

УДК 546

Домбрович О. - ст. гр. ОВ-208

Технічний коледж Тернопільського державного технічного університету імені Івана Пулюя

ВПЛИВ ШКІДЛИВИХ РЕЧОВИН НА ПІДЛІТКА

Науковий керівник: викладач вищої категорії Пілярчук Г. Й.

Здоров'я — не особиста справа кожної людини. Здорова людина живе повноцінним життям і приносить велику користь суспільству. Здоровий спосіб життя — це система поведінки людини, що включає фізичну культуру, творчу активність, високоморальне ставлення до оточуючих, суспільства, природи, тому багато в чому наше здоров'я залежить від нас самих — від правильного харчування, загартовування, занять фізкультурою, догляду за шкірою та порожниною рота, дотримання раціонального добового режиму.

В роботі перераховано шкідливий вплив нікотину і алкоголю на організм підлітка. Перераховано речовини, які виділяє тютюн та їх шкідливу дію на людину. В даній роботі перелічені хвороби, які виникають при вживанні алкоголю і наведено приклади впливу цих речовин на підлітків. Висвітлено і пояснено причини чому ці речовини дуже шкодять молодому організму.

Проаналізовано ситуацію, яка на даний час турбує лікарів-наркологів та педагогів України.

Будь-яка непоміркваність, нестриманість завдають людині страждання, призводить до хвороб, знижують її інтелект. Фізичної, психічної, моральної, економічної шкоди суспільству завдають пияцтво, алкоголізм, наркоманія і така шкідлива звичка, як тютюнопаління. Всі ці вади, на жаль, сьогодні значно поширені серед молоді.

Нагадаємо, що дані Всесвітньої організації охорони здоров'я, опубліковані цього року, шокували фахівців — Україна стала абсолютним лідером серед сорока країн Європи по кількості підлітків 11 -15 років, які регулярно вживають алкоголь.

В Україні на сьогодні 40% дітей від 14 до 18 років вже «причастились» до алкоголю, і це при тому, що алкогольні напої особам до 18 років продавати заборонено.

За підрахунками Всесвітньої організації охорони здоров'я, повне пошкодження генофонду народу наступає вже при об'ємі алкоголевиробництва у 8 літрів на душу населення в рік. Зараз у незалежній Україні, за офіційною статистикою, що не враховує величезного тіньового алкогольного ринку, показник перевищив 14 літрів.

Таким чином, алкоголь це якби і невидима, але дуже могутня зброя, направлена на те, щоб позбавити людину розуму.

Пам'ятай, на 50% твоє здоров'я залежить від тебе самого, твоєї поведінки! Якщо ти хочеш бути здоровим — веди здоровий спосіб життя:

- дотримуйся правил особистої гігієни;
- займайся спортом;
- правильно харчуйся;
- загартовуйся.