



ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики Костромской области»
г. Кострома, ул.Ленина, 151, пом. 126; тел.: (4942)45-01-35; e-mail: cozmp@lpu.dzo-kostroma.ru
vk.com/zdorovaya_kostroma | ok.ru/zdorovaya.kostroma

КУРИТЬ ОПАСНО!

Ребята, не привыкайте к табачному зелью!
Никогда не берите сигарету из:



Любопытства

Хвастовства

Легкомыслия

в порядке пробы

КУРЕНИЕ нарушает нормальный рост подростков.

ТАБАК всех сортов ядовит, он разрушает здоровье человека.

ДЛЯ ПОДРОСТКОВ, организм которых не вполне развит, табак вдвойне вреден.

КУРЕНИЕ ПОВЫШАЕТ РИСК развития хронических заболеваний (заболевания сердца, рак, эмфизема легких).

ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ, связанные с курением,

обычно появляются в зрелом возрасте, но **ПОДРОСТКИ – КУРИЛЬЩИКИ ЧАЩЕ СТРАДАЮТ** от кашля, дисфункции дыхательных путей, образования мокроты, одышки и других респираторных симптомов.





При курении у подростка **ОЧЕНЬ СИЛЬНО СТРАДАЕТ ПАМЯТЬ.**

Эксперименты показали, что **КУРЕНИЕ СНИЖАЕТ СКОРОСТЬ ЗАУЧИВАНИЯ** и объём памяти.

Также **ЗАМЕДЛЯЕТСЯ РЕАКЦИЯ** в движении, снижается мышечная сила, под влиянием никотина ухудшается

острота зрения.

Из-за раннего приобщения к курению возникают поражения кожи – угри, себорея, что объясняется нарушениями деятельности не только щитовидной, но и других желёз эндокринной системы.

При трудностях отвыкания от курения обратитесь к врачу-наркологу, он проконсультирует, как уменьшить болезненные явления.

Дети, которые находятся рядом с курящим человеком и дышат вторичным дымом, страдают:

- Снижением иммунитета.
- Частыми простудными заболеваниями и отитами.
- Частыми бронхитными заболеваниями.
- Повышен риск развития

- бронхиальной астмы.
- Все заболевания органов дыхания протекают тяжелее, с сильным кашлем, затрудненным дыханием.