


KARTA PRACY: DEFINICJA PALENIA

PRZYCZYNY, DLA KTÓRYCH LUDZIE ZACZYNAJĄ PALIĆ TYTOŃ?

LIWE SKUTKI SPOŁECZNE I ZDROWOTNE PALENIA



H. Zwiększa ryzyko uszkodzenia naczyń krwionośnych i wystąpienia apresji lub udarów.

G. Nowotwór, który może prowadzić do problemów z oddychaniem i mówieniem.

E. Może prowadzić do zaostrzenia objawów i większych problemów z oddychaniem.

C. Zwiększa ryzyko wystąpienia miażdżycy i zawałów serca.

F. Umożliwia niekupowanie insuliny i powoduje problemy z regulacją poziomu cukru.

A. Stan zapalny w drogach oddechowych, który utrudnia oddychanie.

D. Objawiający się bólem, trudnościami w mówieniu i jedzeniu, często związany z paleniem

B. Najczęstszy nowotwór związany z paleniem, charakteryzujący się kaszlem, dusznością i krwiopluciem.

Choroby serca

Nowotwór krtani

Zwiększone ryzyko udaru mózgu

Przewlekła obturacyjna choroba płuc

Rak jamy ustnej

Nowotwór płuc


Cukrzyca typu 2


Astma

KARTA PRACY: FAKTY I MITY O PALENIU

	Fakt/Mit (F/M)	Krótkie Wyjaśnienie (do uzupełnienia)
Wpływ na zdrowie.		
Ryzyko chorób płuc.		
Życie bez ryzyka		
Trzymanie zdrowia, nawet po		
Opieka o skórę i wygląd		
Bezpieczne.		
Problemy z płodnością.		
Możliwość uzależnić się.		

UZALEŻNIENIE OD PAPIEROSÓW





OCENIJ KAŻDE STWIERDZENIE JAKO PRAWDA (P) LUB FAŁSZ (F).

Stwierdzenie	P/F
1. Tytoń został pierwotnie użyty przez rdzenną ludność Ameryki w celach leczniczych.	
2. Krzysztof Kolumb wprowadził tytoń do Europy w XIX wieku.	
3. Masowa produkcja papierosów rozpoczęła się w XX wieku.	
4. Reklama papierosów w XX wieku przedstawiała palenie jako symbol zdrowia.	
5. Palenie papierosów jest związane z wieloma chorobami, w tym rakiem płuc.	
6. Ograniczenia dotyczące reklam papierosów wprowadzono dopiero w XXI wieku.	
7. Palenie papierosów stało się popularne w Europie we wczesnych latach 1600.	
8. Wszyscy palacze mają tę samą szansę na rozwój chorób płuc.	

KARTA PRACY: SKUTKI PALENIA

Zadanie: Uzupełnij luki, wpisując krótkoterminowe i długoterminowe skutki palenia dla zdrowia.

Krótkoterminowe	Długoterminowe
_____	_____
_____	_____
_____	_____

Więcej pieniędzy



Rodzina gotowa



Stres



Terapia zastępcza

