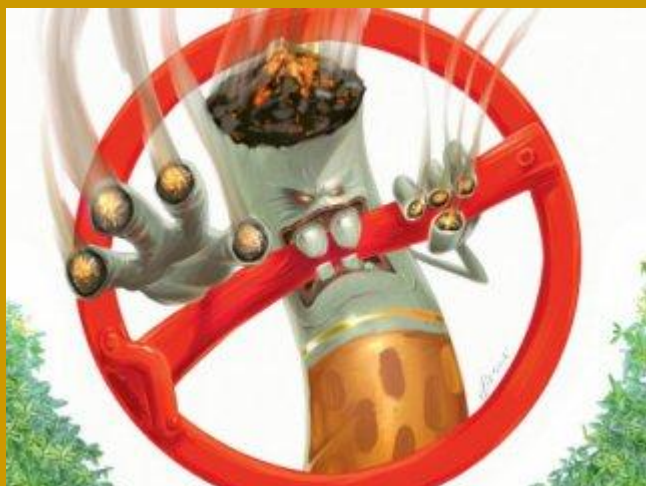


10 причин не курить

ПОДРОСТКУ:

1. Причиной 9-ти из каждых 10-ти случаев рака легких является курение. Рак легких неизлечим, а срок жизни больных с этим диагнозом - не более 5 лет.



2. В табаке содержатся вещества, употребление которых сильно увеличивает риск развития хронического бронхита, онкологических заболеваний и болезней сердца.

3. Регулярное курение вызывает зависимость. Большинство курильщиков очень хотели бы «завязать», но просто не в состоянии, так как они уже не могут без

никотина.

4. Имеются данные, что каждая выкуренная сигарета укорачивает жизнь на 12 минут.

5. Человек, выкуривающий даже одну сигарету в день, страдает от надсадного кашля и боли в легких.

6. Легко проследить связь между курением и школьной успеваемостью. По медицинским данным, среди учеников старших классов, успевающих на «хорошо» и «отлично», только 7% курящих время от времени. Что касается старшеклассников с весьма слабой успеваемостью, то среди них более 45% курильщиков.

7. Большинство подростков предпочитают заводить отношения с некурящими друзьями (юношами и девушками). 78% парней в возрасте 12-17 лет говорят, что хотят встречаться с некурящими девушками. 69% девушек этого же возраста хотели бы встречаться с юношами, которые не курят

8. Пачка сигарет стоит дорого! На эти деньги можно купить что-то действительно полезное или вкусное.

9. И вообще, время задуматься над тем, чего ты хочешь от жизни. Помни, что курение никогда не поможет тебе добиться важной цели, а всегда будет лишь мешать и тормозить.

10. Кстати, курят далеко не все! Только 18% подростков в возрасте 12-18 лет курят регулярно. Так что присоединяйся к некурящему большинству!