

YEŞİLAY KULÜBÜ KAPSAMINDA TOPLUMA HİZMET ÇALIŞMASI

KONU: Sigara ve Alkolün Sağlığa Zararları

UYGULAMA: Sigara ve alkolün zararları yazan kağıtlar ve bu konu ile ilgili ilgi çekici fotoğraflar çıkarılarak erkek öğretmenlerimiz ve kulüp öğrencileri tarafından köy kahvesine asılır.



Sigaranın Zararları

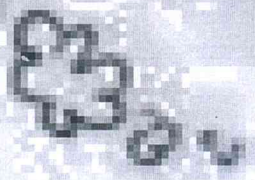
Sigarada 4000 civarında zararlı madde bulunur. Bu maddelerden nikotin, bağımlılığa; egzoz gazı, katran ve tiner gibi diğer maddeler ise vücudumuzda pek çok hastalığa neden olur. Sigara kullanımı en çok akciğerleri etkiler. Sigara kullanımı:

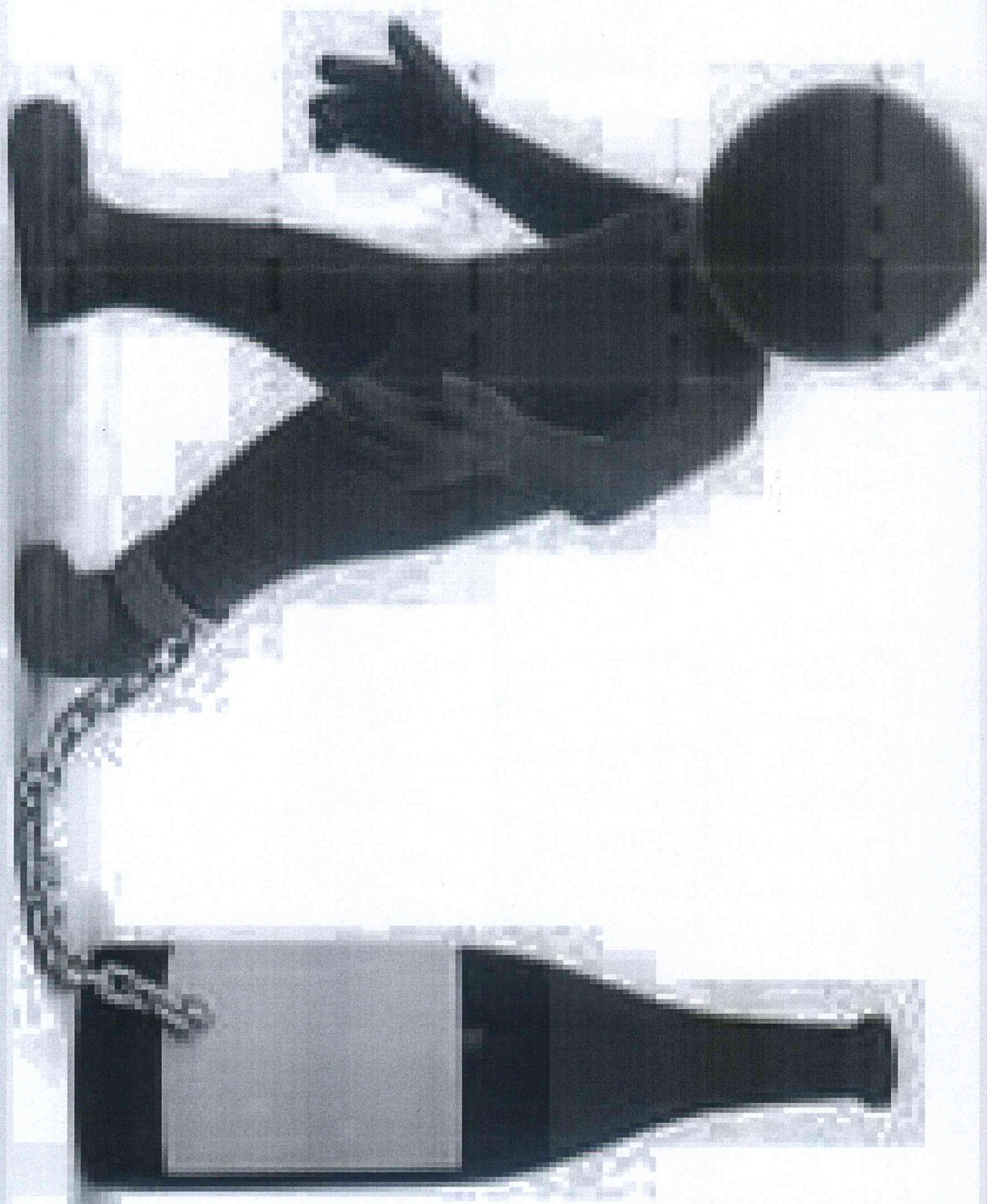
- ✓ Akciğer ve gırtlak kanseri
- ✓ Bronşit ve astım
- ✓ Kalp ve damar hastalıkları
- ✓ Sindirim bozukluklarına yol açar
- ✓ Zararlı maddeler kana karışır
- ✓ Nikotin, beynin ve dolaşım sisteminin çalışmasını olumsuz etkiler
- ✓ Akciğerlerde oluşan zift, akciğer kanserinin sebeplerindedir.



DIKOLONG ARAG KULLANAN
ARACHINDAN SEDVEILEINER.

NKFU.COM





ALKOL

Zararlı alışkanlıklardan biri de alkol kullanımıdır.

Sigara gibi alkolda de vücut için çok zararlı zehirli ve uyuşturucu maddeler vardır.

Bu nedenle alkollü maddelerin kullanımı vücut sağlığını bozar.

insanların kendini kontrol edememesine neden olur. Bu da istenmeyen durumlara yol açar.

ZARARLARI

- Kalp atış hızını artırır, kan dolaşımı düzenini bozar.
- Mide, bağırsak hastalıklarına neden olur. Ülser ve Gastrit hastalığı yapar.
- Bağırsakların çalışma düzenini bozar, ishallere neden olur.
- Karaciğer kanseri ve SİROZ hastalığı nedenidir.
- Böbrek sağlığını bozar.
- Unutkanlık, hafıza kaybı, korku, kıskançlık ve sinir buhranlarına neden olur.
- Ani ölüm nedeni olabilir.