

Dlaczego nałogi są szkodliwe?









**Natóg to uzależnienie,
przymusowe przyjmowanie
substancji uzależniającej,
psychiczne i fizyczne
przyzwyczajenie się
do tej substancji.
Powoduje negatywne
skutki zdrowotne
i społeczne.**






Czym jest papieros?

Papieros zawiera 4000 substancji o działaniu toksycznym, między innymi substancje smołowe takie jak:

-  **Węglowodory aromatyczne**
-  **Nitrozaminy**
-  **Estry kwasów tłuszczowych**
-  **Metale ciężkie**
-  **Pierwiastki promieniotwórcze (np. kadm, polon)**
-  **Chlorek winylu**

Substancje drażniące:

-  **Związki zwężające oskrzela**
-  **Związki upośledzające ruch rzęsek w drogach oddechowych**
-  **Związki pobudzające wydzielanie śluzu**

oraz

-  **Dwutlenek węgla – trujący gaz, który obniża stężenie hemoglobiny we krwi**

Alkohol

Etanol, zwany również alkoholem etylowym, to bezbarwna ciecz o charakterystycznym zapachu i ostrym piekącym smaku.

Masa cząsteczkowa: 46,07.

Temperatura topnienia: -130 st. C.









Temperatura wrzenia: 78 st. C.

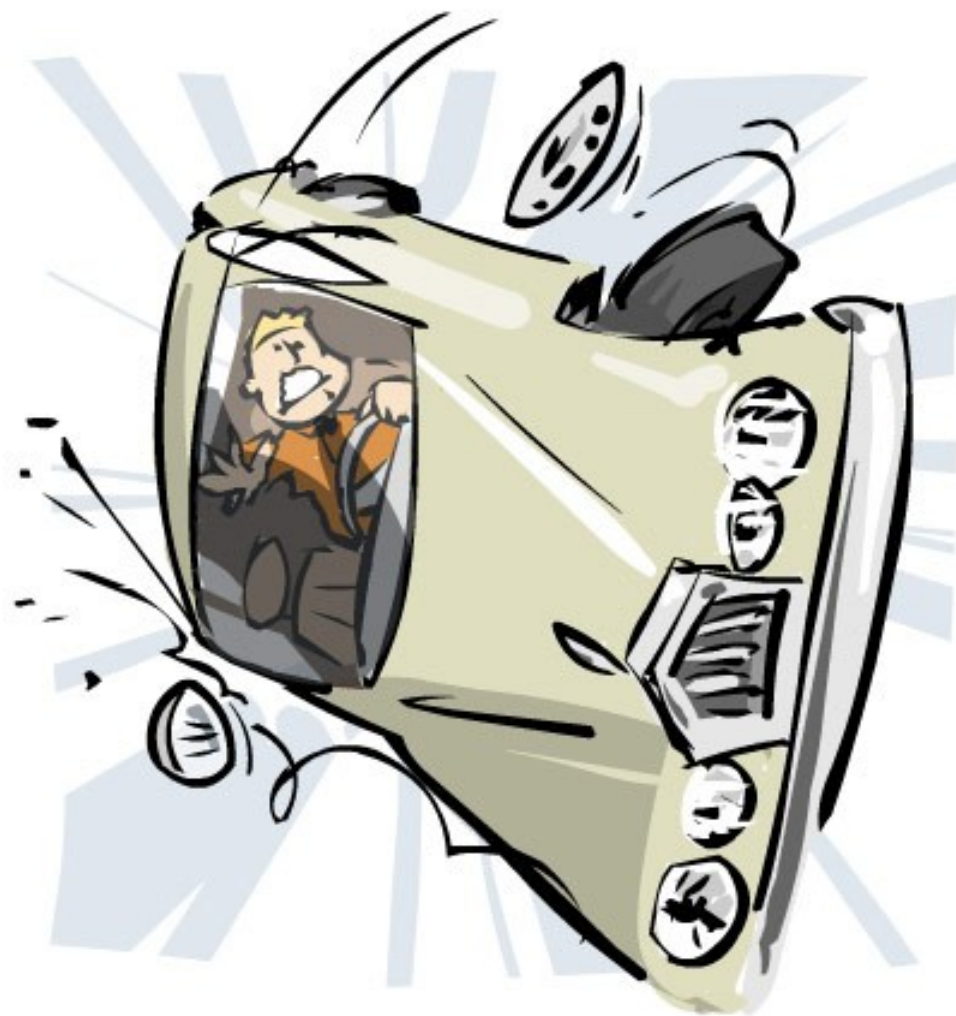
Wzór sumaryczny alkoholu to C_2H_5OH (cząsteczka składa się z dwóch atomów węgla, sześciu wodoru i jednego tlenu).

Otrzymywanie: przede wszystkim w różnego rodzaju procesach fermentacyjnych. Najstarsza metoda oparta jest na fermentacji skrobi zawartej w jęczmieniu, życie, ryżu, ziemniakach.



Negatywne skutki społeczne związane z alkoholem dotyczące jednostki:

-  **Bezrobocie**
-  **Samobójstwa**
-  **Skrócenie długości życia**
-  **Kłótnie i przemoc w rodzinie**
-  **Zubożenie i rozkład rodziny**
-  **Zaburzenia emocjonalne**
-  **Spadek wydajności pracy**
-  **Naruszenia prawa**



Co to jest narkotyki?

Narkotyki to środki wywołujące uzależnienie. Należy przy tym pamiętać, iż pojęcie to obejmuje zarówno substancje uzależniające o działaniu pobudzającym, np. środki psychostymulujące (amfetamina, kokaina) jak i o działaniu silnie hamującym (np. barbiturany, benzodiazepiny, alkohole, w tym alkohol etylowy) a także środki psychodysleptyczne (halucynogenne, np. LSD-25).



Wpływ narkotyków na nasze zdrowie:



zaburzenia rytmu serca,



niedokrwienie mięśnia sercowego (łącznie z zawałem),



nadciśnienie tętnicze,



tętniaki,



zaburzenia koordynacji ruchowej,



oczopląs,



drżenie mięśniowe,



zakażenia bakteryjne skóry (ropnie, czyraki),



zmiany grzybicze,



zapalenie tkanek



okołopaznokciowych,



choroby pasożytnicze skóry



(świerzb, wszawica),



zmiany skórne



Podsumowanie

Jeśli nie chcesz być alkoholikiem - nie pij alkoholu

Jeśli nie chcesz umrzeć na raka - nie pal papierosów

Jeśli nie chcesz zniszczyć swojego życia - nie bierz narkotyków

