

Курение это смертельно опасная привычка.

Курение опасно не только для самого курильщика, но и для окружающих его людей. Так называемое пассивное курение.

*Часто пассивными курильщиками становимся мы- дети.
Ребята помогите своим близким! Убедите их бросить курить!*

Россия нуждается в здоровых людях!

Можно болеть по собственному желанию?

1. В легких курильщиков происходит ослабление иммунитета.
2. Под влиянием никотина происходит спазм сосудов и ухудшение кровотока в теле. Далее это ведет к инфаркту.
3. Среди эффектов никотина - спазм желудка, нарушение прохождения пищи, приводящие к гастриту и язвенной болезни желудка.
4. Страдают от курения кровеносные сосуды, расположенные сразу под кожей. Это приводит к нарушению питания кожи, она приобретает желтоватую окраску.
5. При курении голосовые связки воспаляются, утолщаются, становятся грубыми, что ведет к изменению тембра голоса.
6. У курящих подростков объем грудной клетки отстает на 25 % от показателей некурящих.

Смерть при отравлении никотином наступает от паралича дыхания. Взрослому можно умереть, если выкурить за один раз пачку сигарет, а ребёнку - полпачки.

В целом курение сокращает жизнь примерно на 8 лет.