

# "Papieros kusi, a dymek dusi"



# Zagrożenia wynikające z palenia tytoniu

.Choroby układu krążenia (choroba niedokrwienna serca, zawał mięśnia sercowego, itp.)

.choroby układu oddechowego (rozedma płuc, przewlekłe zapalenie oskrzeli, rak płuc, itp.)



# Dlaczego coraz więcej osób decyduje się na palenie papierosów?

- .palenie działa uspokajająco, łagodzi stres, relaksuje
- .palenie dla "zabicia czasu"
- .palenie jest "modne"
- .grupa złożona z osób palących często nie akceptuje niepalących
- .palenie ułatwia nawiązywanie kontaktów
- .palenie zmniejsza ból, np. zęba

# Nikotynizm wśród młodzieży

Mimo szeregu kampanii nikotynowych i roztaczania wizji poważnych konsekwencji zdrowotnych wywołanych nałogiem tytoniowym liczba palących nastolatków wciąż rośnie. Młodzież nie ma świadomości, co tak naprawdę pali. Palenie papierosów jest postrzegane przez młodzież jako przejaw dorosłości.



# Rzucanie palenia

Palenie rzucić można w każdym wieku. Najważniejsza jest motywacja. Nie damy rady rzucić palenia jeżeli tego nie chcemy. Wiele osób uważa, że nie da się zerwać z nałogiem, jednak jest to nieprawda.



# Statystyki

# Statystyki zdrowotne

.Każdego roku 100 tys. zgonów w Polsce ma bezpośredni związek z negatywnymi skutkami palenia tytoniu.

. 40% nałogowych palaczy umrze przed 65 rokiem życia, a spośród niepalących tylko 15%.

.Co 10 sekund na świecie umiera ktoś na chorobę wywołaną paleniem tytoniu.

# Liczba osób palących

.47% mężczyzn i 23% kobiet w Polsce w wieku 16 i więcej lat jest palaczami tytoniu.

.Około 10 mln Polaków pali regularnie 15-20 sztuk papierosów dziennie.

.Prawie 5 mln tych osób pali dłużej niż 20 lat.

.W Polsce codziennie zaczyna palić około 500 nieletnich chłopców i dziewcząt, a rocznie próbuje palenia około 180 tys. dzieci.



# Statystyki Finansowe

Jeżeli przeciętny palacz nie wydawałby pieniędzy na papierosy mógłby uzbierać w ciągu:

- .1 Dnia 10zł- obiad w restauracji
- .1 tygodnia 70zł- buty
- .1 miesiąca 300zł-telefon komurkowy
- .6 miesięcy 1800zł-komputer
- .1 roku 3600zł- używany samochód
- .10 lat 36000zł- działka rekreacyjna
- .40 lat-144000zł- mieszkanie w bloku

# Podsumowanie

- .Palenie niszczy nasze zdrowie i kondycje fizyczną
- .Duża część zgonów w polsce i na świecie jest spowodowana paleniem tytoniu
- .Rzucenie palenia przynosi wiele korzyści



**JA** w Polki.pl

Autor- Wojciech Wójcik

źródła:

[www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)

[www.tomaszryk.pl](http://www.tomaszryk.pl)

[www.profesor.pl](http://www.profesor.pl)