

19 ноября
Всемирный день
борьбы с курением

**СКАЖИ
КУРЕНИЮ**



День борьбы с курением

Международный день отказа от курения был установлен американским онкологическим сообществом в 1977 году. С тех пор он ежегодно отмечается *в третий четверг ноября.*

По данным Министерства статистики и анализа Республики Беларусь курят 54,4% мужчин

Наука XXI века утверждает:

курение убивает;
НИКОТИН – ЭТО НАРКОТИК,
который **по силе**
привыкания стоит
на одной планке
с **героином.**

Учёные и медики
всего мира в один голос
говорят об этом



В возрасте 30-39 лет количество курящих составляет 64,8% у мужчин и 14,9% - у женщин. Многие белорусские дети совершают «курительный дебют» в 12-13 лет. 73% заядлых курильщиков попробовали курить до 17 лет, т.е. еще в период обучения в школе.

В возрасте 14-17 лет курящие составляют 34,2%. Ущерб и смертные случаи, связанные с табаком – это не только статистика, это трагедия.

В составе сигареты есть всё перечисленное на схеме и не только...





По данным Всемирной организации здравоохранения ежегодно во всем мире табак убивает 5 миллионов людей – по 11 тысяч человек каждый день. В Беларуси от болезней, связанных с курением, ежегодно умирают около 15,5 тысяч человек.

*По статистическим прогнозам к 2020 году табак будет ведущей причиной смерти 10 миллионов жителей Земли ежегодно. **Постарайтесь не быть среди них!***

Рамочная конвенция ВОЗ 2003 г



Всемирная Организация Здравоохранения разработала Рамочную конвенцию и опубликовала её 16 июня 2003 года для подписания странами, желающими подключиться к всеобщей борьбе с табакокурением. За короткий промежуток времени РКБТ была **подписана 126 странами** (кроме России и США). Спустя три года Россия тоже присоединилась к Рамочной конвенции.

Почему США до сих пор остались в стороне?

США производят больше табачной продукции, чем все страны мира вместе взятые. США — самый крупный экспортёр табака и самый крупный поставщик смерти.

Продолжая курить, вы поддерживаете чужую экономику.

Продолжая курить, резервируйте деньги на уплату штрафов

Страна	Где запрещено курение	Мера наказания	Объем ответственности
Россия	Рабочие места, транспорт, спортивно-культурные учреждения, органы государственной власти	Административная, ответственность несет владелец помещения	7—10 евро
Казахстан	Повсюду, кроме квартир и домов курильщиков.	Административная, ответственность на владельце помещения и курильщике.	60 — 360 евро
Германия	Общественные места, вокзалы общественный транспорт	Административная, ответственность на владельце помещения и курильщике	15—1000 евро
Израиль	Рабочие места, транспорт, спортивно-культурные учреждения, органы государственной власти, храмы, территории приватной собственности в присутствии детей до 12 лет	Уголовная штраф + тюремное заключение	180 тысяч евро
Беларусь	Рабочие места, транспорт, спортивно-культурные учреждения, органы государственной власти.	Административная	1 — 36 евро

По медицинской статистике 75% людей, умерших от инфаркта миокарда, были курильщиками; каждый курильщик сокращает себе жизнь на 5-10 лет. Активным и «пассивным» курильщикам грозит опасность получить болезни нервной, дыхательной и других систем организма.

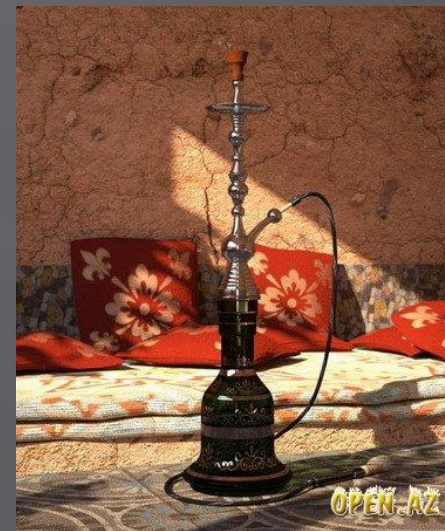
Стоит ли человеку рисковать своим здоровьем и столь значительно сокращать себе жизнь из-за такого сомнительного удовольствия?

Необходимо хорошо подумать, прежде чем сделать выбор: курить или не курить.



Новое увлечение ...

По данным Всемирной организации здравоохранения, курение кальяна по многим параметрам вреднее сигарет. За один час курения кальяна человек вдыхает в **100—200 раз больше дыма**, чем при выкуривании одной сигареты, при этом происходит попадание в легкие **большого количества угарного газа**, несмотря на меньшее содержание вредных веществ и никотина. Курильщик кальяна за 45 минут потребляет больше угарного газа, чем при выкуривании пачки сигарет (при температуре угля в кальяне 600° - 650° °C). Кальян обычно курят в компании, поэтому велика опасность передачи через слюну на мундштуке некоторых заболеваний.



Радиация табачного происхождения вкупе с другими канцерогенными веществами – главная причина возникновения рака

При выкуривании в день 20-25 сигарет за 30 лет курильщик пропускает через свои легкие 150-160 килограммов табака и не умирает только оттого, что вводит его небольшими дозами. Табачный дым вызывает и обостряет многие болезни, действуя практически на все органы. Учеными установлено, что при выкуривании одной пачки сигарет человек получает дозу радиации в семь раз большую той, которая признана предельно допустимой.



Систематическая работа по борьбе с курением обусловила положительные результаты



По данным социологического исследования 2010 года, по сравнению с 2001 годом количество курящих снизилось на 11% и составило 30,6 %. Более половины (55,7%) курящих выражают желание бросить курить. По сравнению с данными 2008 г. наблюдается положительная тенденция увеличения доли желающих бросить курить на 4,8% (среди женщин - на 8,6%, среди мужчин - на 3,7%).

Ежегодно проводятся Единые дни здоровья (Всемирный день без табака, Всемирный день здоровья и т.д.), праздники, акции. Наиболее яркая из таких акций – республиканская акция «Беларусь против табака», которая впервые проведена в период с 10 по 31 мая 2011 года под девизом «Жить без табака!» .

Нужно ли тебе всё это:

В табаке содержится примерно 5 % никотина, в сигаретах – от 8 до 20 мг никотина (в зависимости от марки сигарет), с каждой выкуренной сигаретой организмом поглощается приблизительно 1 мг.

Никотин – это встречающийся в природе жидкий алкалоид. Алкалоид – это органическое соединение углерода, водорода, азота и в некоторых случаях кислорода, оказывающее сильное воздействие на организм человека.

Никотин может привести к следующим заболеваниям:

- рак
- эмфизема
- сердечно-сосудистые заболевания
- инсульт.

Многие из этих заболеваний обусловлены химическими веществами, содержащимися в сигаретном дыме или жевательном табаке.



Мы все в ответе за будущее наших детей, наших близких, и должны сделать все возможное, чтобы защитить их жизнь и здоровье от пагубного влияния табака. Только объединившись можно добиться успеха! Главное – каждому осознать, насколько прекрасным может быть мир без табачного дыма и сделать все возможное, чтобы он стал таким! И это – в наших силах!

***Ваша последняя сигарета уже
выкурена?***

*Это Ваше решение искренне поддерживают подготовившие презентацию студенты группы Ф-34пр физического факультета
А.И. Коляда и Е.В. Ковальков*