

SİGARANIN ZARARLARI



Ahmet Hilmi İMAMOĞLU
Adana Kız Lisesi Rehber Öğretmeni

SİGARA NEDİR ?

“Zehirli bir bitki olan tütünün ince bir kağıt içine sıkıştırılarak sarılmış halidir”



Sigara dumanında vücudumuz için zararlı 4.000'den fazla madde bulunur

TÜTÜN DUMANINDA BULUNAN DİĞER BAZI ZARARLI MADDELER

SİGARANIN GERÇEK YÜZÜ

Polonyum - 210 (radyo aktif/kanserojen) Radon (radyasyon)

Metanol (füze yakıtı) Tolüen (tiner) Kadmiyum (akü metali)

Bütan (tüp gaz) DDT (böcek öldürücü) Hidrojen Siyanür

Aseton (oje sökücü) Naftalin (güve kovucu) (gaz odaları zehri)

Arsenik (fare zehri) Amonyak (tuvalet temizleyicisi)

Karbon (egzoz Monoksit gazı) Nikotin zehir / uyuşturucu

+ 3.885 toksik/zehirli madde

900 santigrat ısı

Orijini : Tütün(ot)

Adı : Sigara

Katran (asfalt)

SİGARA İÇİLMESİNİN VÜCUTTAKİ ZARARLI ETKİLERİ

Organlar

Etkileri

Akciğerler

Öksürük, balgam, nefes darlığı, kanser

Kalp

Damarlarda tıkanma, kalp krizi

Ağız-Boğaz

**Tat almama, ağız kokusu, dişlerde sararma,
boğaz iltihabı, boğaz kanseri**

Burun

Koku almada azalma

Sindirim sis.

Mide kanseri, mide ülseri

Kemikler

Kemiklerde erime

Damarlar

Damarlarda tıkanma

Cilt

Ciltte kırışıklıklar

Eller

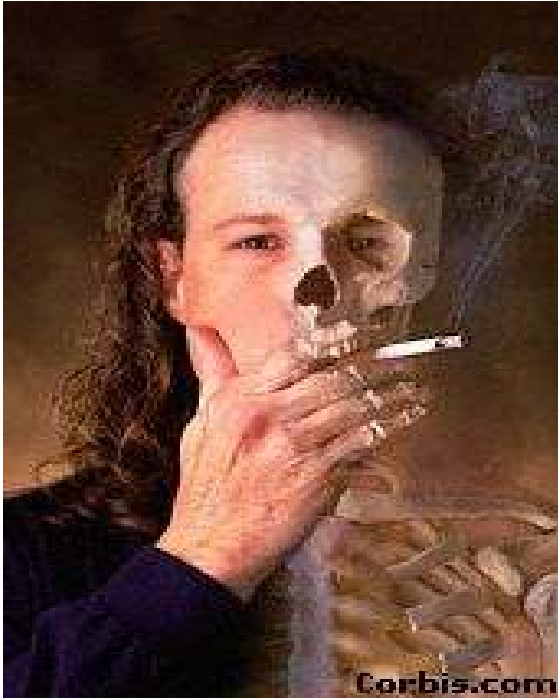
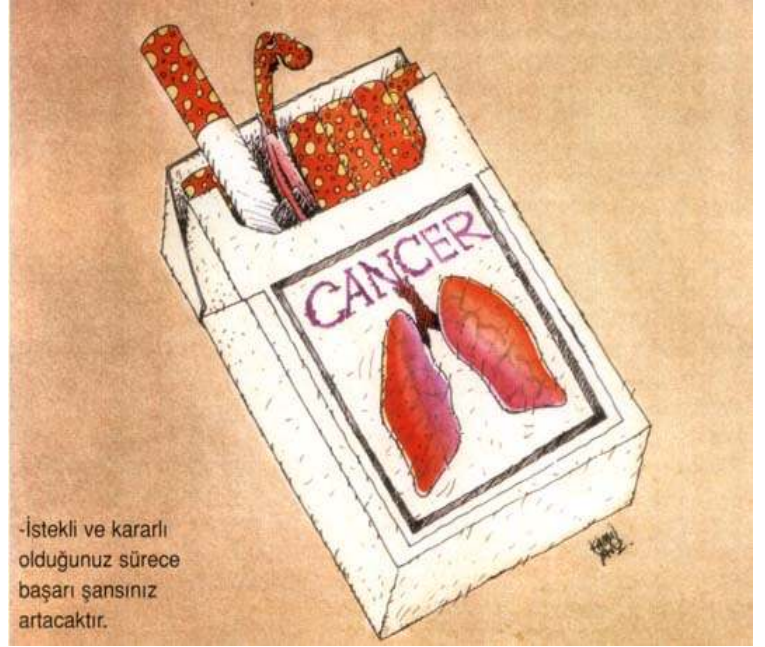
Parmaklarda sararma

Üreme sistemi

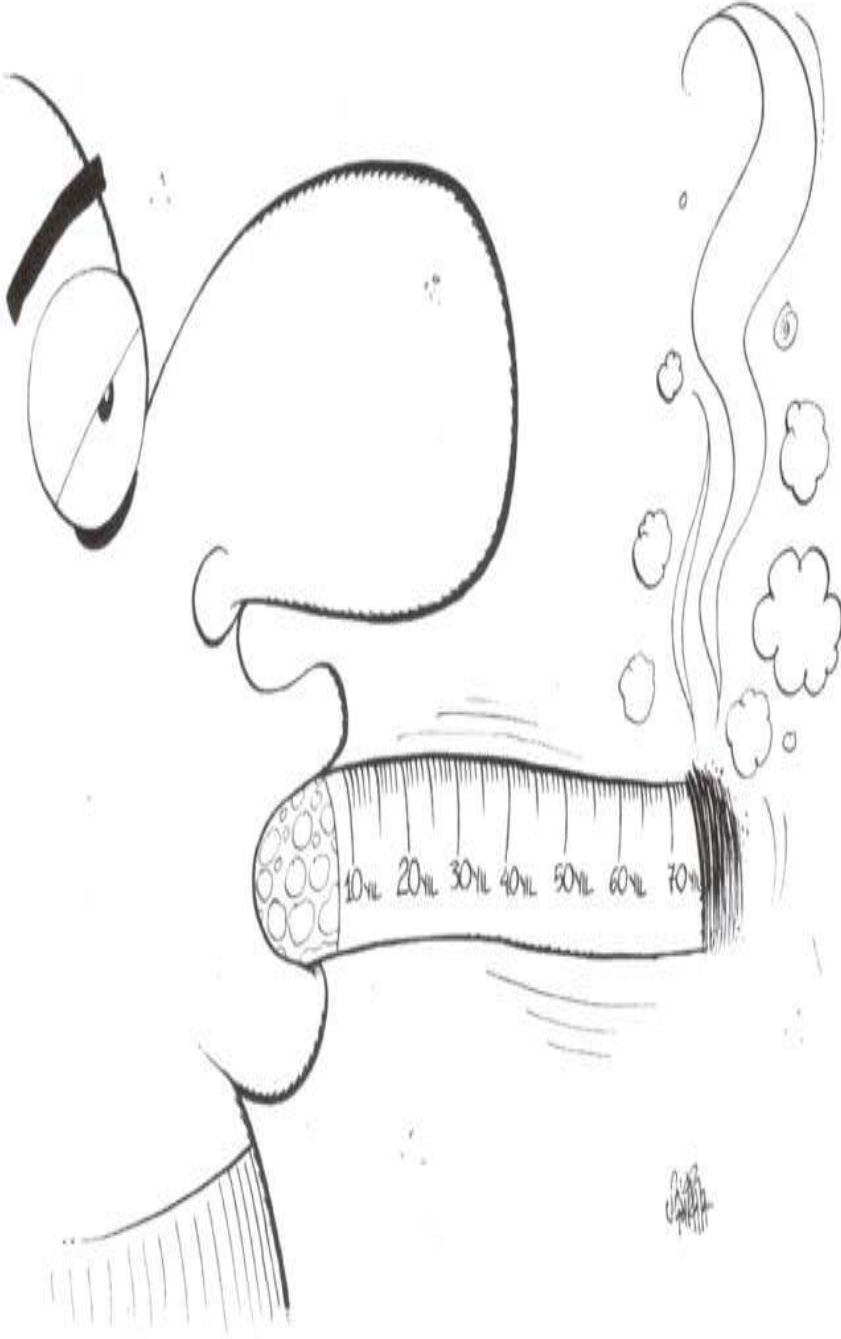
**Kanser, çocuk sahibi olamama, çocuk
düşürme, sağlıksız bebek doğurma
cinsel güç kaybı**

Sigara;

- Akciğer kanseri ölümlerinin % 90'ından,
- Tüm kanser ölümlerinin % 30'undan,



- Bronşit ölümlerinin % 75'inden,
- Kalp krizi ölümlerinin % 25'inden **sorumludur**



**İçilen her
sigara, insan
yaşamını 5
dakika kısaltır**

**Erken yaşlarda
sigaraya
başlayanların
ömrü
ortalama 20-25
yıl azalır**

Sigara içenler sadece kendilerine değil, çevrelerine de zarar verirler.



- **Buldukları çevrenin havasını kirletirler**

- **Çevrelerindeki insanların pasif sigara içmelerine neden olurlar**

- **Ev ve orman yangınlarına neden olurlar**



Her yıl ülkemizde 100.000 insanımızı erken yaşlarda sigaraya kurban veriyoruz

Her yıl 100.000 kişi ne anlama geliyor?



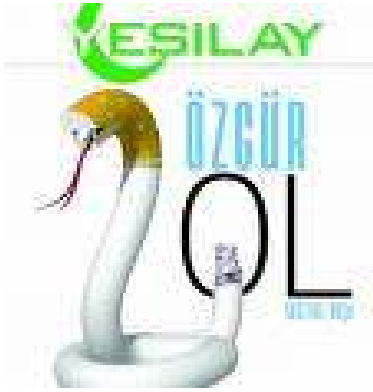
- Her gün bir uçak düşüyor ve 300 kişiye yakın insan ölüyor.

- Bir şehrimize atom bombası atılıyor kimse sağ kalmıyor
- Her gün içi dolu 6 otobüs uçuruma yuvarlanıyor ve kimse sağ kalmıyor



“SİGARAYA HAYIR” demek için sebepler:

- Gelişmiş ülkelerde gençler sigara içmiyor
- Sigara nefesin, saçın, elbiselerin kötü kokmasına neden oluyor
- Sigara parmakları ve dişleri sarartıyor
- Çevredeki insanların ve özellikle çocukların sağlığını bozuyor



- Sigara spor yapmaya engel oluyor
- Sigara içmek ve hastalıklarını tedavi etmek için çok para harcıyor
- Sigara akciğeri, kalbi ve bütün vücudu harap ediyor,
- Sigara KANSER yapıyor



**SİGARASIZ BİR
DÜNYA
DİLEĞİMİZLE,**

