

АЛКОГОЛЬ — ЭТО СМЕРТЬ



5,9%

СМЕРТЕЙ ВО ВСЕМ
МИРЕ ПО ПРИЧИНЕ
АЛКОГОЛЯ



25%

СЛУЧАЕВ СМЕРТИ
МОЛОДЕЖИ СВЯЗАНЫ
С АЛКОГОЛЕМ



5,1%

ОБЩЕГО ЧИСЛА ТРАВМ
И ЗАБОЛЕВАНИЙ
НАЧИНАЮТСЯ С АЛКОГОЛЯ



82%

УБИЙСТВ СОВЕРШЕНЫ
В СОСТОЯНИИ
АЛКОГОЛЬНОГО
ОПЬЯНЕНИЯ



АНОМАЛИИ ПЛОДА

АЛКОГОЛЬ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ
ПРИВОДИТ К РАЗВИТИЮ ФЕТАЛЬНОГО АЛКОГОЛЬНОГО
СИНДРОМА ПЛОДА И ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫМ РОДАМ

3 МЛН

ДЕТЕЙ ЕЖЕГОДНО ПОПАДАЮТ В БОЛЬНИЦЫ С ТРАВМАМИ



ОЖОГИ

Кухонные плиты, утюги,
кипяток, спички,
зажигалки, игры с огнём



ПАДЕНИЯ

Игровые площадки, стулья
и столы. Открытые окна
СМЕРТЕЛЬНО ОПАСНЫ!



УТОПЛЕНИЯ

Опасность представляют
любые открытые водоёмы
в любое время года



ОТРАВЛЕНИЯ

Медикаменты из домашней
аптечки, средства бытовой
химии, продукты



УДУШЬЕ

Пицца, леденцы, косточки,
семечки, мелкие детали
игрушек



ДТП

Игры возле дороги, незнание
ПДД, нет детских кресел
в автомобилях

НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА!

ЙОД

ВКУСНО
И ПОЛЕЗНО!

ДО 90%
ЧЕЛОВЕК
ПОЛУЧАЕТ
С ПИЩЕЙ



МОРЕПРОДУКТЫ

МОРСКАЯ КАПУСТА, РЫБА,
КАЛЬМАРЫ, МИДИИ, КРАБЫ



ФРУКТЫ

ХУРМА, ЯБЛОКИ,
ВИНОГРАД, СЛИВЫ



ЙОДИРОВАННАЯ СОЛЬ

ПРОФИЛАКТИКА
ЗАБОЛЕВАНИЙ



СВЕЖИЕ ОВОЩИ

МОРКОВЬ, СВЕКЛА, САЛАТ,
КАРТОФЕЛЬ, КАПУСТА



КЛАССИЧЕСКИЕ КРУПЫ

ГРЕЧНЕВАЯ, ПШЕННАЯ,
ЯЧНЕВАЯ



МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

СЫР, ТВОРОГ,
МОЛОКО



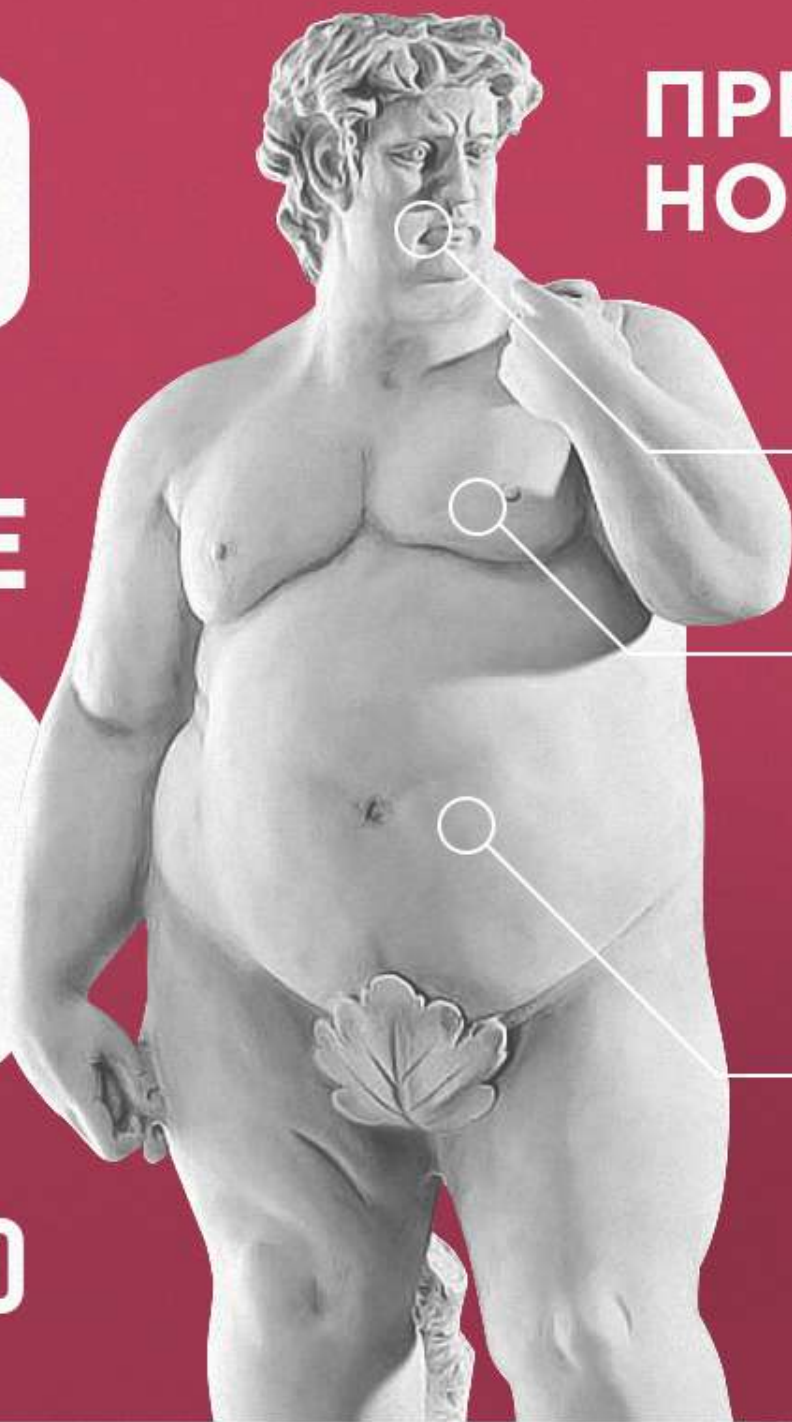
ЕЖЕДНЕВНАЯ НОРМА

100-150 МКГ

БЕРЕМЕННЫЕ И КОРМЯЩИЕ

200-220 МКГ

САХАР
НЕ БОЛЕЕ
50
ГРАММ В ДЕНЬ



**ПРЕВЫШЕНИЕ
НОРМЫ**



КАРИЕС



**СЕРДЕЧНО –
СОСУДИСТЫЕ
ЗАБОЛЕВАНИЯ**



**ОЖИРЕНИЕ
И ДИАБЕТ**

ЯДЫ ТАБАЧНОГО ДЫМА



5000
ЯДОВИТЫХ
СОЕДИНЕНИЙ

Бензол, мышьяк, хром, никель
и другие канцерогены



ПОЛОНИЙ-210
СВИНЕЦ-210

В легких курильщика
обнаружили радиоактивные
отложения полония и свинца



60 МГ
НИКОТИНА

60 мг – смертельная доза
никотина, такое количество
содержится в 1 пачке сигарет



УГАРНЫЙ ГАЗ

При попадании в кровь надолго
связывается с гемоглобином.
Это вызывает кислородное
голодание

ТАБАК – ЭТО СМЕРТЬ



ОНКОЛОГИЯ

Повышенный риск
возникновения
онкологических
заболеваний



ТРОМБЫ

Тромбообразование
в сосудах



СЕРДЕЧНО- СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Повышенное
артериальное давление,
инфаркт, инсульт



ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖКТ

Язвенная болезнь
желудка
и двенадцатиперстной
кишки



ПОРАЖЕНИЕ ЛЕГКИХ

Хроническая
обструктивная болезнь
легких и дыхательная
недостаточность



НАРУШЕНИЕ РАЗВИТИЯ

Нарушение развития
плода при курении
во время беременности