

# NIKOTYNA - NASZ WRÓG



**Nikotyna , główny składnik  
papierosów, jest substancją  
uzależniającą równie silnie  
jak kokaina czy heroina,  
lecz w przypadku nikotyny  
proces uzależnienia  
następuje szybciej.**

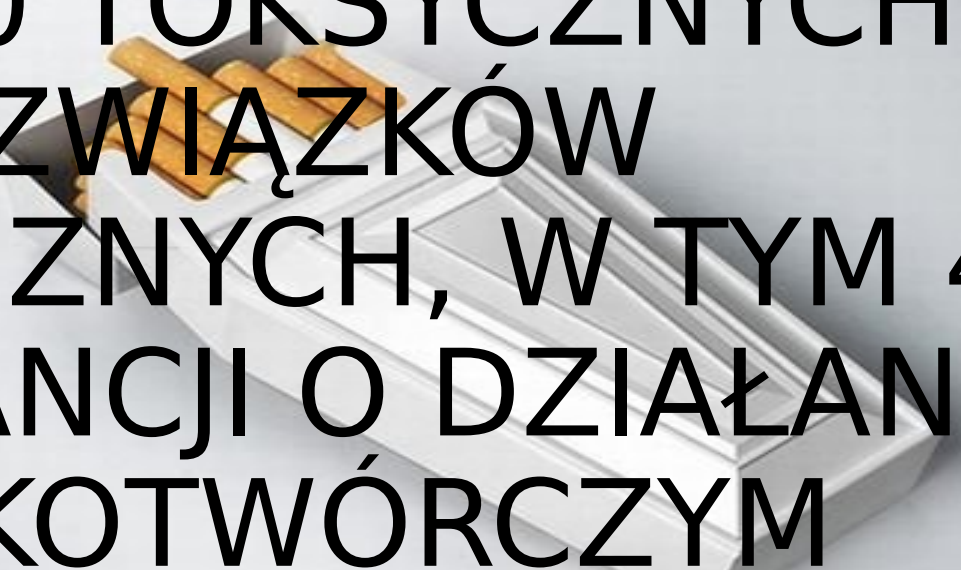
**W wysokich dawkach (70mg)  
powoduje śmierć dorosłego  
człowieka.**

# PAMIĘTAJ !!!



- Nikotyna pobudza ośrodkowy układ nerwowy, zwiększa liczbę uderzeń serca i podnosi ciśnienie krwi.

# CO ZAWIERA PAPIEROS?- warto wiedzieć

- 4000 TOKSYCZNYCH ZWIĄZKÓW CHEMICZNYCH, W TYM 40 SUBSTANCJI O DZIAŁANIU RAKOTWÓRCZYM
- 

# SUBSTANCJE SMOLISTE

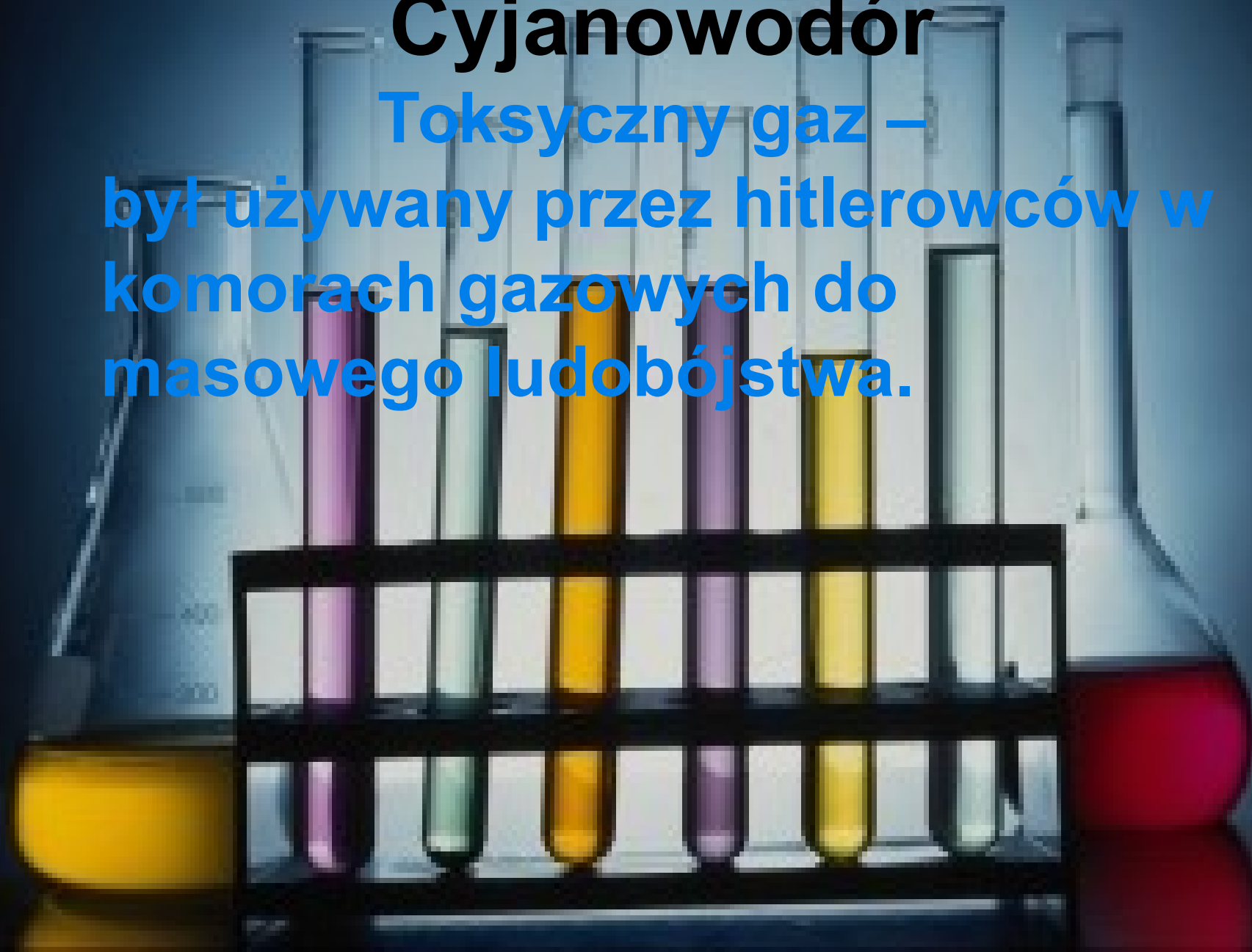
Związki o brązowej barwie i kleistej konsystencji, związki smołowe są czynnikiem rakotwórczym, magazynowanym w płucach i układzie oddechowym a następnie stopniowo wchłanianym.

Można je zobaczyć gdy dmuchnie się dymem papierosowym na czystą chusteczkę



# Cyjanowodór

Toksyczny gaz –  
był używany przez hitlerowców w  
komorach gazowych do  
masowego ludobójstwa.



# TLENEK WĘGLA

- Zmniejsza zawartość tlenu we krwi, utrudnia pracę serca, które gorzej tłoczy krew do różnych części ciała

## AMONIAK

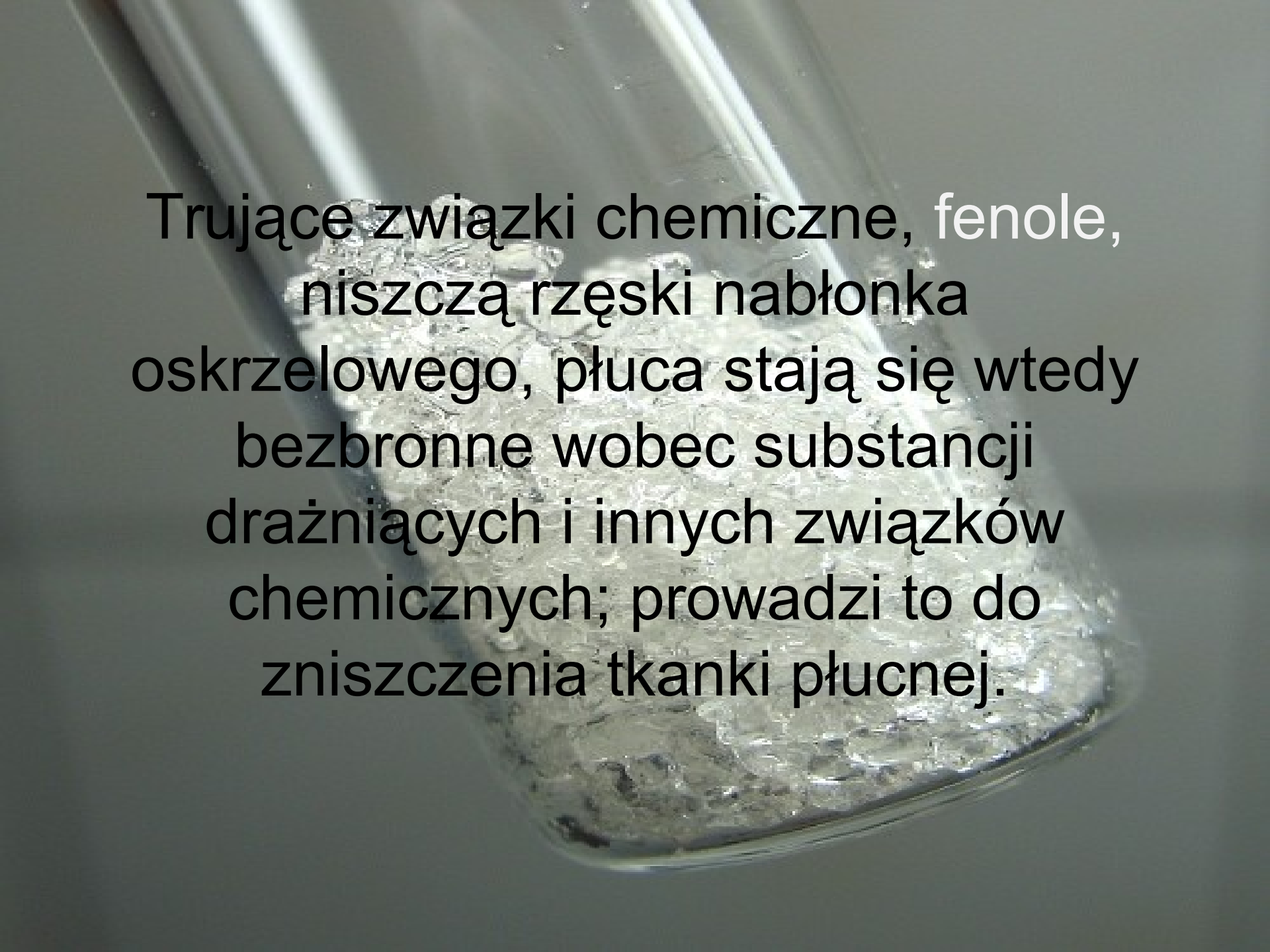
- STOSOWANY W CHŁODNICTWIE, SKŁADNIK NAWOZÓW SZTUCZNYCH, UŻYWANY DO CZYSZCZENIA UBIKACJI

## FENOL

KWAS KARBOLOWY, SKŁADNIK ŚRODKÓW ŻRĄCYCH

## POLON-210

PIERWOASTEK PROMIENIOTWÓRCZY, WYSOKO RADIOTOKSYCZNY

A glass beaker containing a dark, granular substance, possibly a chemical or biological sample, with a white text overlay.

Trujące związki chemiczne, fenole, niszczą rzęski nabłonka oskrzelowego, płuca stają się wtedy bezbronne wobec substancji drażniących i innych związków chemicznych; prowadzi to do zniszczenia tkanki płucnej.



**MOŻE NIE WIERZYSZ, TO NIE JEST MIT...  
PAPIEROS ZABIJA**

20 sztuk wypalonych dziennie papierosów skraca życie o około 5 lat,  
40 sztuk dziennie - o 8 lat,  
każdy papieros skraca życie o 5,5 minuty.

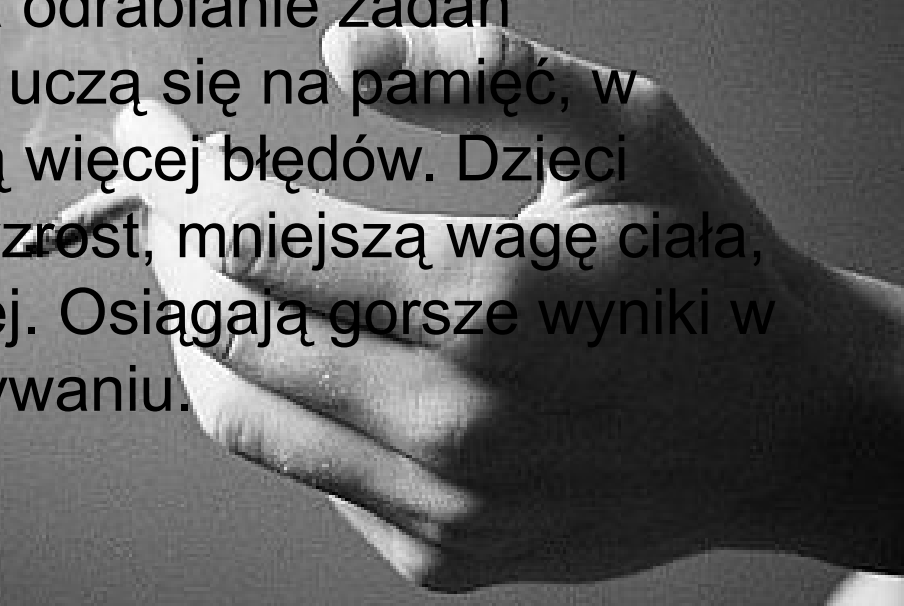


# Papierosy są przyczyną różnych schorzeń

- m. in. chorób serca, nowotworów płuc, udarów mózgu, nowotworów gardła, chronicznych chorób płuc, nowotworów jamy ustnej, trzustki, pęcherza moczowego, szyjki macicy.
- kobiety palące w ciąży, zwiększają ryzyko przedwczesnego porodu, poronienia i urodzenia martwego płodu. Dzieci, których matki paliły w okresie ciąży, są gorzej przygotowane do życia i chorują częściej, niż dzieci matek niepalących.

# NIE PAL !!

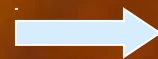
Palenie papierosów przez dzieci i młodzież w wieku szkolnym wywołuje jeszcze większe szkody niż palenie przez dorosłych. Porównując świadectwa szkolne w Niemczech, Szwajcarii, USA, Wielkiej Brytanii i innych krajach badacze stwierdzili, że uczniowie palący mają o 25% gorsze wyniki w nauce. Na odrabianie zadań potrzebują więcej czasu, gorzej uczą się na pamięć, w badaniach testowych popełniają więcej błędów. Dzieci palące papierosy mają niższy wzrost, mniejszą wagę ciała, mniejszy obwód klatki piersiowej. Osiągają gorsze wyniki w sporcie: w biegach, marszu i pływaniu.





Przedstawiłam fakty dotyczące palenia papierosów-  
sami możecie wyrobić sobie zdanie na ten temat i  
wyciągnąć z nich właściwe wnioski

**Palić - nie palić?** Oto jest pytanie!  
Jakaż dziś prosta  
jest odpowiedź na nie.





**Nie raz - ale stale,  
nie raz - ale stale,  
mów wszystkim dookoła:  
Nie pale! Nie pale!**

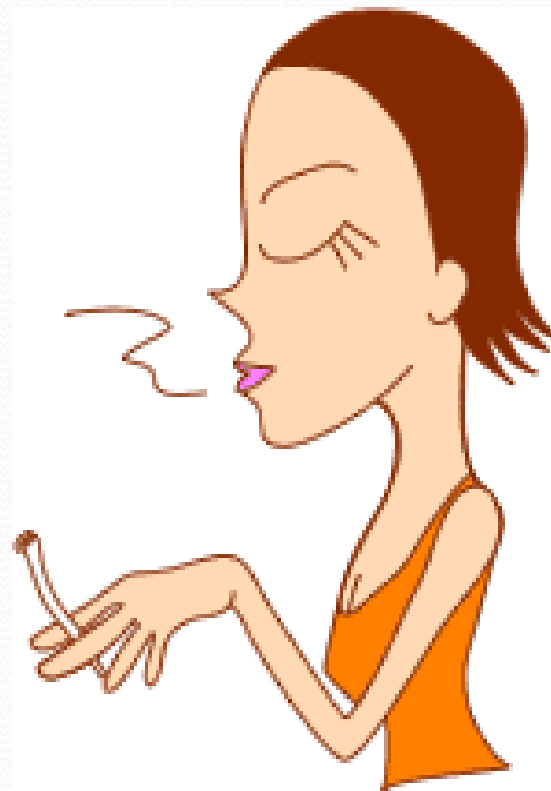
**STUŻY  
DO ZABIJANIA**



**NIE DO  
SZPANOWANIA**

# JEŚLI PALISZ- RZUĆ PALENIE

- Elegancka dziewczyno -  
nie pachnij  
nikotyną!



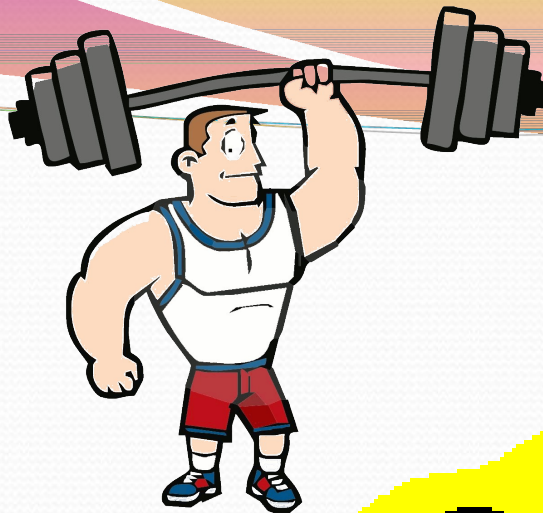
Nigdy nie jest za późno, żeby rzucić palenie

- Ciąła  
smołowate,  
kwasy, pyły -  
to składniki,  
które w życiu  
robią tyły!





● Nie  
przystawaj  
z palaczami -  
rzuć palenie  
i bądź z  
nami!



● **Papierosie śmierdzący**  
- ty zabierasz  
zdrowie.

Ille kieszeń ma zysku -  
ten tylko się dowie,  
kto cię rzucił.

Dziś szpetność twą w  
całej osobie widzę i  
opisuję, nie tęsknię  
po tobie.





# Dziękuję za uwagę!

Prezentację wykonała  
Sara Wawrzyniak ☺

I pamiętaj - Palenie  
jest  
Słabe

