

Немного о «Спайсах».

В чём их ОПАСНОСТЬ:

1. От употребления подобных курительных смесей страдает человеческая психика. При употреблении «спайса» появляются галлюцинации, тревога, рвота, чувство панического страха. Очень часто любители покурить «спайс» попадают в психиатрические лечебницы.

Воздействие компонентов дыма «миксов» на ЦНС зависит от состава смеси. Реакции курильщика могут быть весьма многообразны: беспричинный смех или плач, нарушение способности сосредоточиться, галлюцинации.

Известны случаи, когда «обкурившиеся» подростки отправлялись на прогулку через окно 8-го этажа; срывали с себя одежду и бегали голышом по морозу; находясь в жутком психозе, сидели на дороге и боялись куда-то пойти (им было страшно просто встать).



2. Страдает весь организм в целом: легкие, печень, мозг, и ряд других органов.

Капилляры мозга, пытаясь не пропустить яд к «основному центру управления», резко сужаются. В результате кровь просто не может снабжать мозг кислородом. Как и любые другие клетки, клетки мозга, лишённые кислорода, погибают. Именно этот эффект и нравится подросткам: возникает ощущение легкости и беззаботности. Но стоит ли платить за это своим мозгом?

Изготовление, распространение и хранение курительных смесей уголовно наказуемы: за незаконный оборот психотропных веществ статья 228 Уголовного кодекса
наказание до 20 лет



**Сегодня модно быть
Здоровым!**



использованы интернет-ресурсы

Составители: волонтеры техникума

Вурнарский сельскохозяйственный техникум
Минобразования Чувашии

«НЕ ВЫКУРИ МОЗГИ!!!»



**“Табак приносит вред
телу, разрушает разум,
отупляет целые нации”**

О. Де'Бальзак.



акции – плакаты с фотографиями магнитно-резонансной томографии (МРТ) мозга курящего человека и некурящего. Не надо было быть врачом, чтобы увидеть разницу. Ощущение, что у курящего в черепе просто нет ничего! Акцию быстро свернули. В дело вмешались крупные концерны по продаже сигарет.



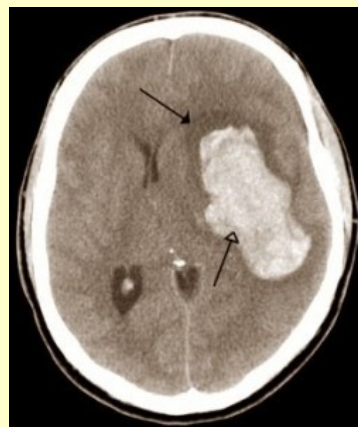
Нет органа, который бы не подвергался воздействию пагубной привычки – курения.

Курение изменяет состав крови, нарушает обмен веществ в организме, влияет на работу сердечно-сосудистой системы, вызывает болезни легких, желудка, глаз, мочеполовой системы, печени. Нет органа, который бы избежал обстрела.

Огромной опасности подвергается мозг. Ухудшение памяти, появление стойких головных болей, депрессивных состояний, разного рода неврозов и неврастений, бессонницы – это обычная симптоматика курящего человека.

Риск возникновения инсульта у курильщика во много раз выше, чем у человека некурящего.

Инсульт – это расстройство головного мозга, вызванное нарушением кровообращения в сосудах головного мозга. Инсульт делится: на ишемический, геморрагический и смешанный.



Так выглядит инсульт на томограмме.

Влияние курения на мозг

Интересные факты:

- влияние курения на мозг наступает уже через десять секунд после первой затяжки;
- курение признано Всемирной Организацией Здравоохранения психиатрическим заболеванием;
- курение является основной причиной возникновения рака мозга.

КОГДА ВЫ БРОСИТЕ КУРИТЬ...

...через 20 минут

ПОСЛЕ ПОСЛЕДНЕЙ СИГАРЕТЫ АРТЕРИАЛЬНОЕ ДАВЛЕНИЕ НОРМАЛИЗУЕТСЯ, ВОССТАНОВИТСЯ РАБОТА СЕРДЦА

...через 8 часов

НОРМАЛИЗУЕТСЯ СОДЕРЖАНИЕ КИСЛОРОДА В КРОВИ

...через 2 суток

УСИЛИТСЯ СПОСОБНОСТЬ ОЩУЩАТЬ ВКУС И ЗАПАХ

...через неделю

УЛУЧШИТСЯ ЦВЕТ ЛИЦА, ИСЧЕЗНЕТ НЕПРИЯТНЫЙ ЗАПАХ ОТ КОЖИ, ВОЛОС, ПРИ ВЫДОХЕ

...через месяц

СТАНЕТ ЛЕГЧЕ ДЫШАТЬ, ПОКИНЕТ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, ПЕРЕСТАНЕТ БЕСПОКОИТЬ КАШЕЛЬ

...через полгода

УЛУЧШАТСЯ СПОРТИВНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ - НАЧНЕТЕ БЫСТРЕЕ БЕГАТЬ, ПЛАВАТЬ, ПОЧУВСТВУЕТЕ ЖЕЛАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК

... через 1 год

РИСК РАЗВИТИЯ КОРОНАРНОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА СНИЗИТСЯ НАПОЛОВИНУ ПО СРАВНЕНИЮ С КУРИЛЬЩИКАМИ

...через 5 лет

РЕЗКО УМЕНЬШИТСЯ ВЕРОЯТНОСТЬ УМЕРЕТЬ ОТ РАКА ЛЕГКИХ ПО СРАВНЕНИЮ С ТЕМИ, КТО ВЫКУРИВАЕТ ПАЧКУ В ДЕНЬ