



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

KÓD MATERIÁLU: VY_32_INOVACE_01_20

TÉMATICKÁ OBLAST: ZDRAVÍ

TÉMA: Kouření a alkoholismus

DATUM: 20. 4. 2014

AUTOR: Mgr. Kateřina Dudková

ŠKOLA: Odborné učiliště a Praktická škola, Nový Jičín, příspěvková organizace

OBOR VZDĚLÁNÍ: Praktická škola

ANOTACE: Materiál je určen k výuce tělesné výchovy. Žáci se seznámí s problematikou kouření a alkoholismu.

ZDROJE:

– Zdroj obrázků: www.office.microsoft.com – kliparty

KOUŘENÍ A ALKOHOLISMUS

- KOUŘENÍ A ALKOHOL PATŘÍ K NEJROZŠÍŘENĚJŠÍM NÁVYKOVÝM LÁTKÁM NA SVĚTĚ.



KOUŘENÍ:

= VDECHOVÁNÍ KOUŘE DO PLIC.

CIGARETA OBSAHUJE SPOUSTU ŠKODLIVÝCH LÁTEK:

- DEHET, NIKOTIN, TABÁK
- NEJROZŠÍŘENĚJŠÍM ZPŮSOBEM UŽÍVÁNÍ TABÁKU JE KOUŘENÍ CIGARET, DOUTNÍKŮ, DÝMEK NEBO VODNÍCH DÝMEK.
- NEMOCI Z KOUŘENÍ: POSTIHUJE CELÉ TĚLO
 - ZÁNĚT PRUDŮŠEK (KAŠEL)
 - RAKOVINA PLIC, JAZYKA, KRKU
 - INFARKT (NEMOCI SRDCE)
 - NEPLODNOST, KAZIVOST ZUBŮ, PLEŠATOST



!!! JE POTVRZENO, ŽE NÁVYK VYTVÁŘÍ UŽ PRVNÍ CIGARETA !!!

- CIGARETA JE ŠKODLIVÁ I TOMU, KDO POUZE POBÝVÁ V ZAKOUŘENÉM PROSTŘEDÍ. VZDUCH, KTERÝ KUŘÁCI VYDECHUJÍ, JE JEŠTĚ JEDOVATĚJŠÍ NEŽ TEN, KTERÝ VDECHUJÍ.
- KAŽDÁ CIGARETA POŠKOZUJE ZÁRODEČNÉ BUŇKY ŽENY A TO I TEHDY, KDYŽ ŽENA DOSUD NEOTĚHOTNĚLA.

ALKOHOLISMUS:

= ZÁVISLOST NA ALKOHOLU, OPILSTVÍ.



- VZNIKÁ PRAVIDELNÝM A DLOUHODOBÝM PITÍM ALKOHOLICKÝCH NÁPOJŮ (POZOR!!! I NA PIVU NEBO VÍNU SE MŮŽE ČLOVĚK STÁT ZAVISLÍM).
- ALKOHOL = JED

POSTIHUJE NEJEN SAMOTNÉHO JEDINCE, ALE I JEHO RODINU, PŘÁTELÉ. TENTO ČLOVĚK MÁ DÍKY ALKOHOLU PROBLÉMY V ZAMĚSTNÁNÍ, VE ŠKOLE.



V ČR SE MŮŽE PRODÁVAT ALKOHOL OD _____ LET.

- POSTUPNÉ ZVYŠOVÁNÍ DÁVEK ALKOHOLU VEDE K ALKOHOLISMU.
- POKUD SE U ČLOVĚKA OBJEVÍ ZÁVISLOST NA ALKOHOLU, JE DOBRÉ **VYHLEDAT ODBORNÍKA**, KTERÝ POMŮŽE S LÉČBOU.
- I TADY, JAKO U VŠECH JINÝCH NEMOCÍ PLATÍ, ŽE ČÍM DŘÍVE SE ČLOVĚK ZAČNE LÉČIT, TÍM VĚTŠÍ MÁ ŠANCI ZVÍTĚZIT NAD ZÁKEŘNOU NEMOCÍ.



LÉČBA ALKOHOLISMU = PROTIALKOHOLNÍ / ODVYKAČNÍ LÉČBA

- NEMOCNÝ SE LÉČÍ V PROTIALKOHOLNÍCH LÉČEBNÁCH, PACIENTŮM SE PODÁVAJÍ LÉKY POTLAČUJÍCÍCH CHUŤ NA ALKOHOL A VYUŽÍVAJÍ SE RŮZNÉ TERAPIE (PRACÍ, POVÍDÁNÍM, KRESLENÍM, PROCHÁZKAMA,...)

NEMOCI ALKOHOLIKŮ:

- NEMOCI JATER, ŽALUDKU, LEDVIN, VYSOKÝ KREVNÍ TLAK, PORUCHY PAMĚTI, PROBLÉMY S TĚHOTENSTVÍM

ZÁKONY A ALKOHOL:

1. ZÁKAZ PRODÁVÁNÍ ALKOHOKU POD _____ LET
2. ZÁKAZ ŘÍZENÍ AUTA _____
3. ZÁKAZ PITÍ ALKOHOLU V _____
4. ZÁKAZ VÝROBY ALKOHOLU DOMA