



БУЗ ВО «ВОРОНЕЖСКИЙ ОБЛАСТНОЙ
КЛИНИЧЕСКИЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»

**КУРИТЬ - НЕ МОДНО,
КУРИТЬ - ВРЕДНО!**

Курение - привычка, настолько вошедшая в быт, что многие даже не задумываются над ее возможными отрицательными последствиями. Отрицательное влияние начинает проявляться со временем и касается не только здоровья, но и привычного образа жизни.

- Курящий подросток не может сдать нормативы по физкультуре, да что там говорить, подъем по лестнице вызовет в его теле ощутимую усталость, двоение в глазах и легкое головокружение.
- Курильщик не способен запомнить тот объем полезной информации, который с легкостью откладывался в его голове еще до овладения этой пагубной привычкой. А плохая память – это резкий спад успеваемости в школе или другом учебном заведении.
- Курящие подростки чаще страдают от приступов головной боли на фоне интоксикации табачным дымом, поскольку чаще остальных посещают курилки и тесно контактируют с курящими собеседниками.
- Курение замедляет рост подростка, а курящие девушки могут не дождаться желаемого объема груди.
- Твоя жизнь укорачивается вместе с тлеющей сигаретой ровно на столько, сколько времени ты наслаждаешься ее дымом.

Интересные факты

- Выкуривая пачку в день, ты тратишь в год на сигареты более 40 тысяч рублей. На эти деньги можно было бы купить массу желанных вещей: одежду, гаджеты или накопить еще на более ценные вещи.
- Курение больше не считается чем-то модным или утонченным. На самом деле многие рассматривают это как вредную привычку. Сегодня модно быть здоровым и бодрым.

СДЕЛАЙ ВЫБОР В ПОЛЬЗУ ЗДОРОВЬЯ!



РИО БУЗ ВО «ВОКЦМП»

Тираж 500 экз.