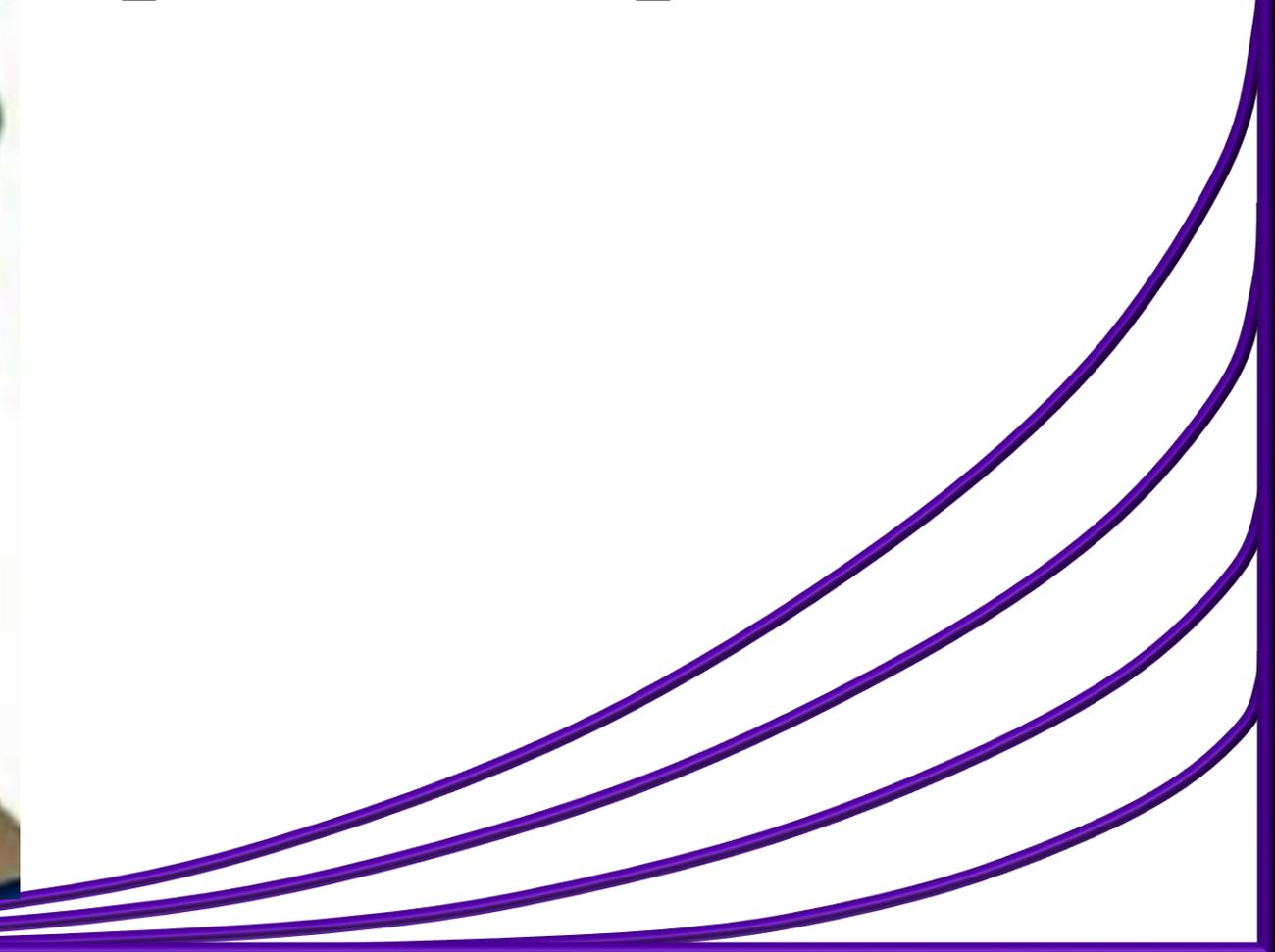




# Вредные привычки



## Это вредно! Надо знать и помнить:



Сигареты - никотин,  
враг всему номер один!  
Курят, что аж дым столбом!  
Отравляют табаком,  
не заботясь о здоровье -  
ни своём, ни о чужом.  
Капля лошадь убивает,  
хомячка на части рвёт,  
но никак не понимает  
его пагубность народ.

# Курить - здоровью вредить

Курильщики не щадят своё здоровье и часто не задумываются о людях, вдыхающих сигаретный дым.



Курение загрязняет лёгкие и доступ воздуха в организм, осложняет работу сердца.



## Надо знать и помнить:

От курения желтеют зубы и появляется неприятный запах изо рта



# Надо знать и помнить! Это вредно!



Что для общества есть зло?  
Алкоголь есть враг всего!  
Губит алкоголь всю  
жизнь и печень, и семью.  
Жизнь людей из-за вина  
и опасна и трудна.

## АЛКОГОЛЬ.

«Не смотри на вино, как оно краснеет, как оно искрится в чаше...  
Впоследствии, как змей, оно укусит, и ужалит, как аспид...»

(Притчи 23: 31 – 32)

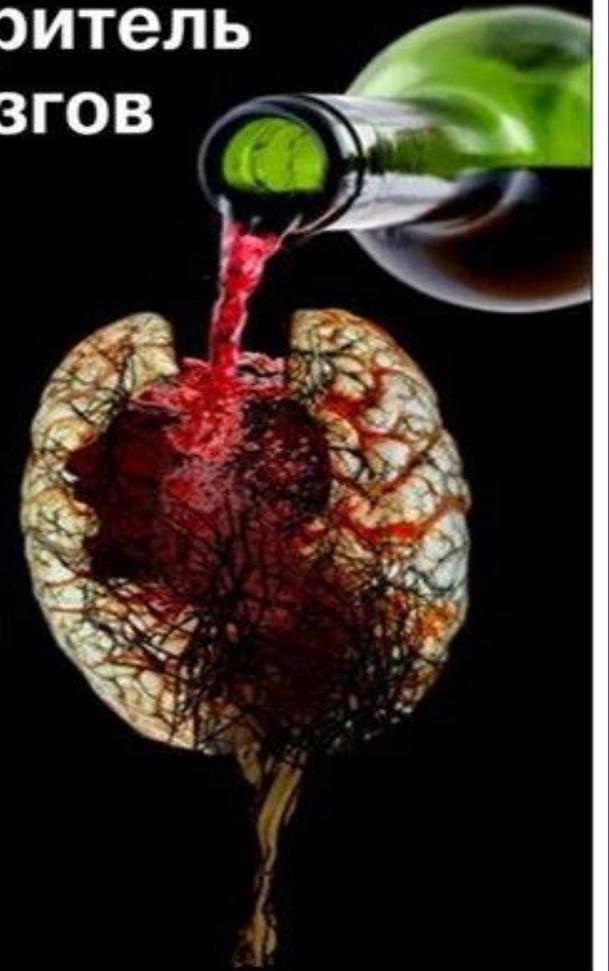


# АЛКОГОЛЬ

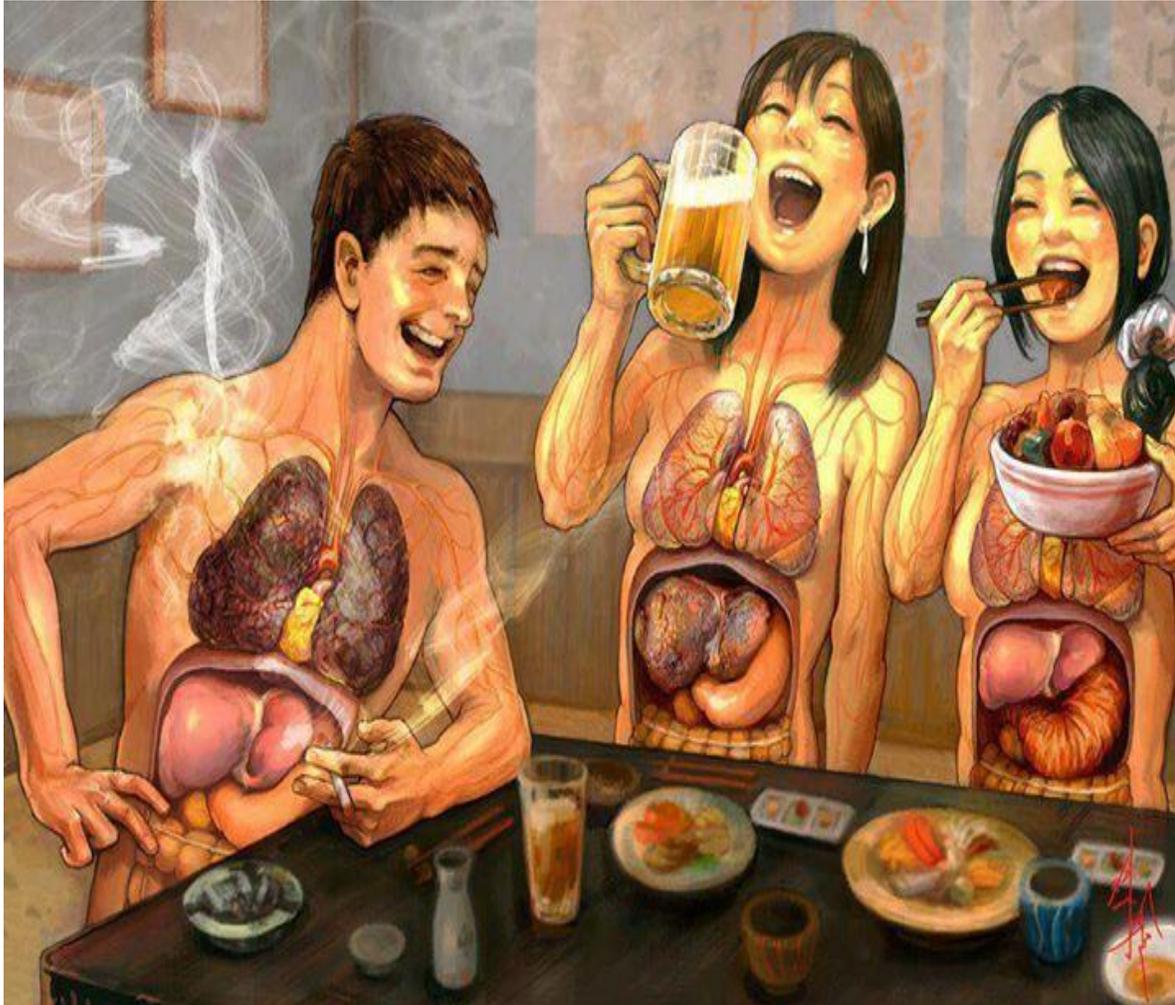
От него страдают все внутренние органы, а больше всего – мозг. Это приводит к тому, что человек глупеет и теряет разум.



**АЛКОГОЛЬ-  
лучший  
растворитель  
для МОЗГОВ**



# Когда обычно человек впервые пробует спиртное?



Чаще всего в подростковом возрасте. Опрос в России выявил:

в 10 лет начали употреблять спиртные напитки 3 % опрошенных,

в 13 лет – 3 %,

в 15 лет – 88%,

в 17 лет – 5 %.

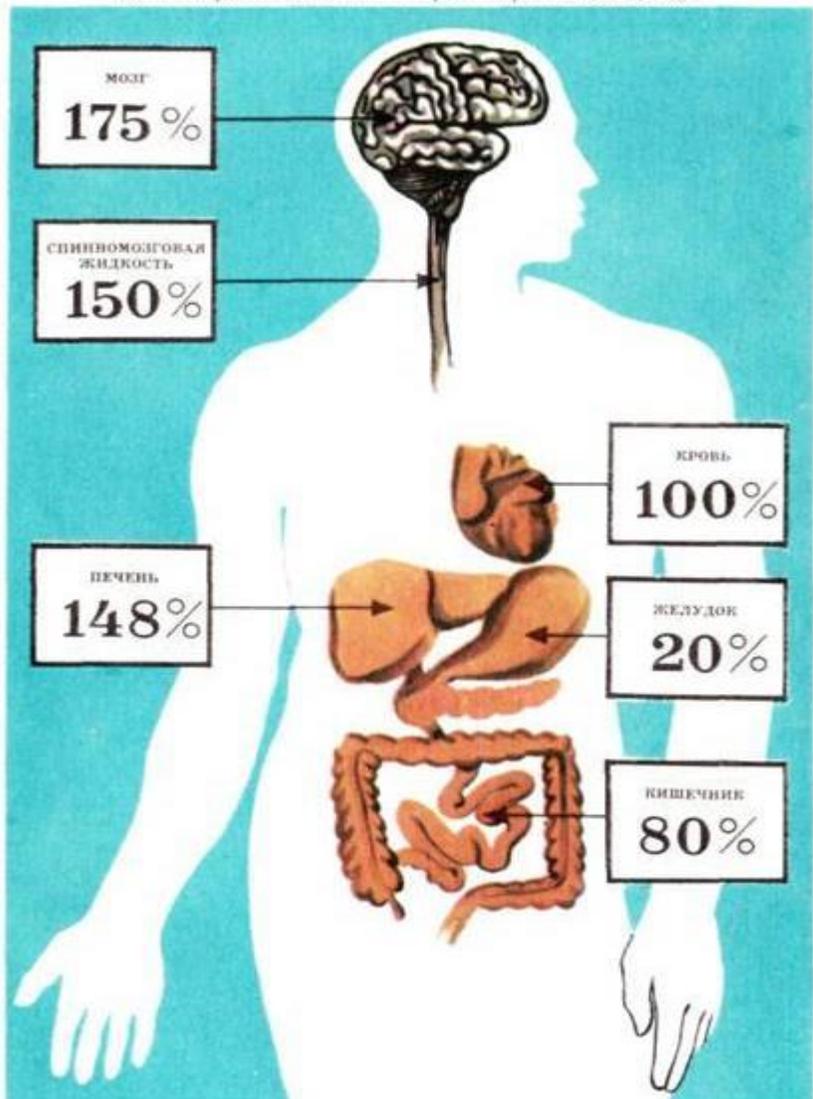
# Что такое спиртные напитки?

Это напитки, где присутствует этиловый спирт. Их 4 типа: пиво – 3 – 7% алкоголя, вино – 12 – 14 % алкоголя, крепленое вино – 18 – 20 % алкоголя, крепкие напитки – 40 – 50 % алкоголя.



# Что происходит с алкоголем в организме человека?

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА<sup>1</sup>  
(концентрацию алкоголя в крови принято за 100%)



## человека?

- В отличие от пищи, он не переваривается, всасывается в кровь в желудке и тонком кишечнике. Попадает во все органы и ткани, замедляет активность процессов в клетках.
- Основная часть алкоголя обезвреживается в печени, а остатки выводят почки, лёгкие и потовые железы. Организм выводит примерно 7,4 – 14,8 мл алкоголя в час.

# Действие алкоголя на организм

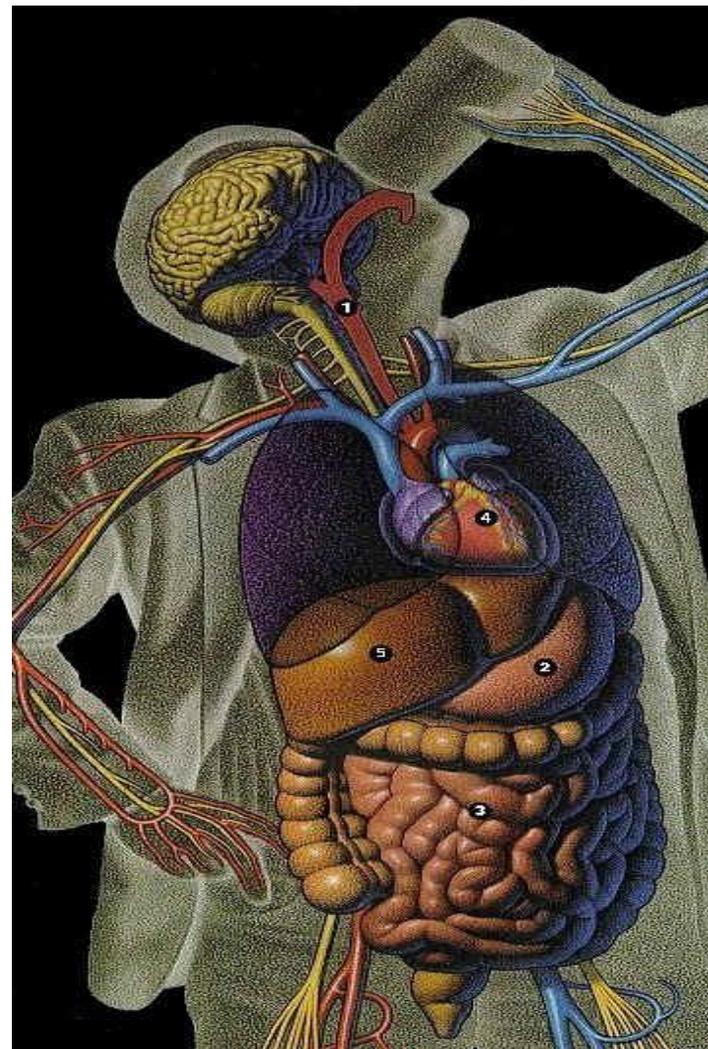
Разрушает мозг и усугубляет возрастные нарушения его кровообращения. Нарушает зрение и быстроту реакции, восприятие информации и контроль над собой.



Злоупотребление алкоголем приводит к поражению нервов, контролирующих мышцы, чувство боли, температуры, давления, ориентацию в пространстве. Человек не может осваивать новый материал и не помнит события.



Алкоголь нарушает процессы переваривания пищи, усвоения питательных веществ. Вызывает повышение кислого желудочного сока и влечёт гастрит.



## Как алкоголь влияет на детей?

Алкоголизм проявляется гораздо быстрее, чем у взрослых. Это отставание в физическом и умственном развитии. Дети не могут сосредоточить внимание, импульсивны, гиперактивны, плохо учатся.



Алкоголь угнетает центральную нервную систему. Человек становится агрессивным. Это ведёт к разрушению отношений с окружающими, в семье, поведение выходит за социальные рамки.



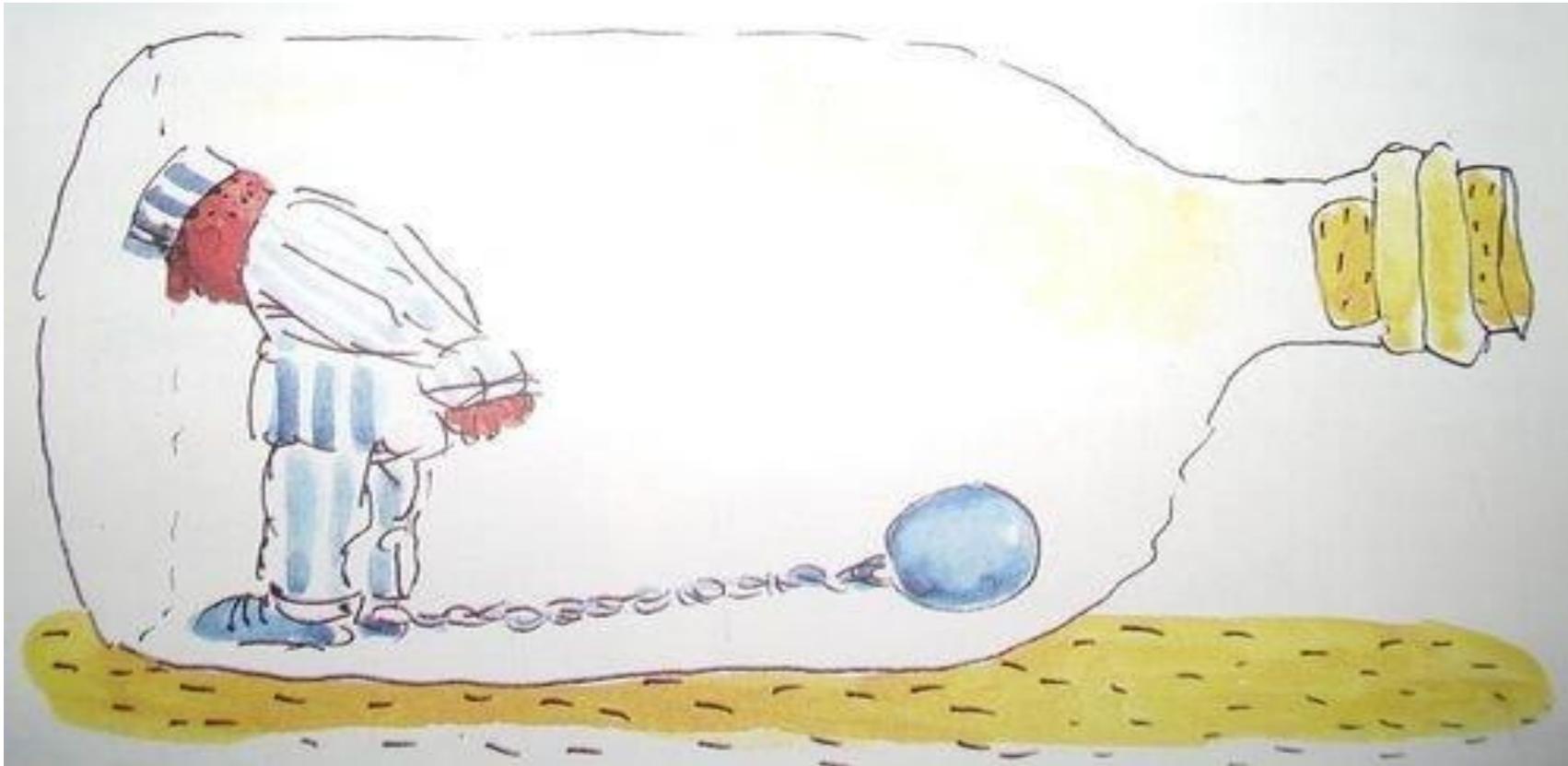
# Зачем люди обращаются к алкоголю?

Это использование для бегства от стресса, одиночества, скуки, неурядиц...



# Можно излечить алкоголизм?

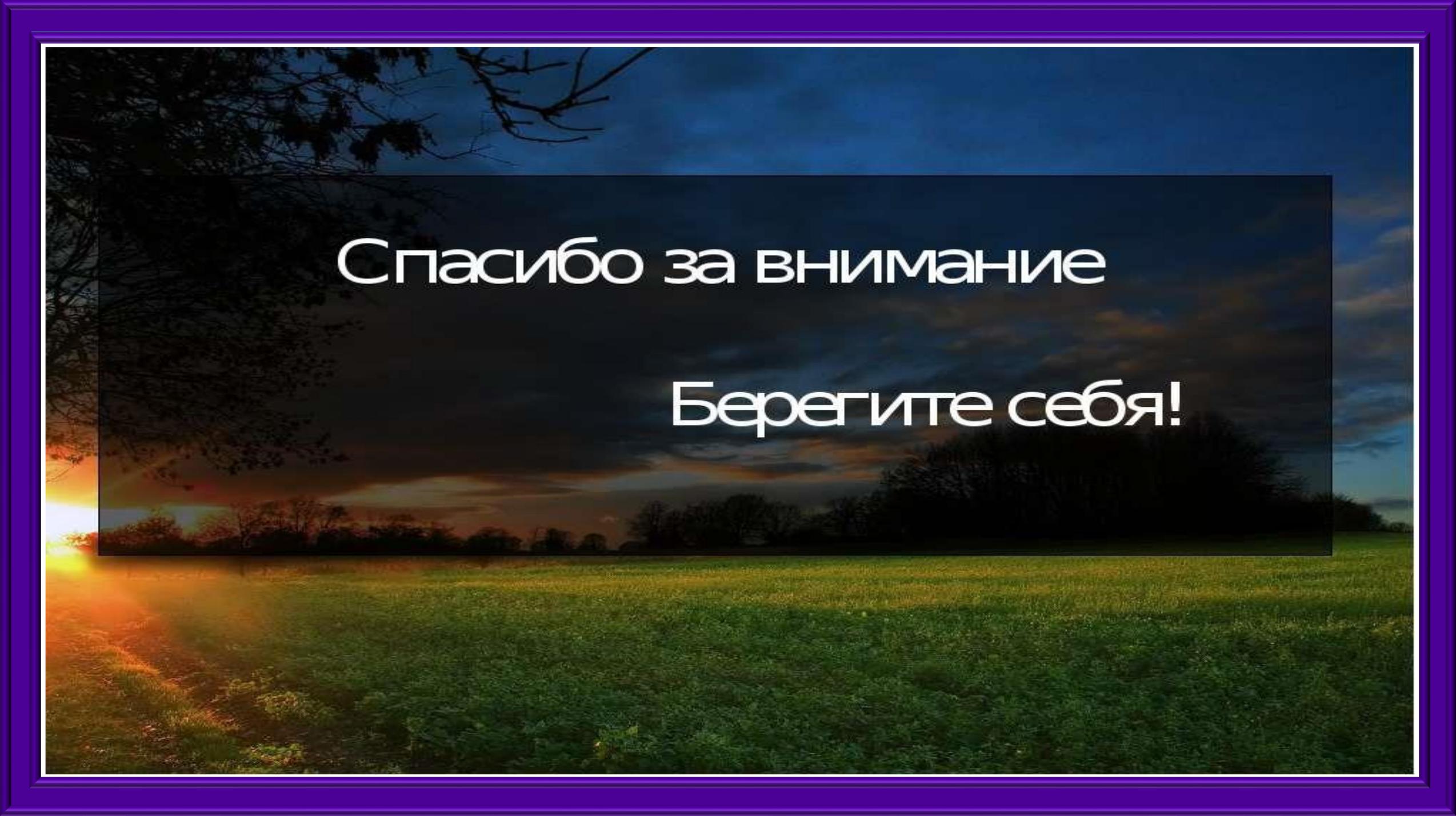
Эффективность лечения невысока. Воздержание от алкоголя даётся больным трудно. Непросто признать своё бессилие перед алкоголем! А ведь часто подросток получает первую рюмку из рук родителей...



**НЕТ!**



**УМЕЙ СКАЗАТЬ**

A sunset scene over a green field. The sun is low on the left, casting a golden glow over the grass. The sky is dark blue with some clouds. Silhouetted trees are visible in the background.

Спасибо за внимание

Берегите себя!