

„Palić, nie palić – oto jest pytanie?”



Szkoła Podstawowa  
w Jutrosinie  
Klasa 5A  
Natalia Pawlicka

*Kilka informacji  
o wyrobach tytoniowych*



**TYTOŃ** to roślina zielna, która występuje w przeszło 70 gatunkach.

Jednym z tych gatunków jest *tytoń szlachetny*, który uprawiany jest powszechnie jako surowiec do produkcji wyrobów tytoniowych takich jak:

- papierosy,
- cygara,
- tytoń fajkowy,
- tabaka.

Niektóre gatunki tytoniu to rośliny ozdobne, np. *tytoń sandera*.



## NAJPOPULARNIEJSZE WYROBY TYTONIOWE:



**Papieros** to wyrób tytoniowy składający się z rurki z cienkiej bibułki, wewnątrz której znajduje się mieszanka liści różnych odmian tytoniu.



**Fajka** to przedmiot służący do palenia tytoniu, w którym zamiast bibułki jest np. drewno, metal lub porcelana



**Cygaro** to wyrób tytoniowy, w którym mieszanka liści różnych odmian tytoniu umieszczona jest w sklejonych zwiniętych liściach tytoniu.



**Tabaka** to sproszkowany tytoń przeznaczony do zażywania przez nos.



Podczas palenia tytoniu zawarta w **dymie** nikotyna dostaje się do krwi palacza i działa na jego organizm (np. sprawia mu przyjemność, uspokaja go).



**Dym tytoniowy** zawiera tysiące innych szkodliwych, rakotwórczych substancji chemicznych!!!



## Niektóre składniki dymu tytoniowego:

- Nikotyna – silna trucizna ☹️
- Tlenek węgla – substancja toksyczna powodująca niedotlenienie ☹️
- Substancje smoliste – występują w ropie naftowej ☹️
- Kadm – występuje w bakteriach ☹️
- Aceton – składnik zmywacza do paznokci ☹️
- Naftalina – składnik środków odstraszających owady ☹️



## SKUTKI ZDROWOTNE NAŁOGU NIKOTYNOWEGO:

- choroby układu krążenia (np. zawał serca)
- choroby układu oddechowego (np. rak płuc)
- choroby układu pokarmowego (np. rak dziąseł)
- choroby zębów (np. próchnica)
- choroby oczu (np. zapalenie spojówek)
- choroby układu hormonalnego (np. nadczynność tarczycy)
- choroby układu rozrodczego (np. rak jajników)



# *Kilka informacji o e-papierosach*





**E-PAPIEROS** to elektroniczny inhalator nikotyny, czyli zasilane akumulatorem urządzenie inhalacyjne dające użytkownikowi podobne wrażenia jak przy paleniu tradycyjnych papierosów.



Urządzenie powoduje zamianę **roztworu inhalacyjnego** na wdychany przez użytkownika aerozol - zamiast dymu wdychanego przy paleniu papierosów.



**Roztwór inhalacyjny** (tzw. **liquid**) składa się zazwyczaj z glikolu propylenowego, gliceryny, aromatów oraz nikotyny w różnym stężeniu.

Liquid zawiera:

- glikol propylenowy[5] (30% do 99,6%),
- glicerynę (30% do 99,6%),
- nikotynę (0% do 3,6%)
- dodatki smakowe lub aromatyczne.

Podczas „zaciągania się” e-papierosem następuje podgrzanie płynu do temperatury 150-180 °C.

Wytwarzany jest aerozol, który jest wdychany przez użytkownika.



Najczęściej wymieniane różnice między e-papierosami a wyrobami tytoniowymi:

1. Nie zawierają tlenku węgla oraz niektórych substancji rakotwórczych.
2. Koszt e-palenia jest wielokrotnie niższy niż zakupu tradycyjnych papierosów.
3. Brak tzw. „dymu bocznego” - osoby przebywające w tym samym pomieszczeniu z użytkownikiem e-papierosa nie są narażone na bierne palenie.

Czy wobec tego E-PAPIEROSY są  
nieszkodliwe ? ? ?



## ZDECYDOWANIE NIE!

Wiele badań potwierdza ich niższą szkodliwość w porównaniu z wyrobami tytoniowymi, ale nie są to badania dokumentujące ich wpływ na zdrowie w dłuższym czasie.

E-papierosy są dość nowym produktem i niewiele o nich wiadomo.

Zawierają nikotynę i mogą przyczynić się do uzależnienia.

Palenie e-papierosów ma negatywny wpływ na układ oddechowy oraz rozwój mózgu.





Negatywny wpływ e-papierosów jest szczególnie widoczny u najmłodszych palaczy - poniżej 20 roku życia.



E-papierosy budują uzależnienie wśród dzieci i młodzieży!

# MODA NA E-PAPIEROSY ☹️



- są to nowoczesne produkty,
- niekiedy są modnymi gadżetami np. mają łączność ze smartfonem,
- można je „spersonalizować” do indywidualnego sposobu używania,
- mają bardzo szeroką gamę atrakcyjnych smaków,
- mają dawkę nikotyny, która daje uczucie przyjemności,
- dają poczucie przynależności do społeczności „wtajemniczonych” w środowisku rówieśniczym.

Młodzi ludzie są bardziej narażeni na uzależnienie.

Nie popełniaj tego błędu - **nie zaczynaj palić!** Nawet na próbę.

**WYBIERZ ŻYCIE WOLNE OD NAŁOGÓW!**







WYBIERZ ZDROWY  
STYL ŻYCIA 😊

**Nie pal papierosów !**

**Nie inhaluj się e-papierosami !**

# Odżywiaj się zdrowo, uprawiaj sport, dbaj o siebie 😊



*Źródła informacji:*

- *Wikipedia*
- *A. Helmin, J. Holeczek „Biologia na czasie”*

Dziękuję za uwagę

Natalia Pawlicka