

Gegužės 31-oji pasaulinė nerūkymo diena

Parašė

Birželio 01 d., Trečiadienis 15:50 -



Gegužės 31-oji pasaulinė nerūkymo diena

Parašė

Birželio 01 d., Trečiadienis 15:50 -

Rūkymas - tai viena iš priklausomybės ligų, kuri kasmet nusineša nemažai gyvybių. Nuo rūkymo sukeltų Gimnazistai paminėjo pasaulinę nerūkymo dieną. Mokiniai buvo skatinami pūsti balionus, muilo burbulus.

Kiekviena surūkyta cigaretė palieka pėdsaką žmogaus organizme:

- Rūkantį žmogų 3 kartus dažniau ištinka širdies infarktas.
- Rūkantiems tenka iki 80 proc. visų plaučių vėžio atvejų.
- Rūkančiojo širdis per metus suplaka 5-10 milijonų kartų dažniau.
- Rūkantieji 2,5 karto dažniau serga kvėpavimo sistemos ligomis.
- Rūkantieji 10 kartų dažniau serga skrandžio opalige.
- Rūkančiam diabetikui reikia 20 proc. daugiau insulino.
- Rūkančiuosius 2,5 karto dažniau darbe ištinka nelaimingi atsitikimai.
- Rūkančiam vairuotojui sutrinka spalvų suvokimas, mažėja regėjimo laukas, silpnėja dėmesys, reakcijos.
- Rūkymas iškreipia vartojamų vaistų poveikį.
- Rūkančių tėvų vaikai 1,5 karto dažniau suseraga astma.

Sveikata mūsų gyvenime nėra viskas, tačiau be sveikatos visa kita yra niekas.