

? Назовите дату первого знакомства европейцев с табаком.

12 октября 1492 г. (Дата открытия Америки Христофором Колумбом).

? Какие меры принимались в прошлом для запрета курения?

- царь Михаил Федорович Романов приказал отрезать нос каждому, кто курит или бьт ударов по стопам

- турецкий султан Мурад IV запретил курение под страхом смертной казни

- Англия, Елизавета I приравнивала курильщиков к вораи и их водили по улице с веревкой на шее.

? Что такое “пассивное курение”?

- Вынужденное вдыхание некурящим табачного дыма, присутствующего в накуренном помещении.

? Почему говорят “от курения тупеешь”.

- При курении в кровь поступает большое количество угарного газа, который образует с гемоглобином карбоксигемоглобин - стойкое соединение, которое не участвует в транспорте кислорода, вследствие чего наступает кислородное голодание мозга. Кроме того, у курильщиков кровеносные сосуды постепенно становятся менее эластичными, а просвет их более узким, что также снижает питание головного мозга. На заучивание уроков курильщик тратит на 2 часа больше, чем некурящий.

? Как действует никотин на организм?

- Никотин относится к нервным ядам, в малых дозах он возбуждает нервные клетки, способствует учащению дыхания и сердцебиения. В норме пульс 65-70 ударов в минуту, после выкуренной сигареты он

увеличивается на 10-20 ударов. В больших дозах никотин тормозит, а затем и парализует деятельность клеток ЦНС.

? Кто из звезд искусства негативно относится к курению?

- Сильвестр Сталоне, Патрисия Каас, Джейн Фонда

? Объясните, кто больше получит вреда от курения: тот, кто первый начал курить сигарету или тот, кто ее докуривает и почему?

-Второй, т.к. в последней трети сигареты как раз и концентрируются самые вредные смолы, самые вредные продукты перегонки табака.

? Какой орган наряду с легкими больше всего страдает от последствий курения?

-Сердце, т.к. никотин вызывает кислородное голодание сердечной мышцы, повышение кровяного давления, увеличивается частота сердечных сокращений. Никотин также воздействует на надпочечники.

? В чем сказывается вред курения на работе легких?

- Они не могут полноценно выполнить свою основную функцию – вдох и выдох, т.к. при сгорании образуется деготь, который, в конечном счете, оседает в легких и они становятся менее эластичными. У курильщика, выкуривающего 1 пачку в день, через легкие проходит до 1 л дегтя за 30 лет курения.

? Какой витамин, необходимый для организма, разрушается при курении?

- Витамин С, для его восполнения после выкуривания 20 сигарет необходимо съесть 4 кг апельсинов.

Детям о курении

