



Ежедневно 3000 детей начинают курить. Они, должно быть, не знают правды о табаке – если бы знали, то держались бы от него подальше!

НИКОТИН - ВРАГ ЗДОРОВЬЯ!

Рак легкого, бронхиальная астма, инфаркт миокарда, аллергия, гастрит - вот неполный список заболеваний, которые вызваны курением.

Курение особенно опасно для организма детей и подростков

Страдает нервная система - снижается память, появляется раздражительность, сонливость. Нарушение функции эндокринных желез может привести к замедлению роста и полового созревания.

Если человек начал курить в 15 лет, то продолжительность его жизни уменьшается на 8 лет.

ФАКТЫ ИЗ ЖИЗНИ:

Мужчина, снимавшийся в рекламе Marlboro, умер от рака легких. Другая фотомодель, мужчина, снимавшийся в рекламе Winston, парализован вследствие курения, он уже больше никогда не сможет лазить по горам, как те смелые парни, которых он изображал в рекламе.

Реклама сигарет часто идет на фоне опрятных, безопасных декораций, демонстрирующих здоровый образ жизни, и она никогда не показывает сам процесс курения. В ней и намек нет на то, как ужасно пахнет дымящаяся сигарета!



Памятка родителям по профилактике табакокурения среди детей и подростков.

Для успешной профилактики курения необходимо знать, почему подростки начинают курить и постараться устранить причины.

Специалисты считают, что риск приобщения к табакокурению у подростков определяется главным образом, следующими причинами:

- **Курение родителей**

Ребенок невольно, с раннего детского возраста фиксирует эту привычку родителей. Она закладывается в его сознании как черта облика родителя.

Он учится связывать эмоционально-психологическое состояние родителей после выкуренной сигареты. Регулярно наблюдая родителей с сигаретой, это будет бессознательно восприниматься как атрибут элегантности (если курит мама) или мужественности (если дымит папа).

- **Злоупотребление алкоголем в семье**

Известно, что две эти вредные привычки тесно взаимосвязаны, и как правило в неблагополучных семьях родители, увлекающиеся злоупотреблением алкоголя активно курят.

Нельзя не упомянуть о **пассивном курении**. Пассивным курением называют вдыхание некурящим сигаретного дыма. Пассивными курильщиками являются те, кто находится в накуренном помещении. К сожалению, взрослые не придают должного значения своему курению в присутствии детей, не задумываясь о том, что дети, находящиеся в накуренном помещении, фактически тоже курят. Исследования показали следующее:

- *дети курящих родителей чаще страдают бронхо-легочными заболеваниями;*

- *курение родителей утяжеляет течение бронхиальной астмы у детей, а также увеличивает частоту синдрома внезапной смерти у новорожденных.*

Не курите дома!