

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ ЧЕЛОВЕКА

Вредные привычки являются одной из самых больших проблем современного общества. Курение и злоупотребление алкоголем являются самыми опасными вредными привычками и приносят огромный вред не только лицам, страдающим этими привычками-заболеваниями, но и окружающим их людям и всему обществу в целом.

ВЛИЯНИЕ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Очень часто люди, страдающие вредными привычками, не знают о влиянии этих привычек на здоровье или же не осознают всю опасность, которую таят в себе алкоголь и табак. И нередко случаются случаи, когда человек, просто поняв, какой вред наносит себе и окружающим, расстается с вредными привычками.

Влияние алкоголя на здоровье человека

В России ежегодно от алкоголя гибнет около 700 тысяч человек. Это население одного крупного города. Алкоголизм поражает людей из всех социальных слоев населения вне зависимости от пола, возраста, образования и материального положения.

Более всего риску алкогольной зависимости подвержены женщины и несовершеннолетние.

Разрушается иммунная система организма.

Нарушается деятельность печени, которая несет в организме главную очистительную функцию.

Нарушается работа органов пищеварения, что приводит к тяжелым заболеваниям пищевода, желудка, поджелудочной железы.

Алкоголь неминуемо приводит к заболеваниям сердечно-сосудистой системы.

Употребление алкоголя в период беременности ведет к тяжелейшим последствиям для ребенка, а так же пагубно влияет на все следующие поколения.

Алкоголь сокращает жизнь человека на 10-15 лет.

Алкоголь нарушает работу нервной системы и приводит к потере памяти и внимания.

Главный «удар» алкогольных напитков приходится на головной мозг. Алкоголь приводит к разрушению коры головного мозга и отмиранию целых его участков.

Филиал №6 Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №3» -
"Детский сад с. Платоново"

«О вредных привычках»

(Буклет для родителей)



ОСОБЕННОСТИ ВЛИЯНИЯ ТАБАЧНОГО ДЫМА НА РЕБЕНКА

У детей, незащищенных перед табачным дымом, в первые годы жизни чаще проявляется неадекватное поведение.

Курящей маме придётся винить себя за задержку развития ребёнка, гиперактивность, проблемы с вниманием, трудности обучения, плохие отношения ребёнка со сверстниками. Эти отклонения становятся заметными обычно к трёхлетнему возрасту малыша.

Помните: сигареты – это оружие массового поражения.

До тех пор, пока вы курите или окружаете себя людьми, которые курят – вы убиваете себя, свою семью и всех, кому не повезло находиться рядом с вами.

Эта ваша беда, расплачиваться за которую будете не только вы, но и ваши дети.



Дети имеют абсолютное право быть защищенными от табачной зависимости, а также последствий курения взрослых, которое вредит здоровью ребенка даже до рождения.

Влияние взрослого курения на здоровье ребенка происходит по трем основным направлениям:

- в начале жизни через материнское курение;
- через вынужденное вдыхание табачного дыма, или пассивное курение;
- через ролевое моделирование курящих родителей.

Ребенок только зачат, еще не родился, а мать, отец, прохожие на улицах уже подвергают его жизнь и существование угрозе.

И если курящий взрослый имеет возможность выбора - закурить или нет, то ребенок не может избежать ситуации принудительного курения, он лишен права пребывания в благоприятной для его здоровья атмосфере.

Маленькие дети, находящиеся в накуренном помещении, плохо спят, у них понижен аппетит, часто появляются расстройства кишечника. Дети отстают от своих сверстников в физическом и умственном развитии.

Особенно вредно табачный дым действует на здоровье грудных детей. У них нарушается сон, снижается аппетит,

расстраивается деятельность органов пищеварения. Живущие в накуренных помещениях дети чаще и дольше страдают заболеваниями органов дыхания. У детей курящих родителей в течение первого года жизни увеличивается частота бронхитов, пневмоний.

Курение родителей провоцирует аллергию у детей. Кроме того, сигаретный дым раздражает носовые и дыхательные пути, вызывая частые насморки и сложности с дыханием, а также отеки дыхательных путей.

Тяжесть заболеваний, развивающихся под воздействием вторичного табачного дыма, тем сильнее, чем младше ребёнок. При этом медики обращают внимание на то, что **большая часть вреда, нанесённого сигаретным дымом ребёнку, проявится лишь через несколько десятилетий.**

В каждой сигарете содержится

