



**Почему курить –
плохо?
Почему не курить –
хорошо?**

**Курение - ПОЛЕЗНАЯ привычка.
Для смерти. (Александр Боровик)**



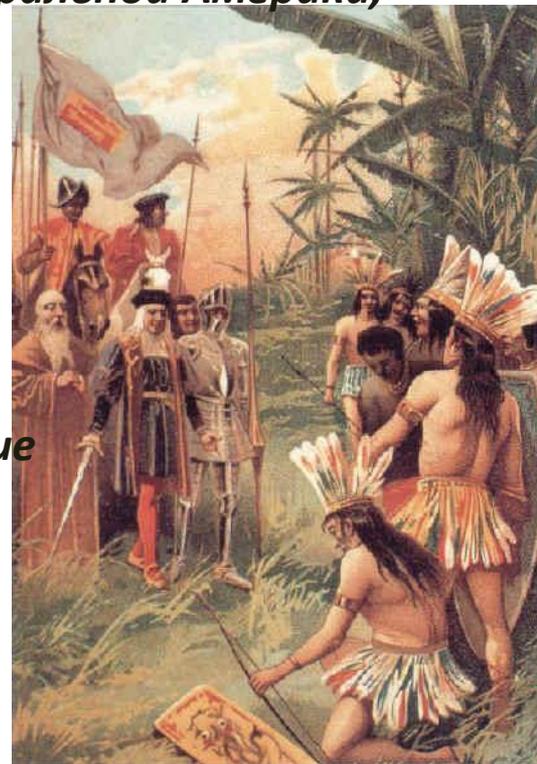


Табак завоевывает мир

- *Курение как таковое (если рассматривать в этом качестве вдыхание дыма от сгорающих растений) ведет свой отсчет с незапамятных времен.*

NICOTIANA TOBACCO

Слово "табак", возможно, происходит от названия острова Тобаго. Согласно свидетельствам испанских матросов, прибывших 15 октября 1492 года с экспедицией Колумба к берегам теперешней Центральной Америки, словом "tobaco" у местных жителей назывались большие скрученные листья, предназначенные для ритуального курения. Впоследствии испанцы и португальцы завезли листья и семена табака в Европу, и несмотря на запреты Инквизиции, европейцы тоже начали культивировать табак. Первыми "распространителями" табака, кроме матросов, были торговцы, монахи и...политические деятели.



В середине XVI в. табак распространяется по Западной Европе и Турции, где великолепно ассимилируется и дает отличные урожаи. В XVII в. он проникает в Японию, Китай и другие страны Азии. К концу XVIII в. в мире уже нет ни одной страны, где бы он не «присутствовал».



В середине 30-х годов XVIII века знаменитый шведский естествоиспытатель Карл Линней, создавший классификацию животного и растительного мира, присвоил табаку родовое название "никотиана" в честь Жана Нико, начавшего первым культивировать табак в Европе.

Нельзя сказать, что табак беспрепятственно проникал всюду. По религиозным (и экономическим!) мотивам в ряде стран, например в Италии, табак был объявлен "забавой дьявола". А в Англии по указу Елизаветы I (1585 г.) курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с веревкой на шее.



Яков I объявил курение вредным, неблагочестивым и неподходящим для цивилизованного человека занятием.



В России в царствование царя Михаила Федоровича уличенных в курении в первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во второй — отрезанием носа или ушей. После пожара в Москве в 1634 году, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной казни.

При Алексее Михайловиче в специальном "Уложении" от 1649 года было "велено всех, у кого будет найдено богомерзкое зелье, пытать и бить на козле кнутом, пока не признаются, откуда зелье получено".



Но в этой борьбе табак все же оказался победителем. Вернее, победили плантаторы, фабриканты и купцы, получавшие баснословные прибыли от торговли сигарами и папиросами. Создавалась настоящая индустрия табачных изделий. А вредные свойства табака до XIX века практически не были изучены, и врачи ничего не могли противопоставить привычке курения.



В России торговля табаком и курение были разрешены в 1697 году в царствование Петра I, который сам стал заядлым курильщиком после посещения Голландии.

Век спустя после открытия Америки табак уже выращивали в Бельгии, Испании, Италии, Швейцарии и Англии. Благодаря расширению торговых связей, табак проник в Сибирь и другие регионы Азии.



В 1930-1940-е годы нацистская Германия впервые в истории человечества проводила крупномасштабную кампанию, целью которой было заставить немцев отказаться от курения. В частности, в Германии были введены запреты на курение в общественных местах и на рекламу табачных изделий.



В 1950-х появились первые научные публикации о вреде табака.



В 1960 году на пачках впервые появились предупреждения о вреде курения. И в это время начинаются первые антитабачные кампании, призывающие ввести запрет на рекламу табака. С 1971 г. реклама табака полностью удалена из телевизионного эфира США

ЧТО СОДЕРЖИТСЯ В СИГАРЕТЕ?



В табаке насчитывается огромное количество химических веществ, которые оказывают вредное влияние на здоровье человека. Среди них никотин, анабазис, мышьяк, синильная кислота, окись углерода, эфирные масла и смола, радиоактивный полоний-210.

В процессе горения табака при температуре 600°C образуется более 4000 вреднейших для человека веществ. Утверждение о том, что большинство из них улавливается фильтром, далеко от истины, поскольку фильтр задерживает не более 20% содержащихся в табаке вредных веществ. Остальные попадают в организм.

Одна выкуренная сигарета средней крепости массой 20 грамм табака образует:

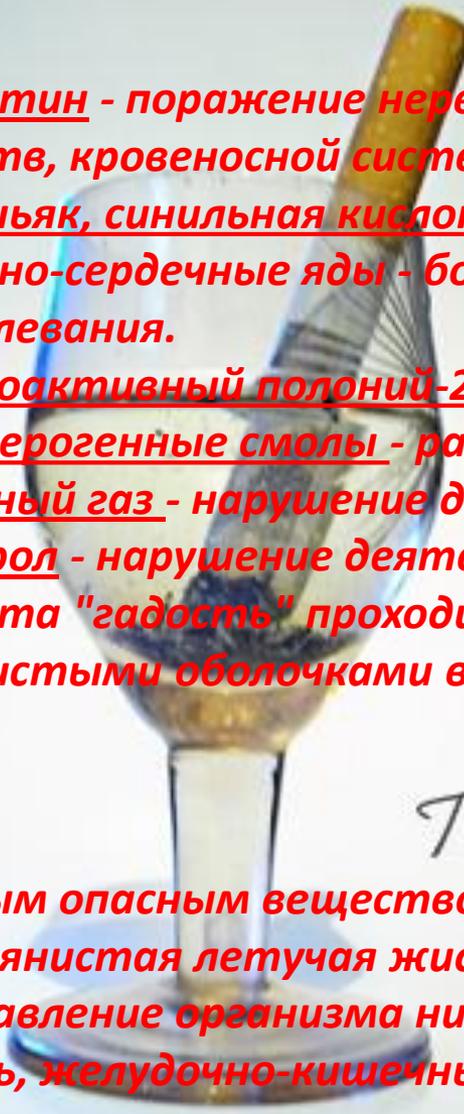
0,0012 г синильной кислоты

0,0012 г сероводорода

0,18 г никотина

0,64 г аммиака

Более 1 г табачного дегтя

A lit cigarette is placed in a glass ashtray. The cigarette is lit, with a small flame and a wisp of smoke. The ashtray is partially filled with ash. The background is a light blue gradient.

Никотин - поражение нервной системы, органов дыхания, пищеварения, чувств, кровеносной системы.

Мышьяк, синильная кислота - отравление всего организма.

Нервно-сердечные яды - болезни сердца и крови, нервно-психические заболевания.

Радиоактивный полоний-210 - болезни крови, раковые заболевания.

Канцерогенные смолы - раковые заболевания, болезни органов дыхания.

Угарный газ - нарушение дыхания, болезни сердца.

Стирол - нарушение деятельности органов чувств.

Вся эта "гадость" проходит через легкие человека, всасывается слизистыми оболочками в кровь, вызывает наркотическую зависимость.

That is what kills us...

Самым опасным веществом в табаке является никотин - это бесцветная маслянистая летучая жидкость с неприятным запахом и жгучим вкусом.

Отравление организма никотином может наступить при его попадании в кровь, желудочно-кишечный тракт, на слизистые оболочки и кожные покровы.

ЗАБОЛЕВАНИЯ КУРИЛЬЩИКОВ

Регулярное курение вызывает наркотическую зависимость - никотиноманию, когда никотин включается в процессы обмена веществ и становится необходимым.

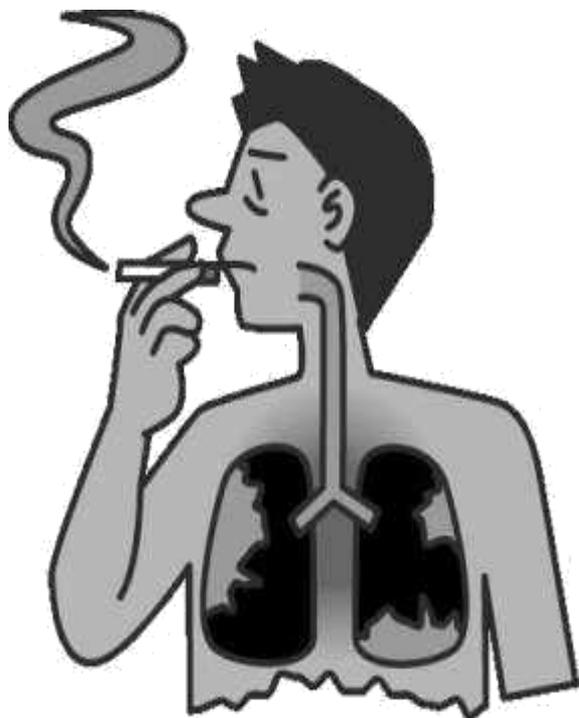
У курящих уменьшается объем памяти, им труднее заучивать материал. Курящие школьники становятся рассеянными, снижаются внимание, наблюдательность. У них часты головные боли, головокружения, нередко развиваются невриты.

Первую сигарету юные россияне пробуют в среднем в 12 лет. А в возрасте 16 -17 лет постоянно курят 45 % мальчиков и 16 % девушек.

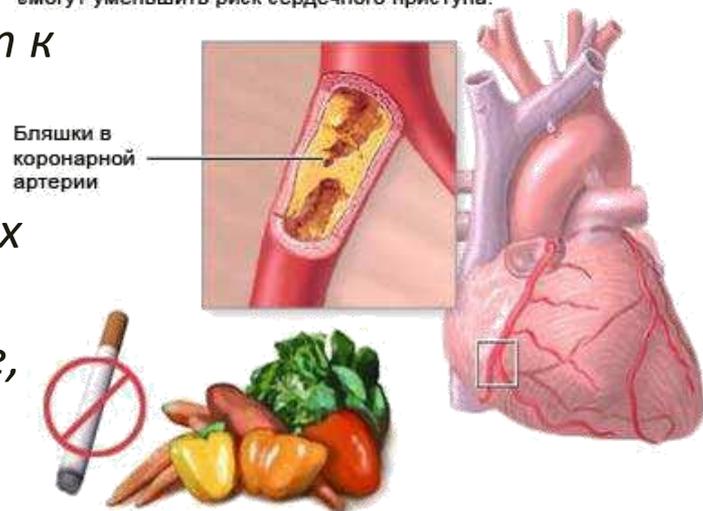


Табачный дым раздражает слизистую оболочку рта, гортани, трахеи, бронхов. Это приводит к рыхлости десен, образованию язвочек во рту, воспалению зева, возникновению ангин.

Курение способствует развитию раковых заболеваний, особенно рака легких. Курящие школьники болеют раком легких в 12 раз чаще, чем люди, начавшие курить в 25 лет.



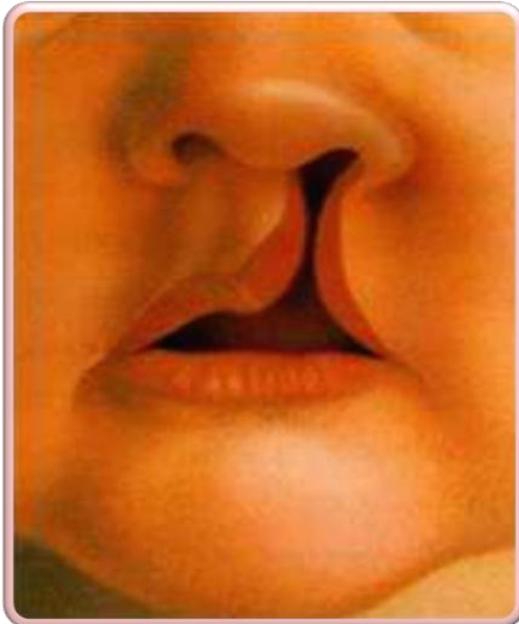
Отказ от курения, здоровое питание и физические упражнения смогут уменьшить риск сердечного приступа.



Табак особенно быстро и пагубно действует на организм девочек: у них "вянет кожа", утрачивается репродуктивная функция. Количество морщин у курящих в 5 раз больше, чем у некурящих. Курение делает внешний вид девушки мало привлекательным: появляется желтизна на зубах и губах, кожа приобретает сероватый оттенок, волосы тускнеют, появляется неприятный специфический запах изо рта, Курение является главной причиной рождения детей со слабым здоровьем, физическими и умственными недостатками.

42% матерей, дети которых родились с дефектом лица, курили, будучи беременными.

У некурящих матерей такие «неправильные» родились в 2 раза реже



ВЫВОД

Курение приводит к неизлечимым болезням.

Курение разрушает организм.

Курение снижает физическую активность.

Никотин забирает свободу.

Человек становится его рабом.

Перед тем как закурить первую сигарету, нужно

вспомнить, что табак приносит

только вред, он является

ВРАГОМ НОМЕР ОДИН для человека.



Главным условием в отказе от табакокурения должно быть желание самого курильщика избавиться от этой вредной и опасной привычки.



Хотя многие курят
Отравляя себя и близких людей

Я НЕ КУРЮ!!!

И Вам не советую

В ваших силах сделать курение “не модным”

Жизнь и так коротка...

БУДЬ УМНЫМ!



Если Ты не куришь, вставь эту картинку к себе на сайт ;)



Я не курю!
и это мне нравится!

