

Памятка о вреде курения: кратко и по существу

- В момент затяжки сигаретой, образуется около 1200 вредных веществ, среди которых канцерогены, вызывающие рак. Все это прямоком попадает в организм курящего.
- Органы курящего человека постоянно, без выходных и праздников, находятся в стрессовом состоянии кислородного голодания.
- Курение вызывает серьезные болезни дыхательных путей и онкологические заболевания.
- Изнуряющий кашель и мокрота — постоянные спутники курильщика.
- Сердце человека, зависимо от сигарет, изнашивается намного быстрее за счет более частых сердечных сокращений.
- Со временем никотин серьезно поражает пищеварительную систему, провоцируя язву.
- Ослабевают восприятие разговорной речи, снижается слух, работоспособность, резкое снижение умственных способностей детей.
- В год от курения умирают около 4 миллионов человек, то есть каждые восемь секунд появляется новая жертва никотина.
- Курильщик своими же руками сокращает собственную жизнь минимум на восемь лет.

ПОМНИТЕ!

Табак и здоровье - несовместимы! Никотин - наркотический яд! Курить - здоровью вредить!

Подумай!!! надо ли???

Россия занимает первое место в мире по потреблению табака.

В 90% случаев табакокурение является причиной смерти от рака легких, в 75% - от бронхита и в 25% - от болезней сердца



Каждые шесть секунд табак уносит одну жизнь.

Легкие курильщика со стажем - это черная и гниющая масса!

**Последствия курения:
-БЕСПЛОДИЕ СРЕДИ ЖЕНЩИН.
-РОЖДЕНИЕ МЕРТВЫХ ДЕТЕЙ...**

Ежемесячные расходы у курильщика на сигареты - 570 рублей в месяц

По данным Минздрава РФ более 17% смертей в России связано с табакокурением.