

Конкурс сочинений
«Выстоит сильный, выстоит добрый»

«О курении»

Выполнила
ученица 6 класса
МОУ «Пошатовский детский дом—школа»

Сухова Ирина

П. Пошатово
2005 г.



Курение.

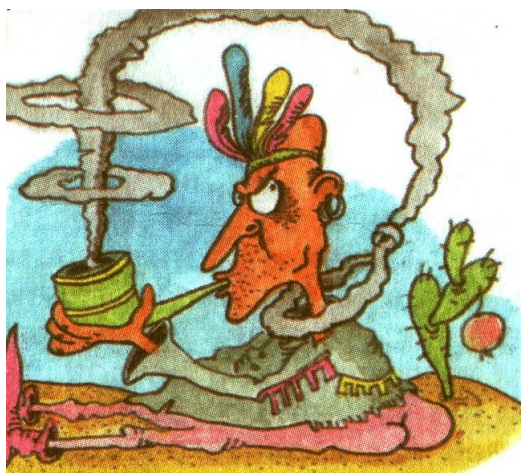


Человек, взяв в рот табак,
Не мог задуматься никак,
В чём смысл его курения.
Куренье как варенье.
Все мысли пропадают,
Как в рот сигара проникает.
-Ведь это лёгкому вредит,-
Сигаре сердце говорит.
«Ничуть меня то не тревожит,-
Ей сигарета гордо говорит,-
Я превращаю вас в рабов в рабов своих,
Чтоб сейчас же подчинились мне, а то
Я разрушу всех до одного».
Пришлось остаться в её чарах,
И чахнуть, и болеть.
Но нет, мы победим сигару,
В аду её пламенем гореть!



В народе весьма популярна присказка; «Не куришь и не пьёшь—здоровеньким помрёшь». Это такая едкая шутка разудалых людей над теми, кто предпочитает свежий воздух, ясную голову и насыщенную интересную жизнь. Смысл этой присказки такой: мол, кури—не кури, пей—не пей, а умирать всё равно придётся. К сожалению, избежать смерти не удаётся никому. Но неужели не имеет значения, с чем человек придёт к последнему дню? Курение и пьянство—извечные пороки человечества. Хотя многие люди их пороками не считают. Их логика проста: весь мир пил и курил—и ничего, выжил. Мир, действительно, выжил, а вот конкретные люди—далеко не все.

Одним из наиболее ядовитых для организма веществ является **никотин**. Он начинает систематически «обстреливать осколочными снарядами» наиболее уязвимые жизненно важные органы. Самые ощутимые удары достаются кровеносной системе, лёгким, дыхательным путям, слизистой оболочке, желудку. Страшнейшие удары принимает сердце. От прихотей курильщиков часто страдает здоровье окружающих.



Курение—опасная привычка, особенно потому, что многие не принимают её всерьёз. Началу курения может способствовать красивый вид упаковки, наличие зажигалки, подмеченная у кого-то манера держать сигарету, сбрасывать пепел, выпускать дым. Девушка, взяв сигарету, кажется себе взрослой, самостоятельной, смелой, и желание выделиться среди подруг берёт верх над волей и разумом. Первая попытка закурить, у всех без исключения вызывает чувство вкусового отвращения, но желание стать взрослой заставляет скрыть отвращение и продолжить насилие над собой. Вскоре возникает первая потребность закурить наедине. Вот ты и вступишь в отряд наркоманов. Почему наркоманов? Курение табака не является физиологической потребностью организма, а относится к отряду бытовой наркомании, обусловленной воздействием **никотина**.



Какие бывают осложнения с курением:

1. Остатки табачного дёгтя с никотином в лёгких.
2. Существует тесная зависимость между курением и раком лёгких. Риск заболевания прямо пропорционален числу выкуренных сигарет.
3. Из 100 случаев заболевания туберкулёзом 95 приходится на курение.
4. Курение вызывает поражение сосудов сердца, мозга и конечностей.
5. Среди больных язвой желудка 80 % курящих.

Особенно опасно курение для растущего организма. Школьники, которые курят, как правило, хуже учатся, чаще нарушают дисциплину. Задержка роста, общего развития, нарушение слуха, снижение зрения— всё это благодаря курению.

Если мой друг или подруга принимают наркотики, я постараюсь помочь им, дала совет, чтобы больше он не принимал их. Я никогда сама не буду курить и принимать наркотики и вам не советую. Обращайте внимание на своё здоровье и не давайте ему пропадать молодым.