

***Жизнь  
прекрасна!***



**Здоровье** - это бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества.

**Здоровье** помогает нам выполнять наши планы, успешно решать жизненные основные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки.



***Не потратить  
её напрасно!***

Подготовил: социальный педагог MAOY  
«Ванзетурская СОШ»  
Косенко М.А.

**Доброе здоровье, разумно  
сохраняемое и укрепляемое  
самим человеком,  
обеспечивает ему долгую и  
активную жизнь.**

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ВАНЗЕТУРСКАЯ СОШ»



**Профилактика вредных  
привычек -  
алкоголь,  
курение, наркотики**

п. Ванзетур, 2024 г.

## КАК СИГАРЕТНЫЙ ДЫМ ВОЗДЕЙСТВУЕТ НА ЧЕЛОВЕКА?

- ❖ У курильщика очень большой риск заболеть раком легких.



- ❖ У тебя может появиться страшный кашель, голос станет некрасивым.
- ❖ Зубы от никотина желтеют, появляется неприятный запах изо рта.
- ❖ Возникает болезнь сосудов, болеет сердце.
- ❖ Расстройство нервной системы проявляется снижением трудоспособности, ослаблением памяти.
- ❖ Наблюдается снижение физической активности.
- ❖ Появляются аллергические заболевания.

## ВОЗДЕЙСТВИЕ АЛКОГОЛЯ НА ОРГАНИЗМ

- ❖ Характер влияния алкоголя на организм человека давно и подробно изучен физиологами и медиками.
- ❖ Что касается подростков, то острое алкогольное отравление приводит к значительным изменениям деятельности сердечнососудистой системы
- ❖ Алкоголь замедляет циркуляцию крови в сосудах мозга, приводя к постоянному кислородному голоданию его клеток, в результате чего наступает ослабление памяти и медленная психическая деградация.
- ❖ Потребление алкоголя вызывает общественное недовольство, похмелье и снижение работоспособности в краткосрочной перспективе;
- ❖ В долгосрочной перспективе оно вызывает необратимое повреждение печени, потерю памяти и ухудшение функционирования психики, бессонницу.

## КАК ВЫГЛЯДИТ ЖИЗНЬ НАРКОМАНА?

- ❖ Человек, который часто употребляет наркотики, становится зависим от них, приобретает пристрастие к их употреблению.
- ❖ Растущая доза разрушает печень, изменяет химизм мозга
- ❖ Становится все больше физиологических, психологических и социальных проблем.
- ❖ Ломкой – называют боли, которые испытывает человек. Когда он не употребляет наркотические вещества. Эту боль можно ликвидировать только дозой. Теряется смысл жизни, все его существование сводится к употреблению наркотиков. Эти люди часто больны СПИДом, и них отказывают конечности, из-за того что вены начинают гнить.

**Помни, что на иглу можно сесть начиная с легких наркотиков, к примеру покурить траву. А через пару лет твоими фотографиями будут пугать детей!!!**