

Профилактическая беседа «О вреде табакокурения»

9 апреля врач психиатр-нарколог филиала ГАУЗ «ООНД»-«ННД» Е.Л.Ткачёв провел профилактическую беседу с обучающимися 8-10 классов по теме «О вреде табакокурения».

О вреде курения сказано немало. Однако беспокойство ученых и врачей, вызванное распространением этой пагубной привычки, растет, так как пока еще значительное число даже школьников не считает курение вредным для здоровья. Курение - не безобидное занятие, которое можно бросить без усилий. Это настоящая наркомания, и тем более опасная, что многие не принимают всерьез. Курение отрицательно влияет на успеваемость школьника. Число неуспевающих возрастает в тех классах, где больше курящих. Курение школьников замедляет их физическое и психическое развитие. Состояние здоровья, подорванное курением, не позволяет выбрать род занятий по душе, добиться успеха (например, юношам стать летчиками, космонавтами, спортсменами, девушкам - балеринами, певицами и др.). Курение и школьник несовместимы...

Как известно, навыки, привычки, усвоенные в школьном возрасте, самые прочные. Это относится не только к полезным, но и к вредным привычкам. Чем раньше дети, подростки, юноши, девушки познакомятся с курением и начнут курить, тем быстрее привыкнут к нему, и в дальнейшем отказаться от курения будет очень трудно. Школьные годы - это годы роста как физического, так и умственного. Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками. Думается, ни у кого нет сомнения в том, что здоровый образ жизни способствует успеху. Все мы от рождения получаем определенный генетический набор, который должен обеспечить достижение максимально возможных для него жизненных целей. Но реализовать эти возможности на практике и достичь своего жизненного потолка даже в идеальных жизненных условиях могут только здоровые люди, которых среди ведущих здоровый образ жизни существенно больше.

Данная профилактическая беседа была нацелена не только на информирование, но и на формирование навыков готовности применять эти знания в каждой конкретной жизненной ситуации, популяризацию здорового образа жизни.

Ученики пришли к выводу, что только здоровые физически, интеллектуально и морально-духовные люди могут быть полезны своей стране. Проведенная беседа дала ребятам возможность получить больше информации о вреде никотина и о том, к чему может привести последствия данной пагубной привычки. Ребята с большим вниманием отнеслись к такой серьезной теме, поблагодарили за интересную беседу.

