

Palić, nie palić- oto jest pytanie?

**Celem mojej prezentacji jest
zachęcenie młodzieży do przemyśleń
na temat skutków palenia
papierosów oraz e-papierosów.**

Klaudia Ossowska kl.5B

Szkoła Podstawowa nr 3 im. Adama Mickiewicza
w Szamotułach



Statystyki

Według statystyk 47% mężczyzn i 23% kobiet w Polsce w wieku 16 lat i powyżej pali papierosy.

Każdego roku palenie papierosów przyczynia się do ponad 100 tys. zgonów



Choroby wywoływane przez palenie papierosów

Rak płuc, nerek, trzustki, wargi, języka, jamy ustnej, przełyku, krtani i pęcherza moczowego.

Choroba niedokrwienna serca

Miażdżycy

Udar mózgu

Wrzody żołądka i dwunastnicy

Przepukliny jelitowe

Przewlekłe zapalenie oskrzeli

Gruźlica układu oddechowego

Zawały serca



Choroby
wywoływane przez
wdychanie
papierosów

Zapalenie oskrzeli, płuc
i górnych dróg oddechowych

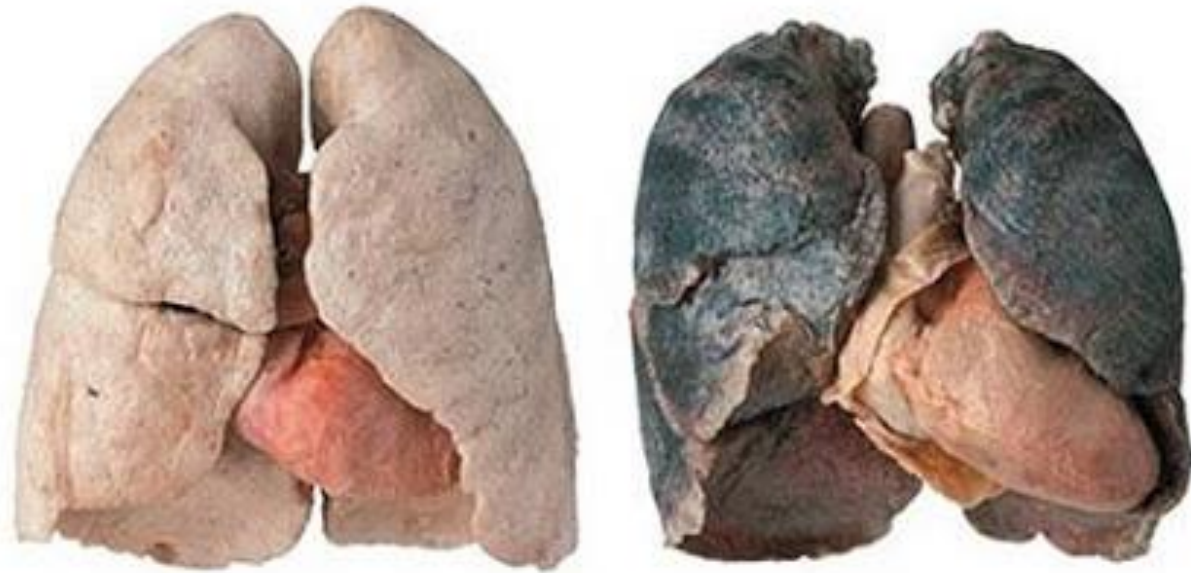
Możliwe przewlekłe
zapalenie ucha

Możliwość raka płuc

W dymie papierosowym znajduje się m.in.

- Ołów,
- Arsen - uszkadza skórę,
- Nikotyna - substancja szybko uzależniająca,
- Kadm,
- Tlenek węgla - prowadzi do niedotlenienia organizmu
- Substancje smoliste - uszkadzają naczynia krwionośne.





Zdrowe płuca
(po lewej
stronie) i płuca
osoby palącej
(po prawej
stronie)

Palenie przez
dzieci i młodzież

25% niższe wyniki w
nauce

Gorsza pamięć

Więcej błędów na
testach

A dark, irregular ink blot with splatters on a white background. The blot is roughly circular with jagged edges and contains several smaller, lighter-colored splatters and droplets around its perimeter. The text "CIEKAWOSTKI" is centered within the dark area of the blot.

CIEKAWOSTKI

Czas

Dziennie wypalanie
jednej paczki zajmuje
ponad trzy godziny

Rocznie wypalanie
paczek papierosów
zajmuje 1160 godzin



Koszty

- 1 dzień 5zł - gazeta
- 4 dni 20zł - bilet do teatru
- 1 tydzień 35zł - książka
- 1 miesiąc 155zł - ubrania
- 4 miesiące 620zł - rower
- 6 miesięcy 930zł - telefon
- 1 rok 1860zł - 2-tygodniowe wczasy w Hiszpanii
- 10 lat 18600zł - działka rekreacyjna
- 40 lat 74400zł - wysokiej klasy samochód




Wygląd

- Szara cera i szybko starzejąca się skóra (10 lat palenia starzeje skórę o 2,5 lat)
- Matowe i zniszczone włosy
- Pożółkłe dłonie i paznokcie
- Opóźnia się gojenie ran



Zdrowie

- Niespokojny sen
 - „Gorszy” smak i zapach ulubionych potraw
- 

Korzyści z rzucenia palenia papierosów

Po 20 minutach wraca do normy ciśnienie krwi, czynności serca i obniża się tętno

Po 24 godzinach zmniejsza się ryzyko ostrego zawału serca

Po roku o połowę zmniejsza się ryzyko zachorowania na chorobę niedokrwienną serca



E-papierosy



Co zawierają e-papierosy?

Zawierają różne metale takie jak ołów, kadm, beryl, nikiel i chrom

Płynną nikotynę

Glikol propylenowy

Glicerol

Nitozoamina

Choroby
wywoływane
przez e-papierosy

Zarostowe zapalenie płuc

Podrażnienia i zapalenia płuc

Powodowanie palpacji

Ryzyko raka serca

Wnioski

Negatywne skutki palenia papierosów dotyczą osoby w każdym wieku.

Coraz częściej obserwuje się osoby nieletnie, które palą papierosy. Dzięki temu chcą poczuć się bardziej dorośli.

W dymie papierosowym znajduje się wiele składników uzależniających oraz szkodliwych dla naszego organizmu.

Źródła Obrazy I tekst

- [Znak zapytania – Wikipedia, wolna encyklopedia](#)
- http://opатов.praca.gov.pl/rynek-pracy/statystyki-i-analazy/-/asset_publisher/Q17GaXTgqf3d/content/2648186-statystyki-i-analazy-urzedu/pop_up?_101_INSTANCE_Q17GaXTgqf3d_viewMode=print
- [Bing.com/images](#)
- [papierosy - dlaczego nie warto palić - Sciaga.pl](#)
- [10 skutków palenia papierosów – jak papierosy niszczą wygląd i zdrowie? - Choroby - Polki.pl](#)

- https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&ccid=Z%2fhwi38j&id=625B433C6E570AFD9440B93F097A884ACC26A6BF&thid=OIP.Z_hwi38jpECSITucxG2NdwEsEI&mediaurl=https%3a%2f%2fi.inged.pl%2fe-papieros-mod-kangertech-subox-mini-50w-vtc5-5-e-papieros-mod-kangertech-subox-mini-50w-vtc5-1.jpg&exph=506&expw=575&q=e-papieros&simid=607988012010309085&ck=0E1EF0994F3668386AB3A8BAB02FB7DB&selectedIndex=18&FORM=IRPRST
- [Palenie e-papierosów - skutki zdrowotne \(businessinsider.com.pl\)](#)
- [E-papierosy groźne dla zdrowia: mogą przyspieszyć śmierć komórek, wywołać raka i choroby płuc - Zdrowie \(onet.pl\)](#)
- https://th.bing.com/th/id/OIP.I9bR2JFaC0Ev8cDfNf_yagAAAA?w=179&h=133&c=7&o=5&dpr=1.25&pid=1.7
- https://lh3.googleusercontent.com/proxy/fZKqahQbFqZCsRNMzMUEY2SGV6adYHO1VcMuGnaeCY9lhOhadavC_iWG3xx69ZM4zOYYd_SSLfPgYeY-syLQNVGZ_wb2jC9W
- <https://th.bing.com/th/id/OIP.OrNo15J06n2rZ6aitT2kDgHaEL?w=275&h=180&c=7&o=5&dpr=1.25&pid=1.7>