***Курение - одна из вреднейших привычек!***

**Если рядом с вашим домом есть школа – вы наверняка не раз видели совсем молодых мальчиков и девочек, которые с гордостью подносят сигарету к губам. Честно говоря, когда я вижу их – на глаза наворачиваются слезы. Нет ничего более отвратительного и неестественного, чем самовольно гробить собственное здоровье. А когда этим занимается ребенок – становится по-настоящему страшно.**

**Подростковое курение – это самый важный период курения с которым нужно очень активно вести борьбу. Основной причиной, по которой подростки начинают курить, является заблуждение о том, что эта пагубная привычка является символом зрелости и мужественности. Молодые люди, насмотревшись вестернов и шпионских саг, заходят слишком далеко в желании подражать своим кумирам. Вспомните фотографии рок-музыкантов, которые нередко позируют с сигаретой. Да что уж там говорить, пропаганда зашла настолько далеко, что в слоганах табачных компаний постоянно встречаются призывы начать курить, а в рекламах сигарет снимаются модели и парни с развитой мускулатурой. И как нелепо на фоне всей этой рекламы выглядит скромная надпись, предупреждающая о вреде курения…**

**1-2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина. Курильщика спасает, что эта доза вводится в организм не сразу, а дробно. Статистические данные говорят: по сравнению с некурящими длительнокурящие в 13 раз чаще заболевают Стенокардией, в 12 раз - Инфарктом миокарда, в 10 раз - Язвой желудка. Курильщики составляют 96 - 100% всех больных Раком легких. Каждый седьмой долгое время курящий болеет Облитерирующим эндартериитом - тяжким недугом кровеносных сосудов.**

**Почему люди курят?**

**Очень часто на этот вопрос отвечают: «Не знаю», «Все курят и я», «За компанию».И только немногие скажут «Не курю вообще – это вредно для здоровья».Потому что курение вошло в моду.**

**Мода на курение среди юношей-подростков в первую очередь поддерживается стремлением копировать поступки взрослых.Они чувствуют, что это заставляет их выглядеть независимыми, более старшими, привлекательными.Они хотят нравиться и приниматься в компанию друзьями, которые курят.У некоторых дома курят родители и ребята начинают подражать или пробовать то же самое из любопытства. Иногда просто от скуки. В конце концов, курение становится привычкой.**

**Курение вредит вашему здоровью!!!**

**Сигареты содержат три ядовитых вещества: никотин, смолы,содержащие канцерогенные вещества и окись углерода. Безусловно,также ядовит и вреден даже сигаретный дым.**

**Нечем заняться? Займись спортом!!!**

**Колонин Лев 7 «Б»**