯЩАЯ МАМА - ПЛОХОЙ ПРИМЕР ДЛЯ ДЕТЕЙ. Запах мамы фиксируется подосознанием ребенка и невольно начинает ассоциироваться с психологической защитой, теплом, поддержкой.

Такая эмоциональная память остается с ребенком на всю жизнь и вероятность того, что в будущем ребенок станет добиваться состояния покоя именно с помощью курения, очень велика.

Во всем мире сегодня наблюдается тенденция к снижению количества курящих людей. Все чаще при приеме на работу фирмы отдают предпочтение некурящему кандидату.

Курение «не приветствуется» и в Беларуси. На государственном уровне законодательство за ограничение и запрет курения постоянно совершенствуется и ужесточается.

Призыв Всемирной организации здравоохранения «Курение или здоровье? Выбирайте сами» находит все больше сторонников правильного понимания проблемы.

Каждый человек несет ответственность за свое здоровье и свою судьбу, поэтому **КУРИТЬ – ИЛИ НЕ КУРИТЬ – ОН ВПАВЕ РЕШИТЬ ДЛЯ СЕБЯ САМ.**



Девушки и молодые женщины ответственны не только за себя, но и за здоровье и будущее своих детей, поэтому **ПРЕЖДЕ ЧЕМ ВЗЯТЬ В РУКИ ПЕРВУЮ ИЛИ ОЧЕРЕДНУЮ СИГАРЕТУ, СЛЕДУЕТ СЕРЬЕЗНО ВЗВЕСИТЬ ВСЕ АРГУМЕНТЫ «ЗА И ПРОТИВ»!**

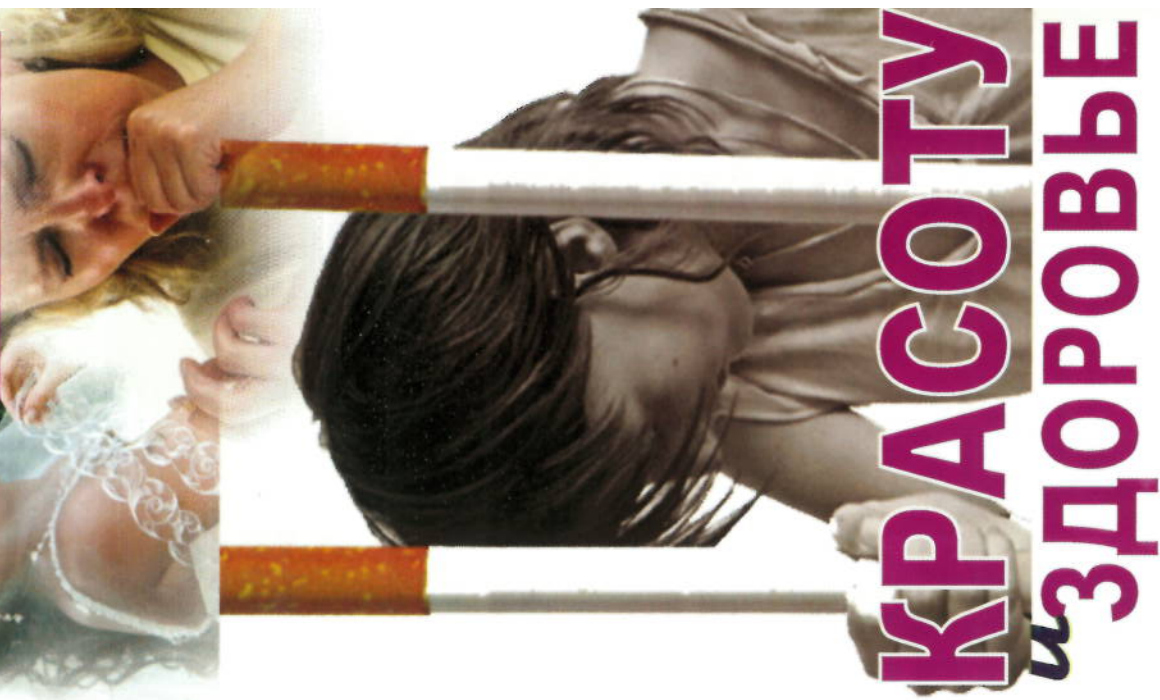
ГУ «Брестский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»

УЗ «Брестская областная больница»

Г/ "Буджэст". Склад, регистрацый № 1/432 ад 03.10.2016г., м.р. 2000 экз., 2016г.

ОАО «БТ». Бр.2. Т. 2000 экз. 3ак. 0235-2016 г.

КАРТИНКИ



КРАСОТУ И ЗДОРОВЬЕ

Дорогие девушки!

Если сигарета для вас - это способ привлечь к себе внимание противоположного пола, быть модной и современной, это очередной миф.

В ходе социологического опроса 42% юношей выразили отрицательное отношение к курению девушек вообще, а 84% из них не хотели бы, чтобы курила их девушка. Причем, жениться молодые люди хотят именно на некурящих. На вопрос: «Хотел бы ты, чтобы твоя жена курила?»



только двое из 300 молодых людей сказали, что им все равно, остальные были категорически против.

КУРЕНИЕ

ЭТО НЕ ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА, С КОТОРОЙ МОЖНО ЛЕГКО РАССТАТЬСЯ, А СТОЙКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ, КОТОРАЯ КОРРЕКТИРУЕТСЯ СЛОЖНЕЕ, ЧЕМ ЗАВИСИМОСТЬ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ НЕКОТОРЫХ НАРКОТИКОВ!

Компоненты табачного дыма разрушают здоровье человека.

В Беларуси от болезней, связанных с курением, ежегодно умирают около 15,5 тысяч человек.

Около 70% начавших курить в детском или подростковом возрасте и продолжающих курить в течение 20 и более лет живут в среднем на 20-25 лет меньше тех, кто никогда не курил.



Как долго ты будешь жить?

КУРЕНИЕ ОЧЕНЬ ОПАСНО для девушек и женщин

Чем раньше девушка приставилась к курению, тем серьезнее для нее последствия его воздействия!

1. КУРЕНИЕ СОПОСТАВИМО С УДАЛЕНИЕМ ОДНОГО ЯИЧНИКА. Содержащиеся в табачном дыме полициклические ароматические углеводороды (ПАУ) запускают процесс гибели яйцеклеток и значительно снижают уровень эстрогенов в крови.

**** Яичники** - основная половая железа женщины, где образуются женские половые гормоны и формируются полноценные яйцеклетки из примитивных фолликул, которые очень чувствительны к различному повреждающим факторам, в том числе к воздействию табачного дыма, алкоголя и наркотиков, причем, на любом этапе своего развития.

Это приводит:

- к нарушению формирования организма по женскому типу;
- отсутствию или нерегулярности менструального цикла;
- формированию незрелых яйцеклеток, способных дать начало новой жизни;
- недостаточной подготовке матки к вынашиванию плода.

У курящих молодых женщин в сравнении с некурящими:

шанс забеременеть ниже на 10-40%, а риск бесплодия выше в 2 раза; выкидыши и неразвивающаяся беременность, осложнения в родах встречаются в 2-3 раза чаще;

выше риск рождения детей с различными нарушениями развития.



2. КУРЕНИЕ ОСЛАБЛЯЕТ ЗАЩИТНЫЕ ФУНКЦИИ ОРГАНОВ РЕПРОДУКТИВНОЙ СФЕРЫ, в результате чего:

- увеличивается риск развития хронических воспалительных заболеваний;
- сокращается продолжительность репродуктивного возраста, то есть возрастной период, когда женщина может иметь детей.



Курение может лишить женщину самой высокой ее миссии - МАТЕРИНСТВА.

3. У КУРЯЩИХ ЖЕНЩИН ПРЕЖДЕВРЕМЕННО СТАРИТСЯ КОЖА: теряется ее эластичность и упругость из-за

снижения содержания в ней коллагена (белка), из-за плохого кровоснабжения происходит ее истончение.



3. МЕНЯЕТСЯ ТЕМБР ГОЛОСА: ОН СТАНОВИТСЯ БОЛЕЕ НИЗКИМ И ГРУБЫМ.

Компоненты табачного дыма, регулярно попадая на мягкие ткани гортани и голосовых связок, вызывают их существенное утолщение, потерю эластичности и чувствительности, меняя таким образом акустические характеристики гортани, которые являются своеобразным «резонатором» звука.

