

# Скажи сигаретам «НЕТ»



*31 мая - Всемирный день  
без табака*

# Историческая страница

Листья и семена табака были привезены из Америки в 1492 году моряками экспедиции Христофора Колумба. При встрече с матросами индейцы пытались в знак дружбы угощать их табаком. Если кто-либо отказывался от предлагаемой «Трубки мира», это воспринималось индейцами как враждебное к ним отношение.



# Жан Нико и Екатерина Медичи

В Европу табак попал в 1559 году. Жан Нико, бывший послом в Испании, привез листья и семена табака во Францию. Он подарил нюхательный табак своей королеве Екатерине Медичи для лечения головных болей. Тогда и появилась мода нюхать табак, причём ему приписывались целебные свойства. От фамилии Нико произошло слово «никотин» - так называют основной компонент табака, самый ядовитый.



# Михаил Фёдорович Романов

В Россию табак завезли в конце 16 века польские и английские купцы, казаки. Табак был встречен не очень приветливо. В период царствования, Михаила Фёдоровича, за курении полагалось серьезное наказание – от 60 ударов палок по стопам до отрезанием носа и ушей и ссылки в Сибирь. Торговцев табаком ждала смертная казнь. После опустошительного пожара Москвы в 1634 года курение было запрещено под страхом смерти.



# Алексей Михайлович Романов

При Алексее Михайловиче борьба с потребителями табака усилилась еще больше. В специальном «Соборном Уложении» от 1649 года, «было велено всех у кого будет найдено «богомерзкое зелье, бить на козле кнутом пока не признаются, откуда получено». Частых торговцев табаком повелевали пороть, резать им носы и ссылат в дальние города. Он внес запрет на курение.



# Пётр Первый

11 февраля 1697 года царь Пётр I подписал указ, которым разрешил свободную продажу табака по всем питейным заведениям России. До этого момента табак в России был, но находился под запретом для крестьян и ремесленников. Считалось, что табак целебен, его дым отпугивает болезни, злых духов, стимулирует и успокаивает. Приготовленные из табачных листьев микстуры вызывали часто отравления. Это заставило правительство вести борьбу с курением.



# Болезни, вызываемые курением:

Берегите  
своё здоровье!!!  
Пусть в вашей жизни  
не будет страшного и  
непоправимого!



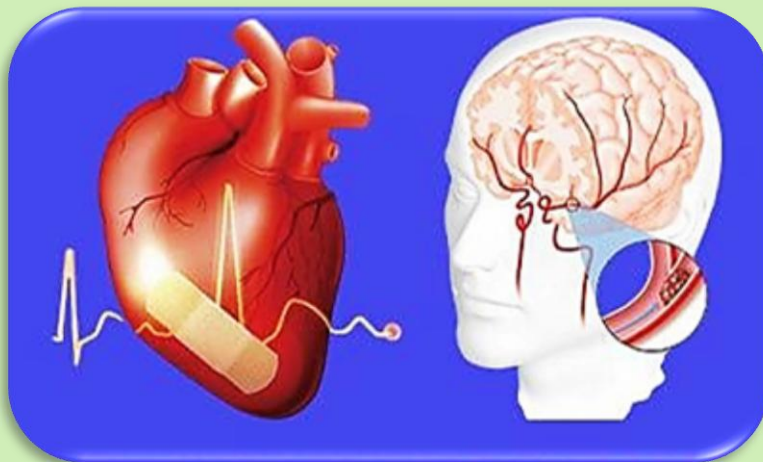
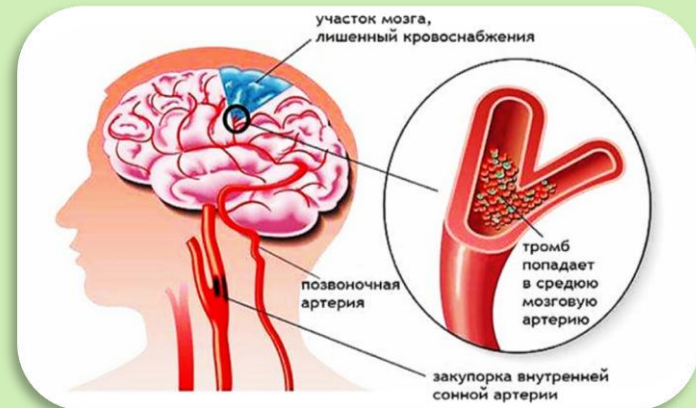
# Табачный дым и зубы

Дым от сигарет делает зубы желтыми и разрушает эмаль. Поражается слизистая оболочка дёсен, неба, щек. Неприятный запах изо рта. Голос становится хриплым.



# Табак и сердце

**Курение вызывает склероз сосудов и становится одним из важнейших факторов, повышающий риск инфаркта миокарда, инсульта, заболеваний артерий сердечной мышцы и мозга.**



# Курение и лёгкие



Вдыхание дыма в легкие приводит к бронхитам, создает опасность пневмонии, повышает вероятность раковых заболеваний.

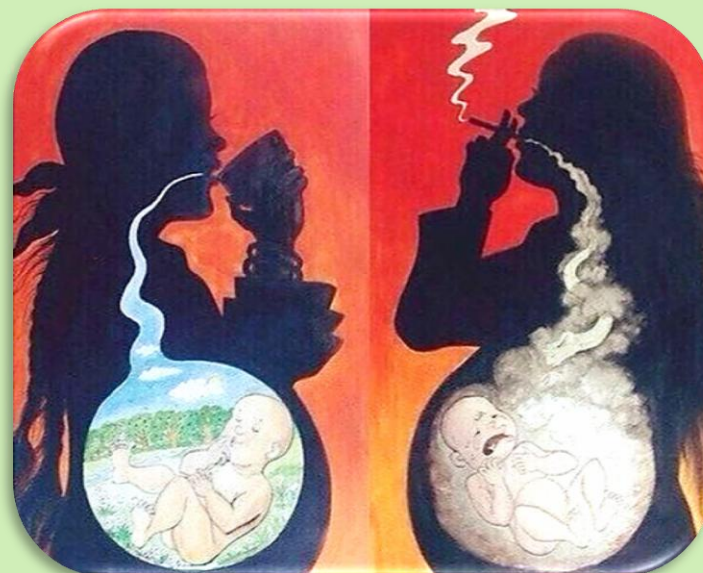


## Влияние табака на органы дыхания



# МАЛЫШ – МАМА НЕ КУРИ!

- Задержка развития
- Пороки сердца
- Малый вес ребёнка
- Недоношенный ребенок
- Преждевременные роды
- Рождение мертвого ребенка
- Выкидыши



# Скажем курению «НЕТ!»



# «От курения тупеешь, оно несовместимо с творческой работой»

И. Гёте

Прекращение  
курения –  
единственный  
правильный шаг  
в сохранении  
здоровья.



**«Табак приносит вред телу, разрушает  
разум, оупляет целые нации»**

**О. Бальзак**



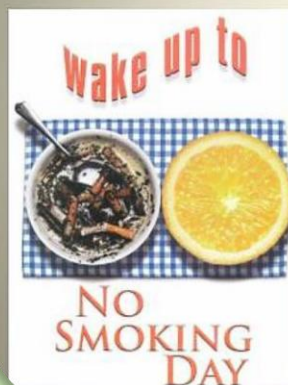
# Курить бросают все — умные еще при жизни



- 1 сигарета сокращает жизнь на 15 мин;
- 1 пачка сигарет — на 5 ч;
- тот, кто курит 1 год, теряет 3 месяца жизни;
- кто курит 4 года — теряет 1 год жизни;
- кто курит 20 лет — 5 лет;
- кто курит 40 лет — 10 лет

*Итак, для первой части населения проблемой является бросить курить, для второй — не «заразиться» привычкой курить, избежать влияния курящего общества и сохранить свое здоровье.*

***Так будьте здоровы!***



# **Курение или здоровье – вам выбирать!**

**Сигаретная страна –  
Очень мрачная она,  
Кто хоть раз в неё ступил,  
Сигарету закурил,  
Тот во многом прогадал,  
тот здоровье потерял.**

**Лучше спорт, компьютер, книжки  
Для девчонок и мальчишек.**

**Научись ответить «НЕТ»  
Любой пачке сигарет!**

