

КАМ'ЯНСЬКИЙ МЕДИЧНИЙ КОЛЕДЖ



# Негативний вплив шкідливих звичок



# на молодий організм





# ЕШШТРАФ:

*«Руйнування природи – це процес вторинний, а первинний – це порушення гармонії в середині самої людини»*





# ДЕВІЗ:

“Я не маю права тобі вказувати, але я вважаю за потрібне попередити:

**ШКІДЛИВІ ЗВИЧКИ – ЦЕ ТВОЯ РОЗРУХА І ТВОЯ СМЕРТЬ”**



# Визначення понять:

## Шкідливі звички

— ряд звичок, що є шкідливими для організму людини.

Вони перешкоджають людині розвиватися як розумово, так і фізично.

**Серед цих звичок виділяють декілька найбільш шкідливих:**

наркоманія,  
алкоголізм,  
токсикоманія,  
тютюнопаління.

**Кожна з цих звичок викликають залежність людини від тої чи іншої речовини, яку вона вживає.**

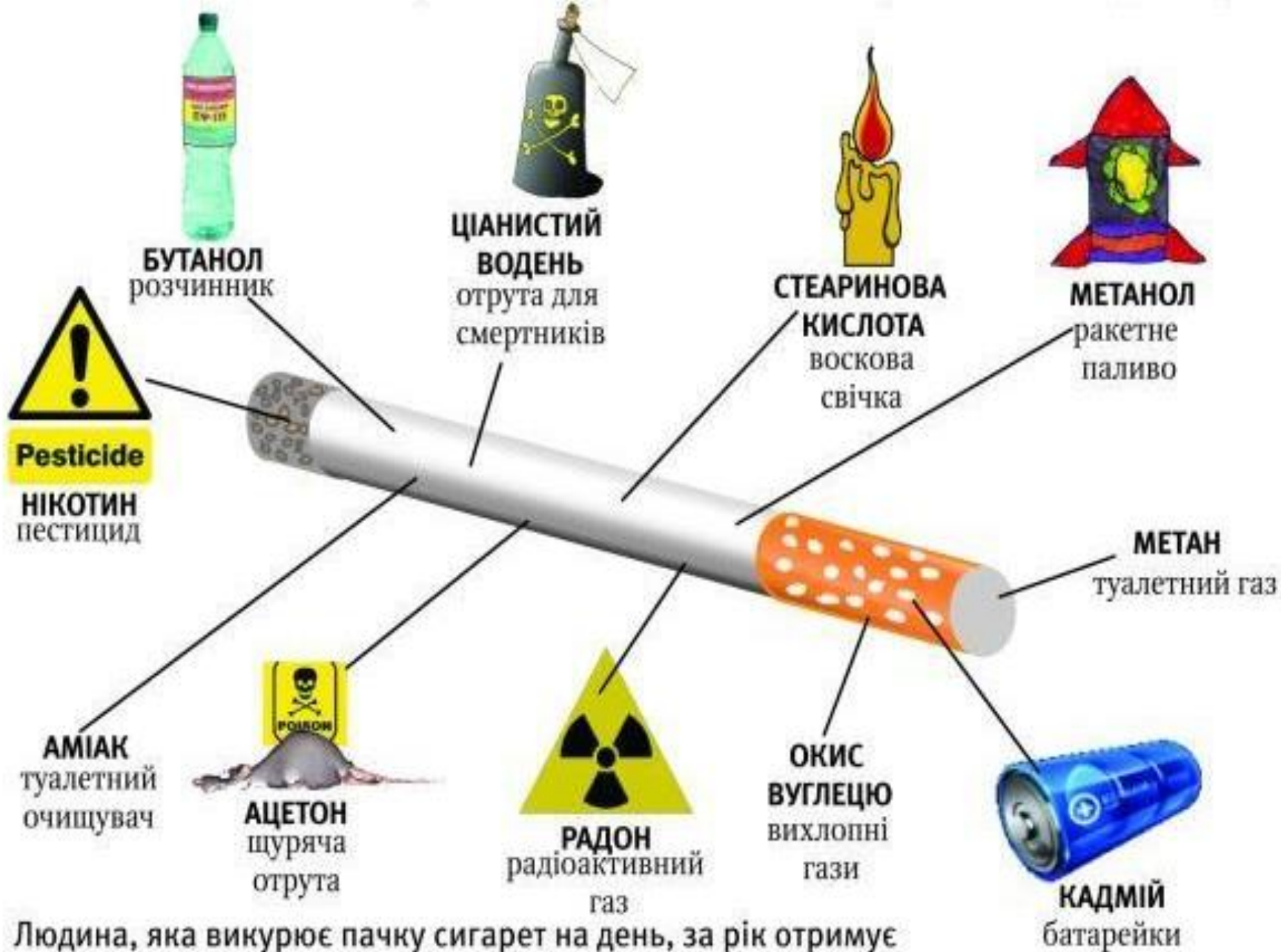




# Тютюнопаління

набута шкідлива  
звичка вдихання  
диму тліючого  
висушеного листа  
тютюну.





Людина, яка викурює пачку сигарет на день, за рік отримує дозу опромінення у 500 рентген.

# Склад тютюнового диму

Тютюновий дим містить більше  
4000 токсичних речовин:

- **НІКОТИН**

- **СМОЛА:**

- Канцерогени
- Органічні з'єднання
- Солі важких металів

- **ГАЗОПОДІБНІ  
РЕЧОВИНИ:**

- Чадний газ





# Тютюнопаління

Для людини  
смертельна доза  
нікотину складає  
від 50 до 100 міліграмів,  
або 2–3 краплі.

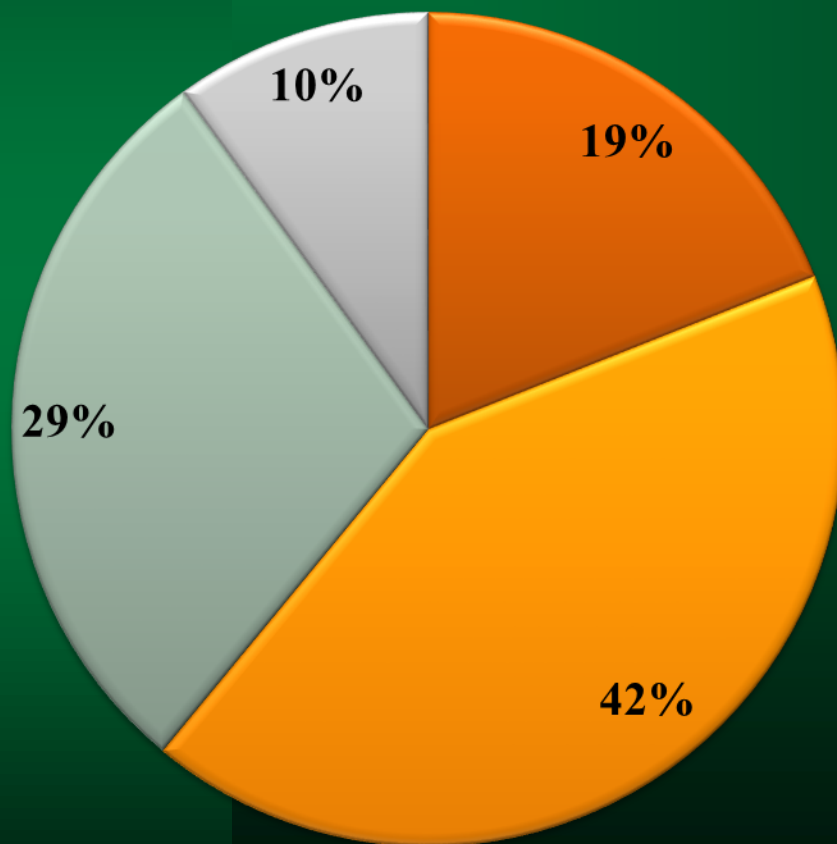






# Статистика паліїв у світі

Населення Землі - 7 430 000 мільярдів, з них палять приблизно 1,3 мільярди людей



## Серед паліїв :

- жінок
- чоловіків
- підлітки(до 18р.)
- люди похилого віку

# Тютюнопаління в Україні

Україна відноситься до країн с високим рівнем паління - більш ніж 60% чоловіків і близько 30% жінок.

Паління серед  
чоловіків

Паління серед  
жінок



Не палять

40%

60%



Палять



Не палять

70%

30%



Палять



**Збитки від паління**

**2 МЛН. \$**







# Тютюнопаління

Україні щороку від  
хвороб пов'язаних  
з курінням  
помирає 120 тисяч  
чоловік

# ЧОМУ ПІДЛІТКИ ПАЛЯТЬ?





# "3 ШКАВОСТИ"

## "3 ШКАВОСТИ"



"ЩОБ ЗДАВАТИСЯ ДОРΟΣЛІШИМИ"







# "За компанію".



**"ДЛЯ ТОГО ЩОБ СХУДНУТИ"**



# КУРІННЯ – «за» та «проти»



«за»

1. з цікавості
2. щоб здаватися дорослішими
3. за компанію
4. щоб схуднути

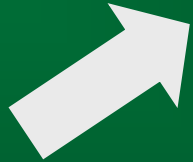
«проти»



# ВПЛИВ НІКОТИНУ



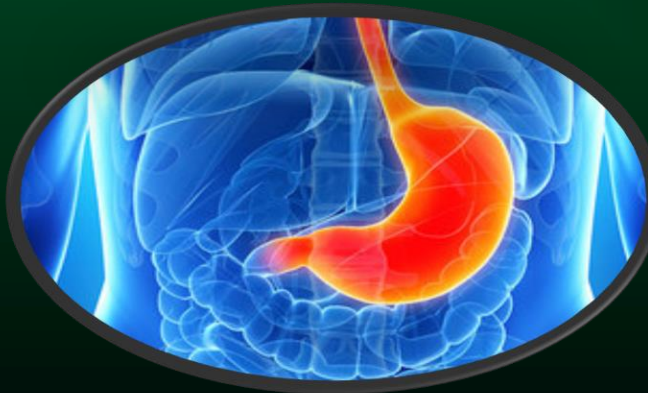
*Нікотин  
наносить  
удар*



Легені



Серце



Шлунок





# Куріння забирає життя



# ОТРУЮЮЩЕ ОРГАНИЗМ



## Cigarette consumption per person, 2007

Selected countries



Source: ERC



# Захворювання ротової порожнини, викликані палінням:



**Гінгівіти**(запалення  
тканин ясен)



**Меланоз** язика



**Утворення** зубного  
нальоту



**Стоматит**



**Рак** піднебіння



**Збільшення**  
бактериальної  
колонізації  
в ротовій порожнині

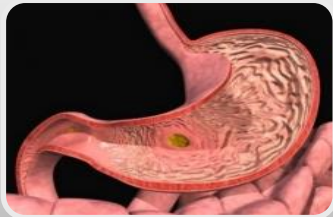


**Рак** гортані

# Захворювання викликані палінням: хвороби шлунково-кишкового тракту



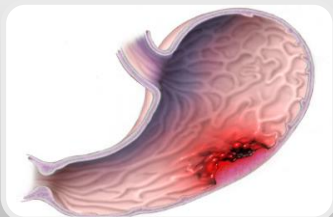
**Рак стравоходу** (він знаходиться на другому місці після раку легень, як найбільш поширене тяжке захворювання, пов'язане з курінням).



**Пептична виразка:** 23% випадка розвитку виразок пов'язано з курінням.



**Рак різних відділів шлунково-кишкового тракту.**

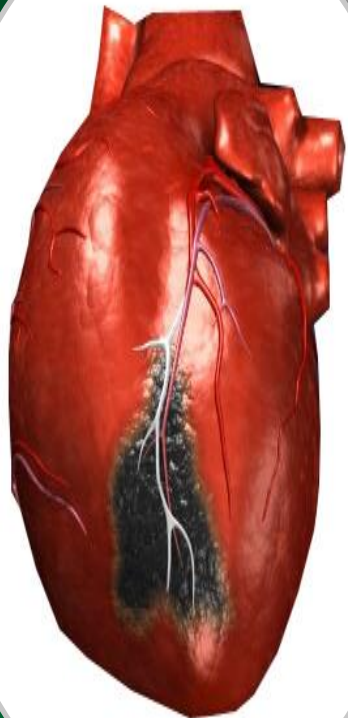


**Рак шлунку.**



# Захворювання викликані палінням

## Серцево-судинні хвороби



- Коронарна хвороба серця
- Інфаркт міокарду
- Гіпертонія
- Оклюзія периферичних судин
- Аортальна аневризма
- Порушення мікроциркуляції
- Атеросклероз
- Констрикція коронарних судин
- Ішемія хвороба серця
- Порушення згортання крові

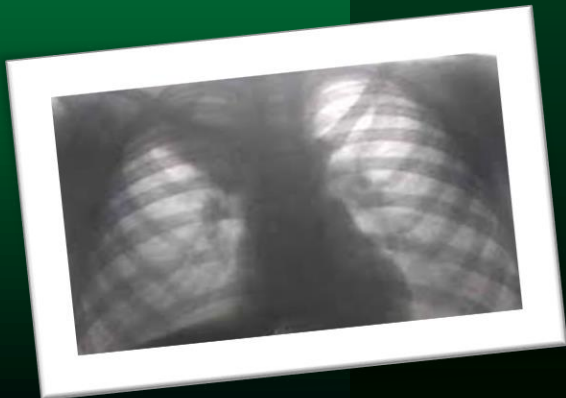


# Захворювання викликані палінням

## Захворювання органів дихання

- Рак легень
- ХОЗЛ
- Туберкульоз
- Бронхіальна астма

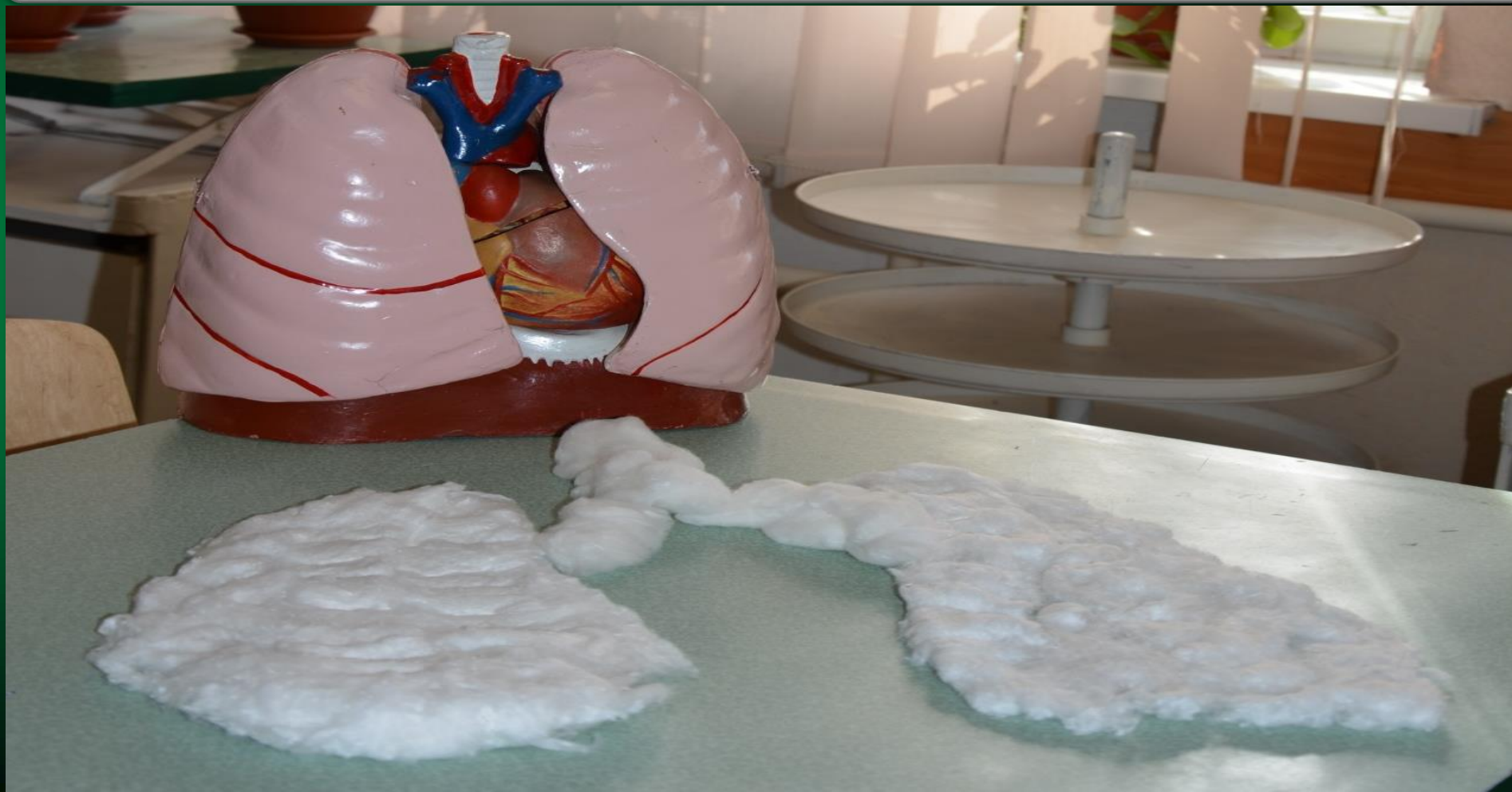
- Пневмонії
- Емфізема





# Наочна демонстрація дії ТЮТЮНОВОГО ДИМУ НА ЛЕГЕНІ КУРЦЯ:

Ми взяли пластикову пляшку – це «людина»,  
вату – це «легені людини».





# Наочна демонстрація дії ТЮТЮНОВОГО ДИМУ НА ЛЕГЕНІ КУРЦЯ:

Вату поміщаємо в пляшку.







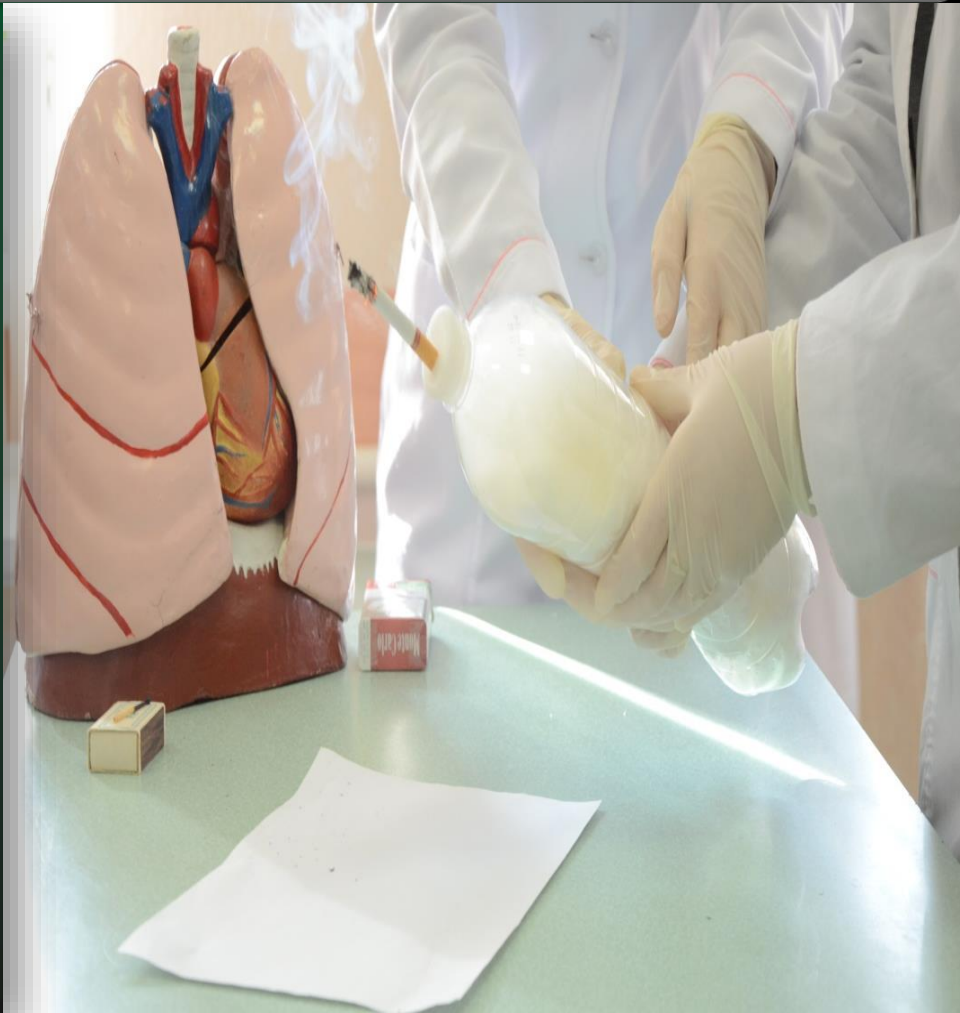
# Наочна демонстрація дії ТЮТЮНОВОГО ДИМУ НА ЛЕГЕНІ КУРЦЯ:

В отвір пляшки розміщуємо цигарку – це «людина, яка палить»



# Наочна демонстрація дії ТЮТЮНОВОГО ДИМУ НА ЛЕГЕНІ КУРЦЯ:

«Людина - закурила»







# Наочна демонстрація дії ТЮТЮНОВОГО ДИМУ НА ЛЕГЕНІ КУРЦЯ:

Вдих та видих імітуємо, натискаючи на пляшку





# Наочна демонстрація дії ТЮТЮНОВОГО ДИМУ НА ЛЕГЕНІ КУРЦЯ:

Результат: стінка пляшки та вата потемніли





# Наочна демонстрація дії ТЮТЮНОВОГО ДИМУ на легені курця:

Результат: з пляшки йшов неприємний запах





# Наочна демонстрація дії ТЮТЮНОВОГО ДИМУ НА ЛЕГЕНІ КУРЦЯ:

**Здорові легені**



**Рак легень**





# ПРО ШКІДЛИВІСТЬ ПАЛІННЯ



- У чоловіків, які палять у 3 рази частіше зустрічаються випадки імпотенції в порівнянні з некурцями.
- Жінки, які палять страждають фригідністю в 2,5 рази частіше в порівнянні з некурящим



## *Ти маєш це знати!*

- у людей, що палять вміст вітаміну С в крові менше в 2 рази;
- здатність крові забезпечувати тканини киснем знижується на 5-10%;
- при тривалому палінні погіршується зір, порушуються нюх (слабо розрізняють запахи) і смак (не відчувають солодкого);
- шкіра людини, що палить старіє швидше;
- люди, що палить нервово виснажені більше, ніж інші.

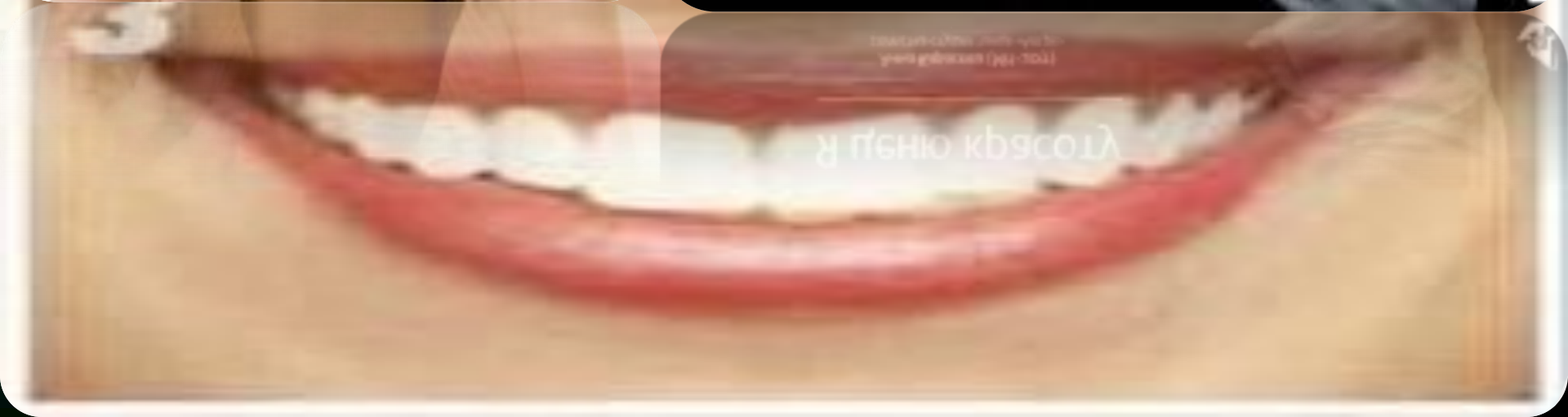


# Курить мати – страждає дитя



- у жінок, що палять, в 2 - 3 рази частіше народжуються недоношені діти
- у 40% жінок, що викурюють більше 10 сигарет в день, маленькі діти мають схильність до судом і епілепсії

# Не модно





# Отруює некурящих





# ПРИЧИНА ПОЖЕЖ



**Не кури в ліжку**

попіл, який прийдеться потім підмітати,  
МОЖЕ ВИЯВИТИСЬ ТВОЇМ ОСОБИСТИМ

# Заборонено законом



## КУРИТИ ЗАБОРОНЕНО

В ПРИМІЩЕННЯХ ЗАКЛАДІВ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА, НІЧНИХ КЛУБІВ ТА ДИСКОТЕК

З 16 грудня 2012 року куріння тютюнових виробів, а також електронних сигарет і кальянів згідно з ними до Закону<sup>1</sup> забороняється у приміщеннях закладів ресторанного господарства<sup>2</sup>:



КУРИТИ ЗАБОРОНЕНО!



в під'їздах житлових будинків  
КУРИТИ ЗАБОРОНЕНО!





# КУРІННЯ – «за» та «проти»

## «за»

1. з цікавості
2. щоб здаватися дорослішими
3. за компанію
4. щоб схуднути

## «проти»

1. забирає життя
2. отруює організм
3. додає хвороби
4. призводить до смерті
5. забирає гроші
6. отруює некурящих
7. заважає роботі
8. причина пожеж
9. не модно
10. заборонено законом



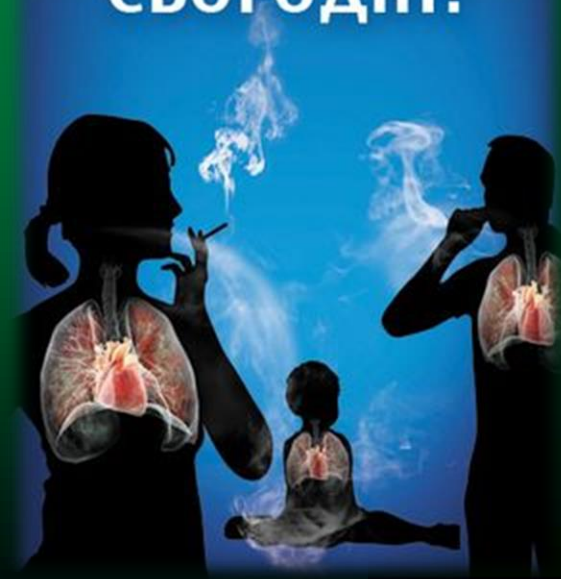
Курение - ПОЛЕЗНАЯ привычка....  
для СМЕРТИ!



**Хочеш жити –  
кидай курити!**

Тютюн з'їдає тебе  
живцем

**КИНЬ КУРИТИ  
СЬОГОДНІ!**



**Вмій сказати: Ні !!!**



# АЛКОГОЛІЗМ

**АЛКОГОЛІЗМ** — захворювання, що викликається систематичним вживанням алкогольних напоїв, що характеризується патологічним потягом до них, призводить до психічних і фізичних розладів та порушує соціальні стосунки особи, яка страждає цим захворюванням.





# Алкоголізм в Україні

Від алкоголізму в Україні щороку помирає близько 40 тисяч людей.

У 25% випадків це алкогольне отруєння



# ВПЛИВ АЛКОГОЛЮ

ГОЛОВНИЙ  
МОЗОК

Гибель нервових клітин



серце

Жирове переродження



печінка

Цироз, алкогольний гепатит



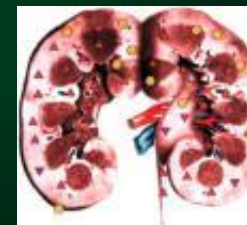
шлунок

Гастрит, виразка,  
рак



нирки

Гибель ниркових клубочків,  
отруєння продуктами  
обміну речовин



Статеві залози

Імпотенція



С  
М  
Е  
Р  
Т  
Ь





**Обидві жінки  
мають  
однаковий вік**

**Обидва  
чоловіка мають  
однаковий вік**





# ЯК ДІЄ АЛКОГОЛЬ НА ОРГАНІЗМ ПІДЛІТКА?







# MiFF 1

**Вживати  
алкоголь чи не  
вживати - це  
моя особиста  
справа**



**Чому повинні страждати ???**

**Батько та мати**

**Діти**

**Чоловік/  
дружина**

**Друзі**

**Сусіди**







# Міф 2

**Можна  
вживати  
алкоголь**

**«З ГОЛОВОЮ»  
та не  
залежати від  
НЬОГО**

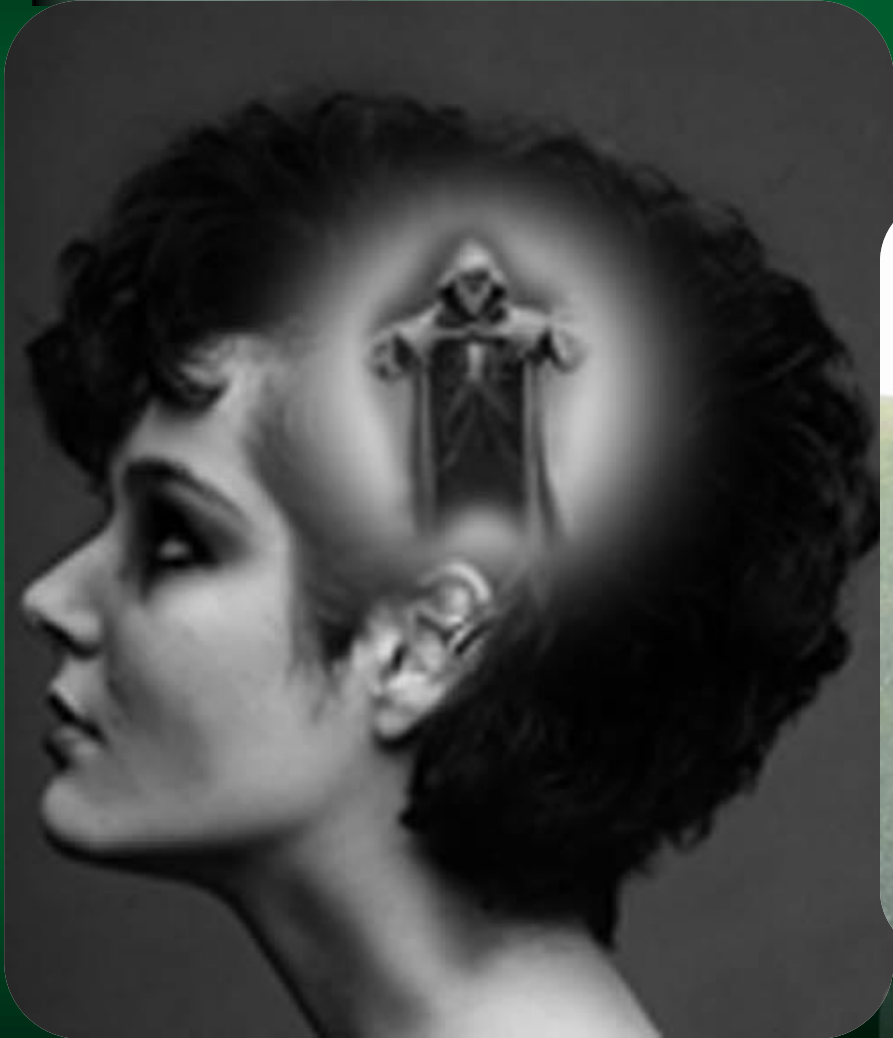


# Види залежності

## 1. Фізична



## 2. Психологічна





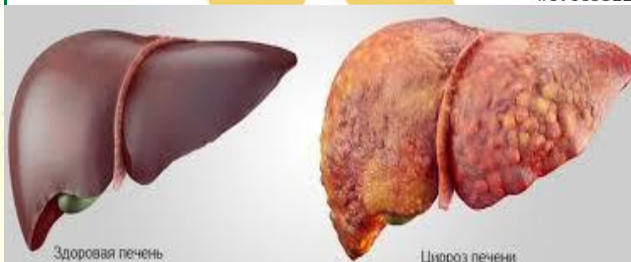
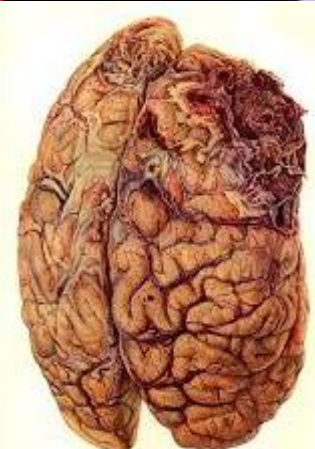
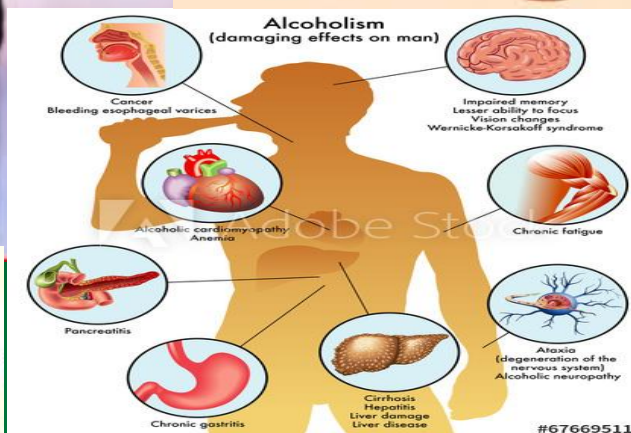
# Міф 3

**Вживання невеликої  
кількості  
алкоголю не  
шкодить здоров'ю.**

**Щоб не стати  
алкоголіком,  
головне знати міру**







# ПРО ШКІДЛИВІСТЬ АЛКОГОЛЮ

У п'яної людини в мозку відбувається велика кількість дрібних крововиливів, закупорка судин, у результаті чого клітки мозку не одержують кисню й гинуть.

При вживанні 100 г пива гине близько 300 клітин мозку,  
100 г вина — 5 000 клітин,  
100 г горілки — 7 500 клітин.

**Протягом років у питущої людини гинуть мільйони клітин, що не відновлюються.**

**Не існує безпечних видів спиртного.**



**СТОП  
АЛКОГОЛЬ**



# Законодавство України

*Закон України «Про державне регулювання виробництва й обігу спирту етилового, коньячного і плодового, алкогольних напоїв та тютюнових виробів»*

- ✔ Стаття 15-1. Основні засади обмеження шкідливого впливу споживання алкогольних напоїв, пива та тютюнових виробів Лікування алкогольної, пивної та тютюнової залежності.
- ✔ Стаття 15-2. Обмеження щодо споживання алкогольних напоїв, пива та тютюнових виробів
- ✔ Забороняється споживання алкогольних напоїв, пива та тютюнових виробів:
  - ✔ у закладах охорони здоров'я;
  - ✔ у навчальних та освітньо - виховних закладах;
  - ✔ у громадському транспорті (включаючи транспорт міжнародного сполучення);
  - ✔ у закладах культури;
  - ✔ у закритих спортивних спорудах;
  - ✔ у ліфтах і таксофонах;
  - ✔ на дитячих майданчиках;
  - ✔ у приміщеннях органів державної влади та органів місцевого самоврядування, державних підприємств, установ, організацій. Забороняється споживання алкогольних напоїв та пива на вулицях, у відкритих спортивних спорудах та на відкритих спортивних майданчиках, скверах, парках та в інших громадських місцях, крім підприємств торгівлі та громадського харчування, в яких в установленому законодавством порядку дозволено продаж алкогольних напоїв та пива на розлив.



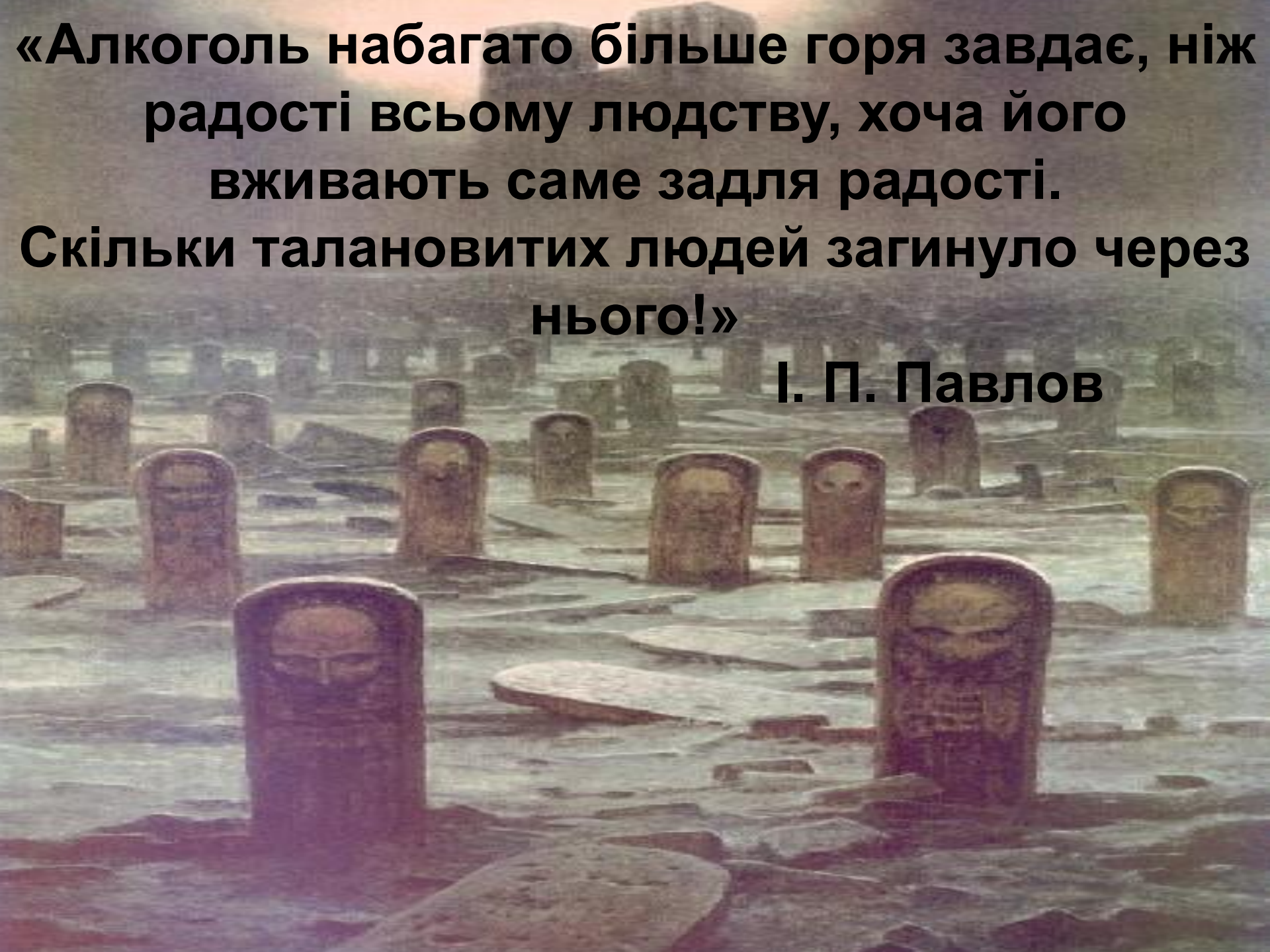
## Стаття 15-3. Обмеження щодо продажу алкогольних напоїв, пива та тютюнових виробів

- ✔ Забороняється продаж алкогольних напоїв, пива та тютюнових виробів:
- ✔ • особам, які не досягли 21 року;
- ✔ • у місцях, зазначених у частинах першій та п'ятій статті 15-2 цього Закону.
- ✔ У разі, якщо у продавця алкогольних напоїв, пива та/або тютюнових виробів виникли сумніви щодо досягнення покупцем 21 року, він зобов'язаний перевірити це за документом, що засвідчує вік такого покупця.



**«Алкоголь набагато більше горя завдає, ніж радості всьому людству, хоча його вживають саме задля радості. Скільки талановитих людей загинуло через нього!»**

**І. П. Павлов**



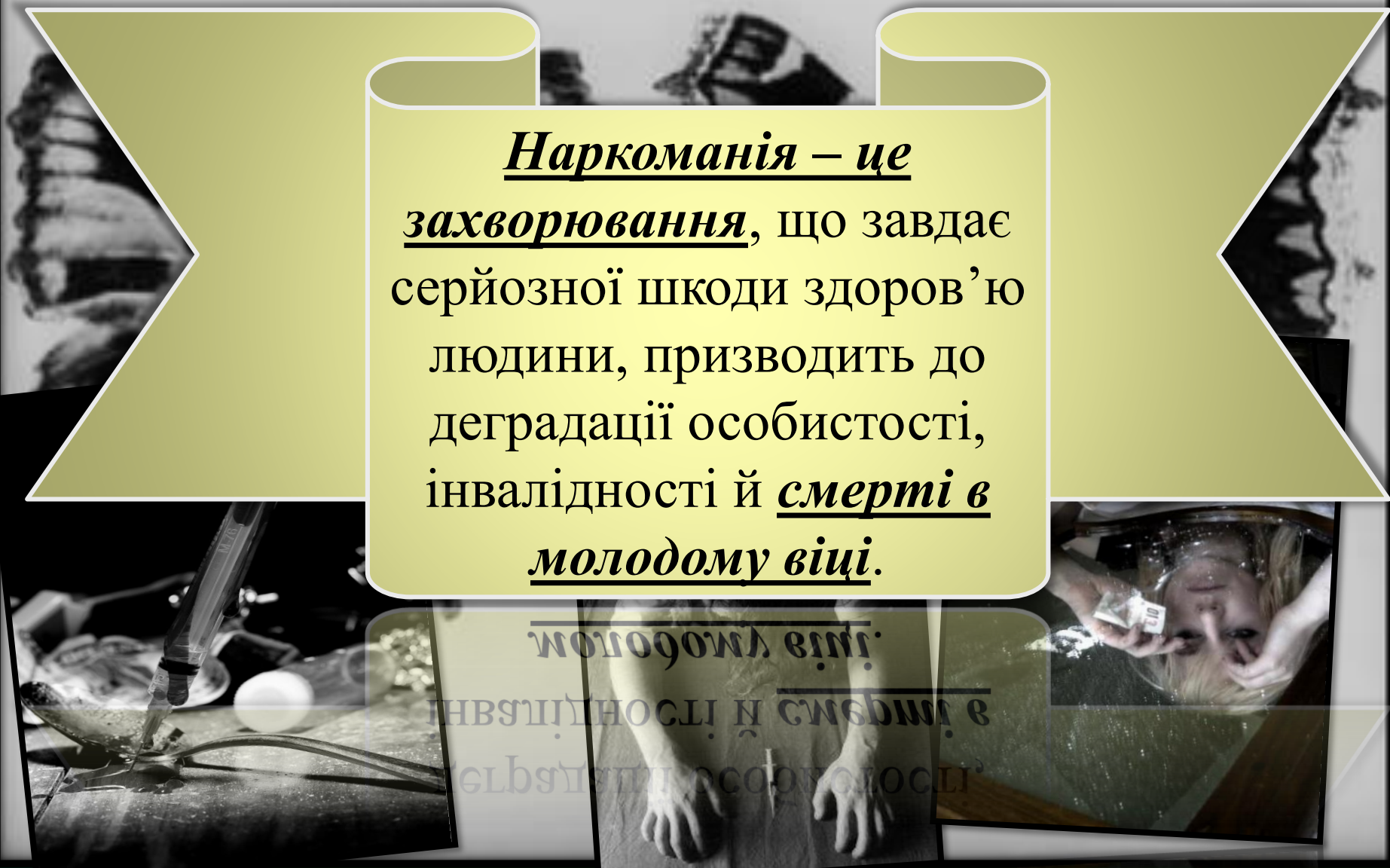
# Що таке наркоманія ???





# Що таке наркоманія ???

Наркоманія – це захворювання, що завдає серйозної шкоди здоров'ю людини, призводить до деградації особистості, інвалідності й смерті в молодому віці.





При вживанні наркотиків стан ейфорії, відчуття бадьорості швидко змінюються поганим самопочуттям, появою спочатку психічної залежності (непереборного потягу до вживання наркотиків), а потім і фізичної залежності.

ЗНОВУ і ЗНОВУ

1



3



2



Через шкідливий вплив наркотичних речовин наркомани втрачають здоров'я, деградують як повноцінні члени суспільства, змінюється навіть їхній зовнішній вигляд – обличчя набуває сірого відтінку, шкіра стає сухою, волосся та зуби поступово випадають.





# Наслідки наркоманії:





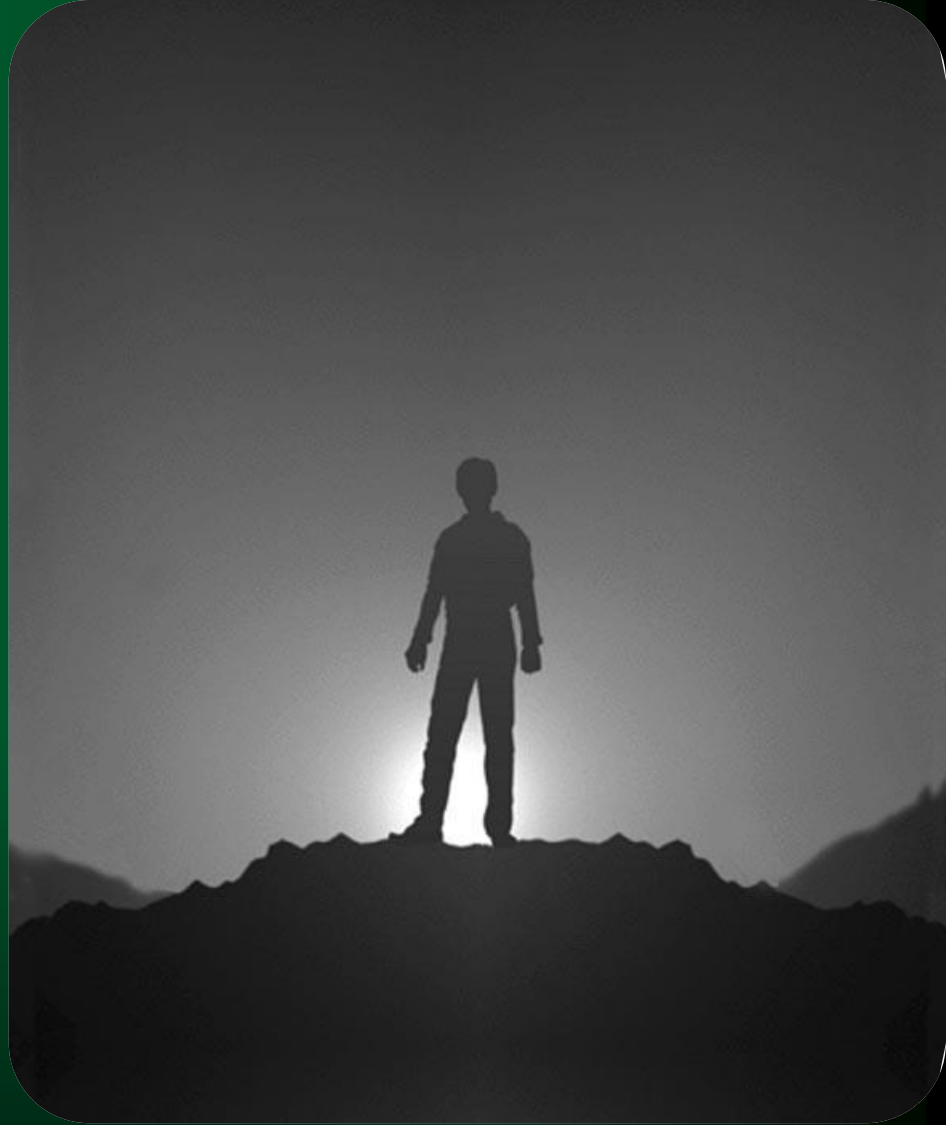
**STOP !**



*Боротьба з наркоманією* ведеться на законодавчому рівні. Майже у всіх країнах передбачені жорстокі кримінальні санкції за виробництво і поширення наркотичних речовин.

БЕЛОВИ

ХИПНТОСН КННЗСННН



**Зроби свій вибір**

# РОБОТА НАРКОПОСТУ КАМ'ЯНСЬКОГО МЕДИЧНОГО КОЛЕДЖУ

## ЗАВДАННЯ РОБОТИ НАРКОПОСТА

1. Виявляти осіб, схильних до вживання алкоголю, наркотичних засобів та куріння.
2. Закріпити за ними шефів-наставників для проведення індивідуальної виховної роботи.
3. Проводити профілактичну санітарно-освітню роботу:
  - пропаганда антиалкогольних знань, здорового способу життя шляхом проведення бесід, лекцій, тематичних вечорів, індивідуальної роботи з батьками;
  - розповсюдження санітарно-освітніх матеріалів про шкідливість алкоголю, куріння, наркотиків шляхом оформлення куточків здоров'я, виставок, спеціальної літератури, плакатів.
4. Надавати інформацію в наркокабінети стосовно осіб, які вживають алкоголь та наркотики.
5. Доповідати про роботу наркопоста та стан справ з даного питання на педраді або на Раді профілактики.
6. Підтримувати зв'язок з міським центром соціальних служб для дітей та молоді.
7. Підтримувати зв'язок з батьківським комітетом училища; з батьками студентів із девіантною поведінкою.
8. Затвердити на 2016 – 2017 навчальний рік комісію по профілактиці правопорушень у складі: Бузажи І.О., Лончук Н.В.
9. Затвердити наркопост у складі:

Голови: Бузажи І.О.





# Бережіть своє життя


Життя – це величезна книга,  
Давно забута і давно закрита,  
Бо всі забули про реальність.  
Життя тепер лиш віртуальність.  
Забули всі про толерантність,  
Про те, що є добро у світі.  
Що не керує нами хтось  
І у власних помилках не звинувачуємо когось,  
За власні дії, відповідаємо ми самі,  
Ніхто вже посмішок не любить



**І серце кам'яне, ніхто вже не розбудить,  
Бо зникли, звичайні почуття  
І йдемо то в тінь, то в небуття,  
Забуваючи, про справжнє життя.  
Яке приносить сміх і безліч радісних потіх,  
Яке дарує щастя й мрії, Зберігає радісні  
події.  
Бережіть своє життя,  
Воно одне, життів у нас не так багато.  
Не старайтесь в грязь його втоптати,  
Або на нього так плювати Його потрібно  
берегти,  
Від цього станеш лиш щасливіший ТИ!**

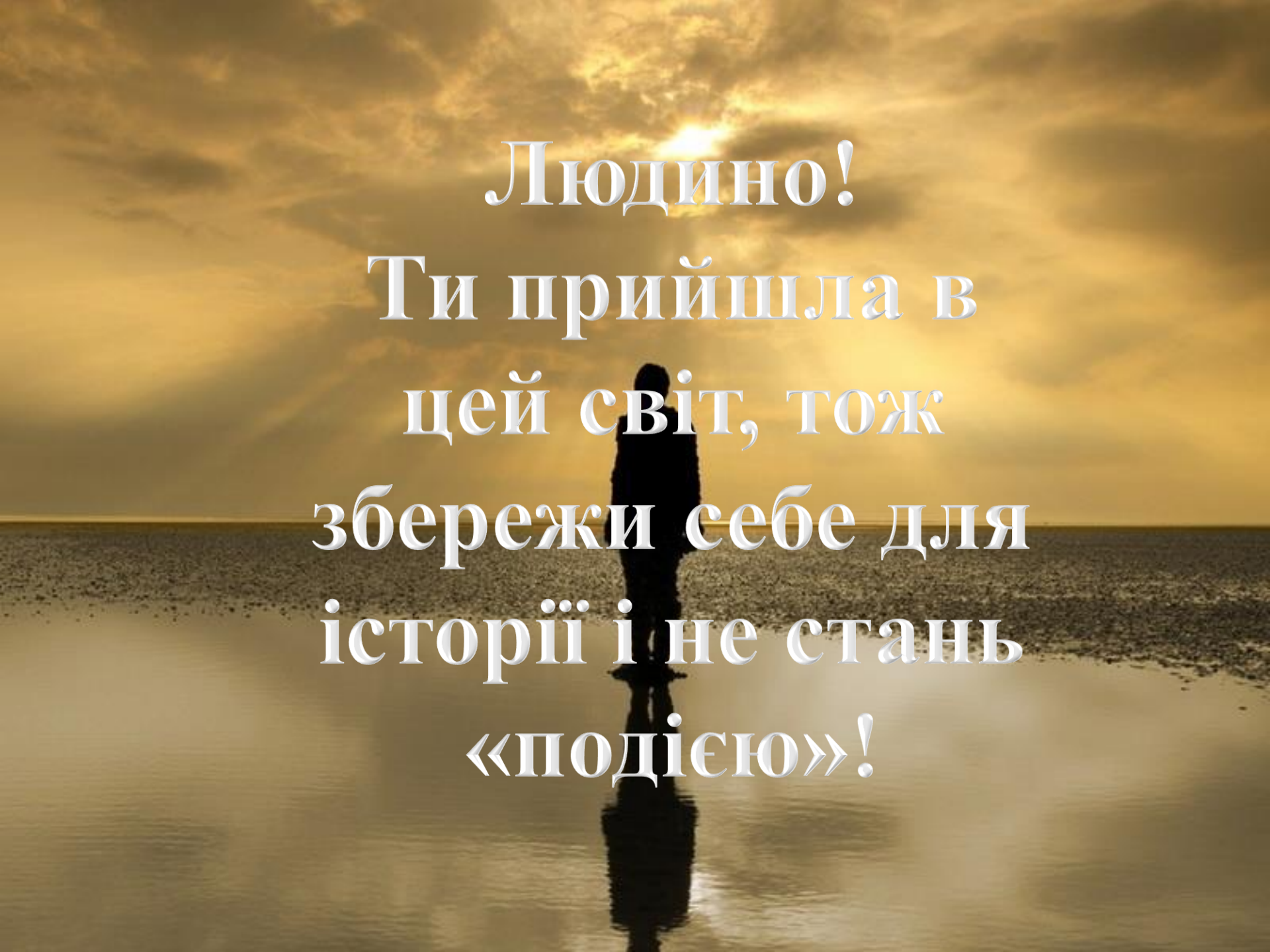






*«Найбільша перемога –  
це перемога над собою,  
а найганебніше - це бути  
переможеним своїми  
пристрастями»*

*Демокріт*

A person stands on a beach at sunset, their silhouette reflected in the calm water. The sky is filled with golden light and clouds, with the sun low on the horizon. The overall mood is contemplative and serene.

Людино!  
Ти прийшла в  
цей світ, тож  
збережи себе для  
історії і не стань  
«подією»!