

**„PALIĆ, NIE PALIĆ –
OTO JEST PYTANIE?”**

PRZYGOTOWAŁ: JAKUB DERDA KL. VA

SZKOŁA PODSTAWOWA IM. KRÓLOWEJ JADWIGI W JERZYKOWIE



CO TO JEST PAPIEROS?

- PAPIEROS TO WYRÓB TYTONIOWY SKŁADAJĄCY SIĘ Z RURKI Z CIENKIEJ BIBUŁKI (GILZY) O ŚREDNICY DO 1 CM I O DŁUGOŚCI 12 CM, W KTÓREJ ZNAJDUJE SIĘ MIESZANKA TYTONIOWA ZAWIERAJĄCA SPREPAROWANE LIŚCIE RÓŻNYCH ODMIAN TYTONIU.



CO SIĘ DZIEJE W NASZYM ORGANIZMIE KIEDY PALIMY PAPIEROSA?

- PODCZAS PALENIA PAPIEROSA ZAWARTA W DYMIE PAPIEROSOWYM NIKOTYNA DOSTAJE SIĘ DO KRWI I WYWIERA SWOJE DZIAŁANIE NA ORGANIZM PALACZA. OPRÓCZ NIKOTYNY DYM TYTONIOWY ZAWIERA TYSIĄCE INNYCH SZKODLIWYCH, RAKOTWÓRCZYCH SUBSTANCJI CHEMICZNYCH.



UZALEŻNIENIE OD NIKOTYNY

SKUTKI PALENIA TO ZABURZENIE GŁÓWNIEM W UKŁADZIE KRAŻENIOWO-NACZYNIOWYM, NATOMIAST WDYCHANIE SUBSTANCJI SMOLISTYCH I GAZÓW (CO, CO₂) DO ROZWOJU CHORÓB NOWOTWOROWYCH.

CZAS DZIAŁANIA NIKOTYNY PO PRZENIKNIĘCIU DO OŚRODKOWEGO UKŁADU NERWOWEGO UTRZYMUJE SIĘ OKOŁO 30 MINUT, CO WARUNKUJE CZĘSTOŚĆ PALENIA PAPIEROSÓW PRZEZ OSOBY UZALEŻNIONE. NATYCHMIASTOWE POZYTYWNE DOZNANIA, JAK: USPOKOJENIE, ULGA, JASNOŚĆ UMYSŁU, POPRAWA NASTROJU ZACHĘCAJĄ DO DALSZEGO PALENIA.



SZKODLIWOŚĆ I SKUTKI PALENIA:

NIE OD DZIŚ WIADOMO, ŻE PALENIE TYTONIU JEST SZKODLIWE, ALE TAK NAPRAWDĘ CO POWODUJE?

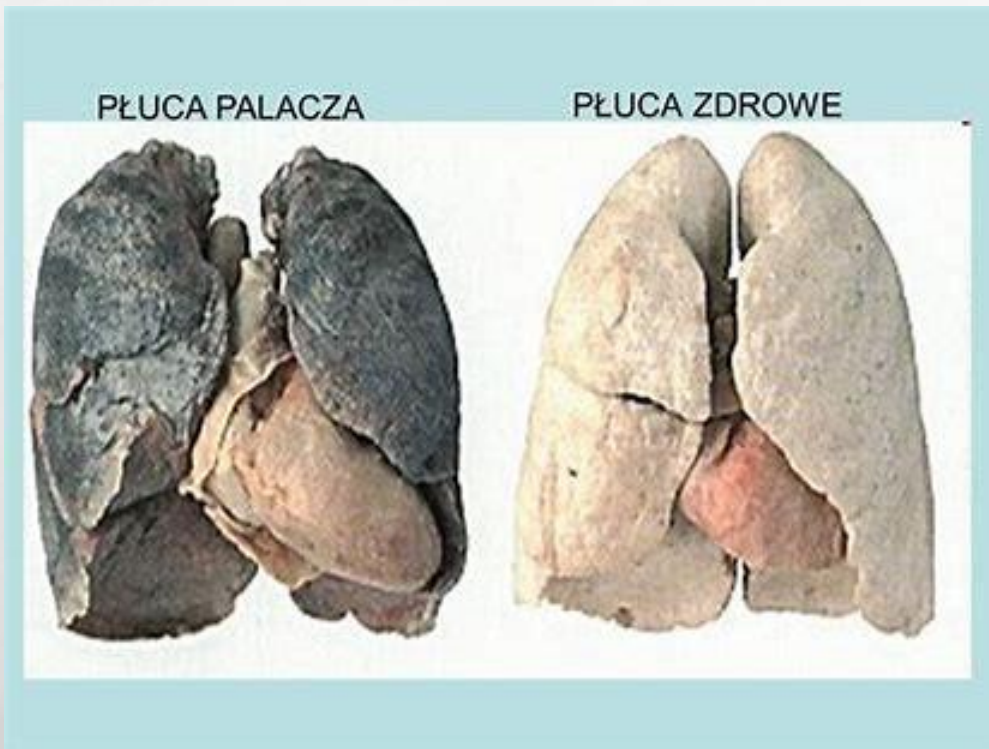
WIELOLETNIE PALENIE TYTONIU MOŻE POWODOWAĆ CHOROBY ZE STRONY UKŁADU ODDECHOWEGO, KRWIONOŚNEGO I POKARMOWEGO.

CO MIĘDZY INNYMI GROZI NAŁOGOWEMU PALACZOWI:

- NOWOTWORY ZŁOŚLIWE PŁUC, KRTANI, NEREK,
- CHOROBA WIEŃCOWA, ZAWAŁ SERCA, MIAŻDŻYCA,
- CHOROBY NACZYNIOWE MÓZGU, UDAR MÓZGU,
- NIE WSPOMINAJĄC JUŻ O EFEKTACH KOSMETYCZNYCH, SZYBKIM STARZENIU SIĘ SKÓRY, PRZEBARWIENIACH NA ZĘBACH CZY PAZNOKCIACH.



JAK WYGLĄDAJĄ PŁUCA PALACZA?



- UMIESZCZAM LINK DO TEGO GDZIE WIDAĆ JAK WCIĄGAJĄ I UTRZYMUJĄ POWIETRZE PŁUCA ZDROWE I PŁUCA PALACZA:
- [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=QKCPCD9APJG](https://www.youtube.com/watch?v=QKCPCD9APJG)
- PROSZĘ SKOPIOWAĆ I POKAZAĆ PALACZOM

CO TO JEST E-PAPIEROS?

- E-PAPIEROS (ELEKTRONICZNY INHALATOR NIKOTYNY, EIN) – ZASILANE AKUMULATOREM URZĄDZENIE INHALACYJNE DAJĄCE UŻYTKOWNIKOWI PODOBNE WRAŻENIA JAK PRZY PALENIU TRADYCYJNYCH PAPIEROSÓW. URZĄDZENIE POWODUJE ZAMIANĘ ROZTWORU INHALACYJNEGO NA WDYCHANY PRZEZ UŻYTKOWNIKA AEROZOL (ZAMIAST DYMU WDYCHANEGO PRZY PALENIU PAPIEROSÓW). ROZTWÓR INHALACYJNY (TZW. LIQUID) SKŁADA SIĘ ZAZWYCZAJ Z GLIKOLU PROPYLENOWEGO, GLICERYNY, AROMATÓW ORAZ NIKOTYNY W RÓŻNYM STĘŻENIU. NIEKTÓRE AROMATY STOSOWANE W ROZTWORACH INHALACYJNYCH ROZPUSZCZANE SĄ W GLIKOLU Z DODATKIEM WODY DEMINERALIZOWANEJ ORAZ ETANOLU, STĄD ŚLADOWE ILOŚCI TYCH SUBSTANCJI RÓWNIEŻ WYSTĘPUJĄ W PŁYNIE.



NOWY ELEKTRONICZNY: E-PAPIEROS

- JEST RODZAJEM INHALATORA Z NIKOTYNĄ, KTÓRY POJAWIŁ SIĘ STOSUNKOWO NIEDAWNO, BO W 2004 ROKU. PALACZE TYTONIU POCZĄTKOWO PODCHODZILI DO NIEGO NIEUFNIE. OBECNIE CORAZ WIĘCEJ OSÓB ZASTĘPUJE KLASYCZNE PAPIEROSY ICH ELEKTRONICZNYM ODPOWIEDNIKIEM CHOĆBY ZE WZGLĘDÓW EKONOMICZNYCH CZY ZDROWOTNYCH. NIEKTÓRE KORZYŚCI WYPŁYWAJĄCE Z JEGO UŻYWANIA SĄ OCZYWISTE. BRAK SMRODU W POMIESZCZENIACH, CZYSTE FIRANKI, ŚWIEŻY ODDECH, WIĘCEJ PIENIĘDZY W PORTFELU NIE BUDZĄ WĄTPLIWOŚCI. NATOMIAST MNIEJSZA SZKODLIWOŚĆ DLA ZDROWIA E-PAPIEROSÓW CZY TEŻ ICH POMOC W RZUCENIU PALENIA SĄ JUŻ PRZEDMIOTEM SPORÓW.
- PAPIEROSY ELEKTRONICZNE NIE SĄ POZBAWIONE SZKODLIWYCH DLA ZDROWIA SUBSTANCJI. POSIADAJĄ OKOŁO 10 ZWIĄZKÓW, KTÓRE MOGĄ SZKODZIĆ ZDROWIU. JEDNAK JEST TO O WIELE MNIEJ NIŻ W PRZYPADKU PAPIEROSÓW TRADYCYJNYCH.

PODSUMOWANIE

PAMIĘTAJ, ŻE PAPIEROSY NISZCZĄ ZDROWIE I SKRACAJĄ ŻYCIE. NIGDY NIE JEST ZA PÓŹNO, BY PRZESTAĆ PALIĆ. UWOLNIJ SIĘ OD NIKOTYNIZMU! PALENIE JEST JUŻ NIEMODNE I CZYNI Z CZŁOWIEKA NIEWOLNIKA NAŁOGU, OGRANICZAJĄC JEGO AUTONOMIĘ I NIEZALEŻNOŚĆ.



OSTRZEŻENIE !!!!!



PALENIE PAPIEROSÓW PRZYPOMINA
ROSYJSKĄ RULETKĘ:

NIKT Z BIORĄCYCH UDZIAŁ W GRZE

NIE JEST BEZPIECZNY, ZAWSZE KTOŚ MUSI
ZGINAĆ.....

JEDYNE PYTANIE TO:

KTO I KIEDY?

INFORMACJE DOTYCZĄCE TEMATU ZACZERPNAŁEM:

PORTAL.ABCZDROWIE

WIKIPEDIA

ZAPYTAJ.ONET.PL

BING IMAGES

YOUTUBE

