

ПРОФИЛАКТИКА КУРЕНИЯ, АЛКОГОЛИЗМА И НАРКОМАНИИ У ПОДРОСТКОВ

АЛКОГОЛЬ УПОТРЕБЛЯТЬ – СЕБЯ УБИВАТЬ

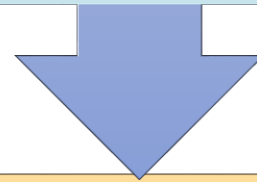
АЛКОГОЛИЗМ – наркотическая зависимость, характеризующаяся болезненным пристрастием к употреблению алкогольных напитков и поражением внутренних органов

ПРИЧИНЫ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Наследственность

Психическая или эмоциональная
предрасположенность

Социально-экономические
условия



СТАДИИ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Первая – сопровождается изменением реактивности к алкоголю (снижается доза, необходимая для достижения пьяного состояния)

Вторая – характеризуется усилением психологической зависимости к употреблению алкоголя.

Третья – психологическая зависимость уже тесно связана с физической (появление новых заболеваний организма)

**АЛКОГОЛЬ
— ЯД**

**ЧЕМ ОПАСЕН
АЛКОГОЛЬ:**

- быстро расстраивает работу тканей и органов, отнимая у них кислород и воду;
- губит клетки разных органов;
- нарушает физиологические процессы;
- приводит к тяжёлым заболеваниям.

**ОН ГУБИТ
ТВОЮ ЖИЗНЬ,
ВЕДЁТ
К ТЯЖЕЛЫМ
ЗАБОЛЕВАНИЯМ:
ГЕПАТИТУ,
ЦИРРОЗУ ПЕЧЕНИ,
ПАТОЛОГИИ
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ
СИСТЕМЫ,
БРОНХИТУ,
ПНЕВМОСКЛЕРОЗУ,
ТУБЕРКУЛЕЗУ,
САХАРНОМУ
ДИАБЕТУ,
АНЕМИИ.**

**К АЛКОГОЛЮ
НЕ ПРИКОСНУСЬ
НИКОГДА.
ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ
ЖИЗНИ
ВЫБИРАЮ**

**ОН ГУБИТ
ТВОЮ ЖИЗНЬ!**

ЧТО НЕСЕТ ПОДРОСТКУ АЛКОГОЛЬ?

СБОИ В РАБОТЕ ЖКТ

ПОВРЕЖДЕНИЕ ПЕЧЕНИ, РАЗВИТИЕ ГЕПАТИТА, ЦИРРОЗ ПЕЧЕНИ

НАРУШЕНИЯ В РАБОТЕ ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

ЧАСТЫЕ ПАТОЛОГИИ СЕРДЕЧНОСОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ

ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК И МОЧЕВЫВОДЯЩИХ ПУТЕЙ

ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

СНИЖЕНИЕ ИММУНИТЕТА

ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ РАССТРОЙСТВА

НАШ ВЫБОР – В ПОЛЬЗУ ТРЕЗВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ!

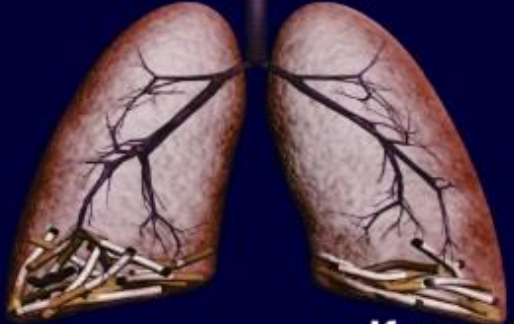


БЕЗВРЕДНОГО ТАБАКА НЕ БЫВАЕТ

КУРЕНИЕ — это никотиновая зависимость, которая разрушительно воздействует на различные органы и системы организма.

НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ — состояние патологического влечения к табаку, которое рано или поздно развивается у 90% курильщиков.

60% хронических курильщиков, имеющих никотиновую зависимость, честно признают себя наркоманами, которые были бы рады отказаться от своей привычки, но не в состоянии этого сделать.



**ВЛИЯНИЕ
НИКОТИНА
НА ОРГАНИЗМ**

Курение вредит здоровью:

- провоцирует возникновение рака лёгких и другие заболевания дыхательной системы;
- истощает нервные клетки: подростки становятся рассеянными, невнимательными, медленнее соображают и быстро утомляются;
- вызывает патологию зрительной коры, изменяя цветоощущения и зрительное восприятие в целом, что может негативно повлиять на остроту зрения;
- неблагоприятно влияет на деятельность щитовидной железы, нарушает сон, общее состояние здоровья;
- преждевременно изнашивает сердечную мышцу.

СКАЖИ

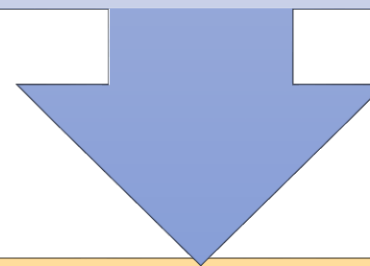
КУРЕНИЮ



НЕТ!

БОРЬБА С КУРЕНИЕМ ЭТО

борьба за здоровье человека, его сознательное отношение к сохранению и укреплению своего здоровья



ЧТОБЫ НЕ ПОГУБИТЬ СЕБЯ, НАДО ТВЕРДО ПОМНИТЬ

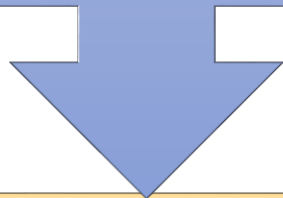
никотин это яд,
вызывающий
наркотическую
зависимость

курящий травит не
только себя, но и
окружающих

никотин вызывает
разрушительные изменения в
спинном мозге, воспаление
пояснично-крестцового
нервного сплетения

КАЖДОМУ ДОЛЖНО БЫТЬ ЯСНО, ЧЕМ НАРКОТИКИ ОПАСНЫ!

НАРКОМАНИЯ – заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества, которая проявляется влечением к постоянному их приему в возрастающих количествах.



НАРКОТИЧЕСКАЯ ЗАВИСИМОСТЬ – состояние человека, когда он постоянно думает о наркотиках, стремится получить их для определенных приятных ощущений или избавления от психического дискомфорта.

ПРАВДА
О НАРКОТИКАХ

НАРКОТИКИ:

- ! вызывают психическую и физическую зависимость
- ! делают человека слабым и безвольным
- ! часто приводят к несчастным случаям и гибели
- ! уничтожают дружбу, разрушают семьи
- ! толкают людей на преступления
- ! являются источниками многих заболеваний
- ! приводят к рождению больных детей

НАРКОТИКИ – ЭТО
СМЕРТЬ



КАК СКАЗАТЬ «НЕТ!»

Жесткое «НЕТ!» с повышением тона голоса и решительным отстраняющим жестом.

Презрительно «НЕТ!», уходя от того, кто предлагает.

«НЕТ!» в форме обвинения «Я же сказал «НЕТ», ты что, слов не понимаешь?»

Спокойно-уверенное «НЕТ!» и взгляд прямо в глаза тому, кто предлагает наркотик.

«НЕТ!» «Это не для меня!»

«НЕТ!» «Я знаю, чем это кончится. И ты знаешь».

«НЕТ!» «Я собираюсь жить долго и не тороплюсь на тот свет».

Полное молчание, сопровождающееся мимикой и жестами, не оставляющими сомнения в категоричности отказа.

ТЫ – ЧЕЛОВЕК И ТЕБЕ ВЫБИРАТЬ, ЖИТЬ ИЛИ УМИРАТЬ...

*Что есть жизнь - это вечный вопрос,
Но решать его надо всерьез.
Жизнь прекрасна и бесконечна,
Если только она человечна!
Посмотри! Как прекрасна земля!
Реки, горы, леса и поля
Это все – наша жизнь и вовек
Ты в ответе за жизнь человек!*

