

## 17 ноября – Международный день отказа от курения

17 ноября 2016 года студенты Эссентукского филиала СтГМУ провели акцию «Поменяй сигарету на конфету!», приуроченную к Международному дню отказа от курения.



Курение – одно из опасных пагубных пристрастий, влекущих за собой не просто смерть, а мучительные дни обострения заболеваний, связанных с употреблением табака. К сожалению, данная зависимость довольно распространённое явление и в России, и в других странах. По данным Всемирной организации здравоохранения каждые десять секунд на планете умирает один заядлый курильщик. Эти результаты исследований ужасают и заставляют задуматься: стоит ли сигарета таких последствий?

Студенты 151 группы специальности «Сестринское дело» под руководством преподавателя Падюковой Е.Ю. подготовили красочные плакаты, информационные буклеты о важности избавления от вредной привычки.



На городских улицах оказалось довольно много желающих поменять сигареты на сладкий леденец, тем самым сделать пусть робкий и маленький, но такой важный шаг в деле отказа от курения. К окончанию акции конфет практически не осталось, а вот сигарет было много (все до одной нещадно уничтожены). Жители и гости курорта активно участвовали в мероприятии, задавали вопросы будущим медицинским работникам об эффективных методах отказа от табакокурения.



Всем известно выражение: «капля никотина убивает лошадь». Некоторые ученые считают, что эта капля способна убить не одну, а трех лошадей. Каждый из тех, кто употребляет табачные изделия, рискует не только своим здоровьем, но и благополучием окружающих. Откажись от сигареты – не губи себя!

