

Қарағанды облысы білім басқармасының
« №9 арнайы мектеп-интернаты» КММ
КГУ «Специальная школа-интернат №9»
Управления образования Карагандинской области»

Беседа

« О вреде табакокурения и Насвая»

Подготовила:

Врач-педиатр : Мұратова Ә.М.

Октябрь 2023

Курение вредная привычка.

Цель: Сформировать знания детей о вреде курения и алкоголя.

Задачи: Выработка негативного отношения к курению и употреблению алкоголя.

Формирование навыков ЗОЖ,

Ход беседы:

Здоровый образ жизни несовместим с вредными привычками. Употребления алкоголя, наркотических веществ, курения табака влияют на оптимальную организацию досуга, на физическую активность, на рациональное питание и на другие стороны ЗОЖ.

Многие считают, что курение – это привычка, от которой можно легко избавиться. Поначалу это, может быть, и так, но очень быстрое курение из привычки превращается в болезнь, так как у курящего человека возникает зависимость от сигареты не только психологическое, но и физическое.

Ещё одно всеобщее заблуждение – это мнение о том, что курение бодрит и повышает работоспособность. Сначала человек чувствует прилив сил, но надолго ли хватает действие выкуренной сигареты? Через некоторое время снова возвращаются усталость, плохое настроение, разбитость и появляется потребность в новой дозе наркотика – новой сигарете. И чем дальше, тем чаще возникает потребность курить.

Отрицательные кратковременные последствия курения:

- спазм кровеносных сосудов и сосудов головного мозга
- подъём артериального давления
- учащённое сердцебиение
- раздражение табачным дымом слизистой носоглотки
- раздражение табачным дымом слизистой глаз
- проникновение в кровь угарного газа
- оседание в лёгких табачной смолы
- раздражение воздухом

Отрицательные длительные последствия курения:

- повреждение зубов, слизистых оболочек губ, языка, нёба, гортани, горла, что является входными воротами для инфекции.

родные алкоголь.

- соймавая, семейная, божья всего страдают бужие и
- систематический характер поведения
- провавы и мамы
- толерантность к алкоголю
- похмельный синдром или абстинентный синдром
- утрата контроля над своим поведением
- тяга к спиртному

Признаки алкоголизма:

центральной место в жизни человека.
 Возникает постепенно и свидетельствует о том, что алкоголь за
 Алкогольная зависимость – это комплекс симптомов, который
 напиться, в том числе пива.
 может возникнуть в результате употребления любого алкоголя
 вызывает необходимость в головном мозге. Алкоголизм
 реакция. Даже однократный прием большого количества
 Алкоголь нарушает координацию движений и снижает скорость
 взаимодействия работу головного мозга и снижает процесс запоминания.
 угнетают действие на центральную нервную систему,
 совершают противоречивых действий. Алкоголь обладает
 около 25%. Злоупотребление алкоголем – наиболее частая причина
 населемая от отравления алкоголем и инфаркта и пр.
 Во всех странах Европы этого региона на долю смертности
 и в основном углубляются болезни.
 и в основном при везении при мониторинге и рекреации
 в психическом состоянии, а также в ряде других психических
 и употреблении алкоголя, по статистике, по статистике
 Алкоголизм – это болезнь, характерная для постиндустриальных
 и в основном в основном в основном в основном в основном

Что такое алкоголь?

- Хронический бронхит у курильщика.
- Снижение сопротивляемости организма.
- Изменение цвета зубов, неприятный запах изо рта.
- Преждевременное появление морщин на лице.
- ухудшение вкусовых качеств, обаяния.