

# АЛКОГОЛЬ – ЭТО СМЕРТЬ



5,9%

СМЕРТЕЙ ВО ВСЕМ  
МИРЕ ПО ПРИЧИНЕ  
АЛКОГОЛЯ



25%

СЛУЧАЕВ СМЕРТИ  
МОЛОДЕЖИ СВЯЗАНЫ  
С АЛКОГОЛЕМ



5,1%

ОБЩЕГО ЧИСЛА ТРАВМ  
И ЗАБОЛЕВАНИЙ  
НАЧИНАЮТСЯ С АЛКОГОЛЯ



82%

УБИЙСТВ СОВЕРШЕНЫ  
В СОСТОЯНИИ  
АЛКОГОЛЬНОГО  
ОПЬЯНЕНИЯ



## АНОМАЛИИ ПЛОДА

АЛКОГОЛЬ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ  
ПРИВОДИТ К РАЗВИТИЮ ФЕТАЛЬНОГО АЛКОГОЛЬНОГО  
СИНДРОМА ПЛОДА И ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫМ РОДАМ



3 МЛН

ДЕТЕЙ ЕЖЕГОДНО  
ПОПАДАЮТ В БОЛЬНИЦЫ  
С ТРАВМАМИ



### ОЖОГИ

Кухонные плиты, утюги,  
кипяток, спички,  
зажигалки, игры с огнём



### ПАДЕНИЯ

Игровые площадки, стулья  
и столы. Открытые окна  
смертельно опасны!



### УТОПЛЕНИЯ

Опасность представляют  
любые открытые водоёмы  
в любое время года



### ОТРАВЛЕНИЯ

Медикаменты из домашней  
аптечки, средства бытовой  
химии, продукты



### УДУШЬЕ

Пища, леденцы, косточки,  
семечки, мелкие детали  
игрушек



### ДТП

Игры возле дороги, незнание  
ПДД, нет детских кресел  
в автомобилях

НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА!

# ЙОД

**ВКУСНО И ПОЛЕЗНО!**

**ДО 90% ЧЕЛОВЕК ПОЛУЧАЕТ С ПИЩЕЙ**



**МОРЕПРОДУКТЫ**  
МОРСКАЯ КАПУСТА, РЫБА, КАЛЬМАРЫ, МИДИИ, КРАБЫ

**ЙОДИРОВАННАЯ СОЛЬ**  
ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЙ

**КЛАССИЧЕСКИЕ КРУПЫ**  
ГРЕЧНЕВАЯ, ПШЕННАЯ, ЯЧНЕВАЯ

**ЕЖЕДНЕВНАЯ НОРМА**  
**100–150 МКГ**

**ФРУКТЫ**  
ХУРМА, ЯБЛОКИ, ВИНОГРАД, СЛИВЫ

**СВЕЖИЕ ОВОЩИ**  
МОРКОВЬ, СВЕКЛА, САЛАТ, КАРТОФЕЛЬ, КАПУСТА

**МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ**  
СЫР, ТВОРОГ, МОЛОКО

**БЕРЕМЕННЫЕ И КОРМЯЩИЕ**  
**200–220 МКГ**

# САХАР

**НЕ БОЛЕЕ**

# 50

**ГРАММ В ДЕНЬ**



**ПРЕВЫШЕНИЕ НОРМЫ**

-  **КАРИЕС**
-  **СЕРДЕЧНО – СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ**
-  **ОЖИРЕНИЕ И ДИАБЕТ**



# ТАБАК – ЭТО СМЕРТЬ



## ОНКОЛОГИЯ

Повышенный риск возникновения онкологических заболеваний



## ТРОМБЫ

Тромбообразование в сосудах



## СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Повышенное артериальное давление, инфаркт, инсульт



## ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖКТ

Язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки



## ПОРАЖЕНИЕ ЛЕГКИХ

Хроническая обструктивная болезнь легких и дыхательная недостаточность



## НАРУШЕНИЕ РАЗВИТИЯ

Нарушение развития плода при курении во время беременности