



СКАЖИ «НЕТ» табакокурению!



Курящая мать – больные дети

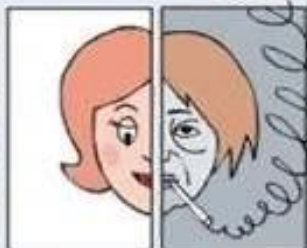
У курящей матери ребенок может родиться недоношенным, с пороками сердца, недоразвитым спинным мозгом и другими патологиями.

Дети чаще рождаются ослабленными, с низкой массой тела. Им требуется специальный уход и особая забота. Это связано с тем, что при курении мать и дитя испытывают «кислородное голодание», так как материнская кровь, поступающая в организм ребенка, недостаточно насыщена кислородом.



Чтобы не нанести вред здоровью будущего ребенка, женщина должна не курить и избегать пассивного курения.

При курении появляется желтовато-серый цвет кожи, увеличивается количество морщин, голос становится хриплым, на зубах появляются трещины и темный налет.



Пассивное курение – это вдыхание ядовитого дыма чужих сигарет

При пассивном курении человек вдыхает 70–80 % наиболее опасных компонентов табачного дыма. Пребывание в накуренном помещении в течение одного часа действует на человека как 4 сигареты, выкуренные одна за другой. Многим неприятно находиться в помещении, где сильно накурено, и ощущать, что волосы и одежда пропахли едким дымом сигарет. Это может вызвать тошноту. Если человек проводит много времени в прокуренных помещениях, у него могут развиваться те же заболевания, что и у курильщика.



ВАЖНО ЗНАТЬ:

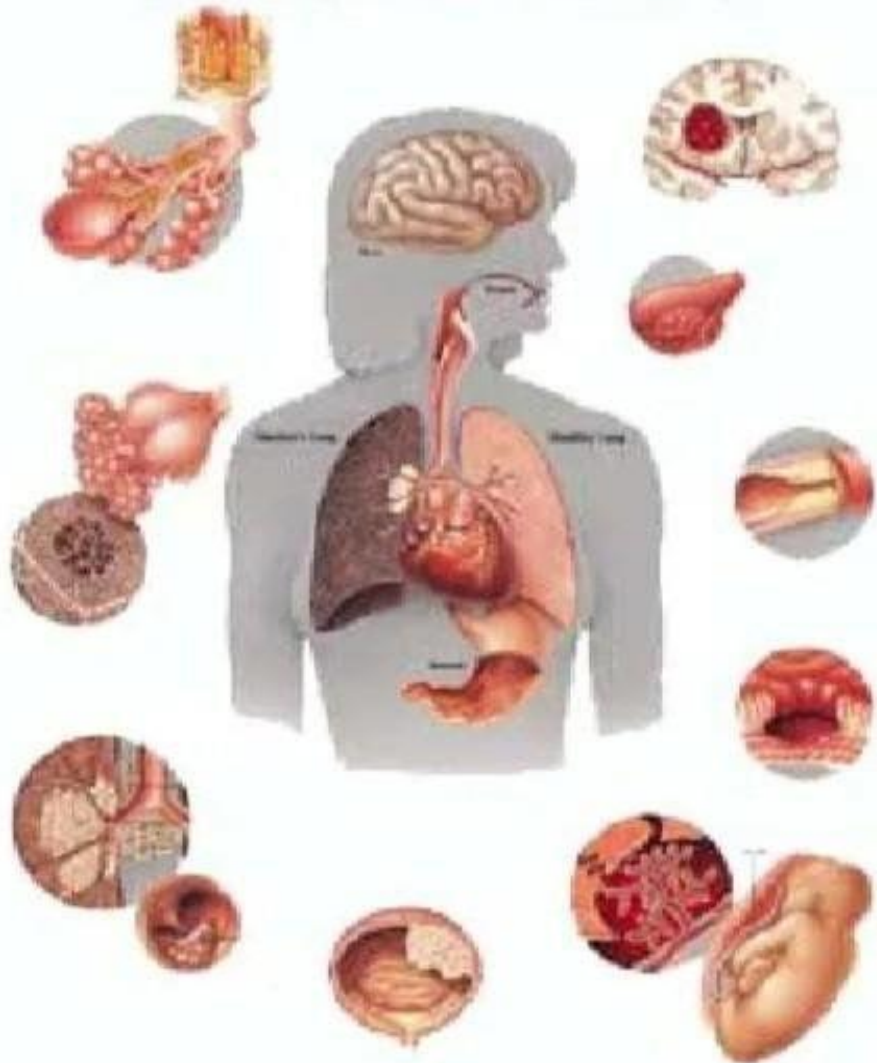
Согласно Федерального закона № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствия потребления табака» от 23.02.2013 г., введен запрет на курение:

- в закрытых помещениях госучреждений, на территориях образовательных и медицинских учреждений, стадионов, учреждений культуры, на вокзалах, аэропортах, на остановках общественного транспорта и перед входом в метро (не ближе 15 м), в лифтах и помещениях общего пользования многоквартирных домов, на детских площадках и в границах территорий, занятых пляжами;
- в гостиницах, ресторанах и барах, в поездах дальнего следования и на кораблях, на платформах железных дорог.



Опасность курения

DANGERS OF SMOKING



*Курильщики значительно подрывают
свое здоровье:*

- у них в 2-3 раза чаще бывают сердечно -
сосудистые заболевания;
- в 12 раз – инфаркт миокарда;
- в 13 раз чаще – стенокардия;
- в 15-30 раз чаще – рак легких.

Курильщики чаще страдают ОРЗ,
бронхитами, астмами, у них нарушается
зрение и слух. Часто развивается рак
губы, гортани, голосовых связок,
пищевода.

**Курящие женщины в 42% вообще
не могут иметь детей!!!**

Дети, родившиеся у курящих матерей,
ослаблены и больны.

19 ноября – Международный день отказа от курения



МЫ НЕ КУРИМ!



ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!



*Мы дышим
одним воздухом!*

**СПАСИБО,
ЧТО НЕ КУРИТЕ!**

