

TÌM HIỂU TÁC HẠI CỦA THUỐC LÁ VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH



Khói Thuốc Là Gì?

Crong hỏi

Khói thuốc lá là khói từ điếu thuốc đang cháy, chứa hơn **4.000 hóa chất** độc hại!

Trong đó có ít nhất **69 chất gây ung thư**.

Khói thuốc thụ động là khói mà người không hút thuốc hít phải từ người đang hút.

Khói từ đầu điếu thuốc đang cháy còn **độc hại gấp 2-3 lần** khói do người hút thải ra!

Hãy nhớ: Khói thuốc không chỉ hại người hút mà còn hại người xung quanh!



Thành Phần Độc Hại Trong Thuốc Lá

Eddy khám phá



Eddy đã phân tích và phát hiện ra 4 chất độc nguy hiểm:

- 1. Nicotine** - Gây nghiện, làm tim đập nhanh
- 2. Tar (Nhựa thuốc)** - Làm đen phổi, gây ung thư
- 3. Carbon Monoxide (CO)** - Ngăn oxy đến não
- 4. Formaldehyde** - Chất gây ung thư mạnh

Các chất này tổn thương từng tế bào trong cơ thể!

Lời khuyên:

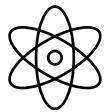
Đừng để các chất độc này vào cơ thể bạn!

CÁC TÁC HẠI CỦA THUỐC LÁ



CÁC TÁC HẠI CỦA THUỐC LÁ

1



**GÂY HẠI
CHO PHỔI**

2



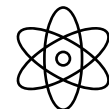
**GÂY BỆNH
UNG THƯ**

3



**ẢNH
HƯỞNG
ĐẾN TIM
MẠCH**

4



**ẢNH
HƯỞNG
NHỮNG
NGƯỜI
XUNG
QUANH**

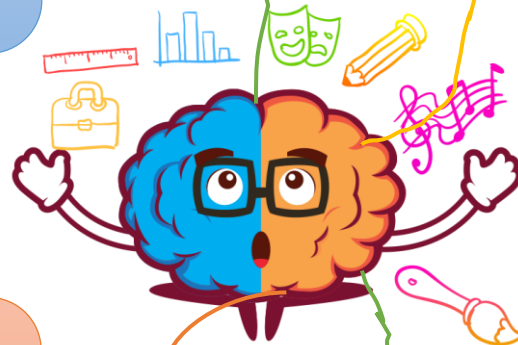
1. GÂY HẠI CHO PHỔI

Thuốc lá chứa nhiều chất độc hại.

Khi hút thuốc, khói thuốc đi vào phổi làm phổi bị đen và yếu dần.

Người hút thuốc thường bị ho, tức ngực và khó thở khi chạy nhảy hoặc làm việc nặng.

Nếu hút lâu ngày, phổi có thể mắc nhiều bệnh nguy hiểm.



II. GÂY BỆNH UNG THƯ



Trong thuốc lá có nhiều chất độc làm hại cơ thể.

Khói thuốc làm các tế bào trong phổi bị tổn thương.

Hút thuốc lâu ngày có thể làm xuất hiện tế bào ung thư.

Người hút thuốc dễ mắc ung thư phổi, ung thư miệng và ung thư họng.

Khói thuốc cũng có thể gây hại cho người hít phải xung quanh.

ẢNH HƯỞNG ĐẾN TIM MẠCH

01

Thuốc lá làm tim phải làm việc nhiều hơn bình thường.



02

Hút thuốc lá khiến mạch máu bị hẹp và máu lưu thông kém



03

Người hút thuốc dễ mắc bệnh tim và cao huyết áp.



ẢNH HƯỞNG ĐẾN NHỮNG NGƯỜI XUNG QUANH

1. Khói thuốc làm người xung quanh khó thở và ho nhiều
2. Trẻ em hít phải khói thuốc dễ bị bệnh về phổi và đường hô hấp.
3. Người thường xuyên hít khói thuốc cũng có nguy cơ mắc nhiều bệnh nguy hiểm.

CÁCH PHÒNG TRÁNH

Rody hướng dẫn



5 cách bảo vệ bản thân khỏi khói thuốc:

1. Không ở gần người đang hút thuốc
2. Yêu cầu người lớn không hút thuốc trong nhà
3. Mở cửa sổ thông thoáng khi có khói
4. Không chạm vào điếu thuốc hay bật lửa
5. Nói với bạn bè không thử hút thuốc

Bạn là "siêu anh hùng" bảo vệ sức khỏe của chính mình!

Tu-Tu Chở Bạn Đến Tương Lai!

Khỏe Mạnh - Vui Vẻ - Không Thuốc Lá



Hãy nhớ:

Sức khỏe của bạn là báu vật quý giá nhất!

Nói không với thuốc lá

Nói có với cuộc sống tươi đẹp!

Ngày 31/5 - Ngày Thế Giới Không Thuốc Lá