



# ZLORABA ALKOHOLA IN CIGARET



(VPLIV NA ŽIVČEVJE  
IN OSTALE ORGANE)

BIOLOGIJA



# ALKOHOL



Alkohol pušča na človeka kratkotrajne ali dolgotrajne posledice. Posledice se kažejo na posamezniku in na njegovih bližnjih. Alkohol zelo posega v telesne sisteme.



# KRATKOTRAJNI UČINKI ALKOHOLO

- zastrupitev z alkoholom
- motnje srčnega ritma
- vnetje želodca
- motnje razpoloženja
- motnje ravnotežja
- motnje v presojanju
- nekritičnost
- nasilnost
- samomorilnost



# DOLGOTRAJNI UČINKI ALKOHOLA

Dolgotrajni učinki se kažejo na:

- **možganih**- motnje spomina, zmanjšanje miselnih sposobnosti, motnje spanja, motnje koncentracije, depresija, demenca, možganska kap, zasvojenost, zatemnitve, glavoboli...



- **živčevju po telesu-** vnetja in okvare živcev

- **prebavilih-** rane na želodcu, zamaščenje jeter, vnetje jeter, vnetje trebušne slinavke, žolčni kamni, želodčne bolečine, bruhanje...



- **srcu in žilnem sistemu-** popuščanje srca, nenadna srčna smrt, motnje ritma srca, obolenje srčnega žilja...

- Visok krvni pritisk, povečana verjetnost težav s srcem.

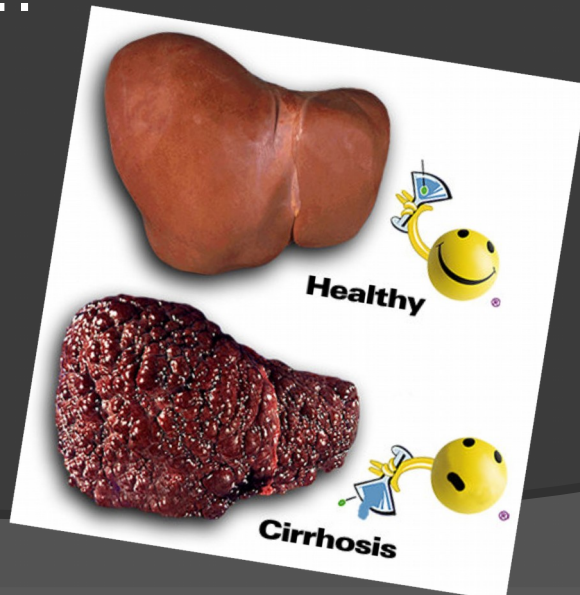
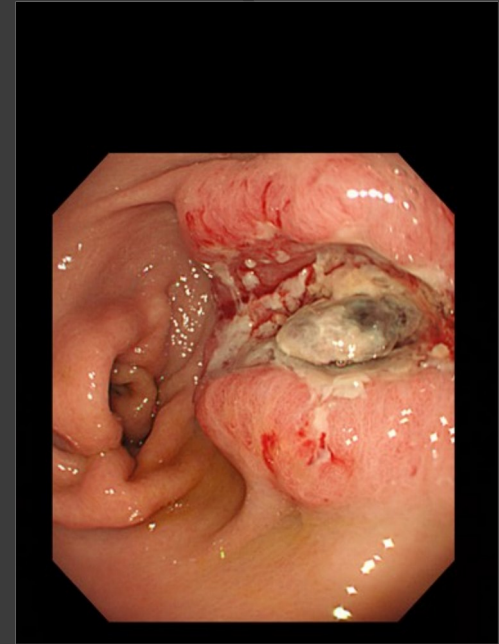


- **Pljučih-** povečana verjetnost pljučnih infekcij.
- **Spolni organi in izločala-** motnje v spolnosti, neredna menstruacija, problemi s plodnostjo pri ženskah in moških.
- **Nogah-** mravljinčenje in dehidracija.
- **Očeh-** podplute oči.

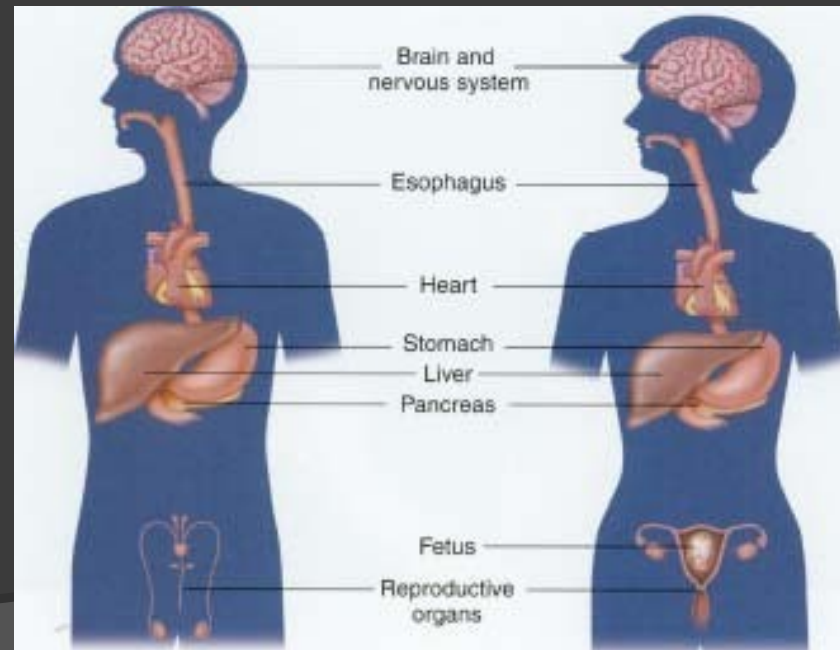
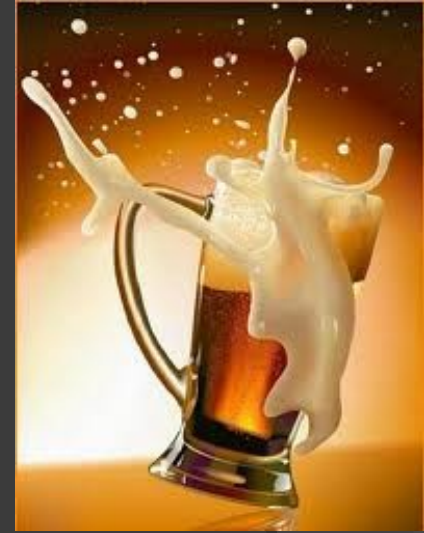


- **koži-** pogostejše bakterijske in glivične okužbe, razširitev drobnih žilic v podkožju (rdečica obraza).

- **rakaste bolezni-** požiralnik, želodec, ustna votlina, debelo črevo, jetra, dojka...

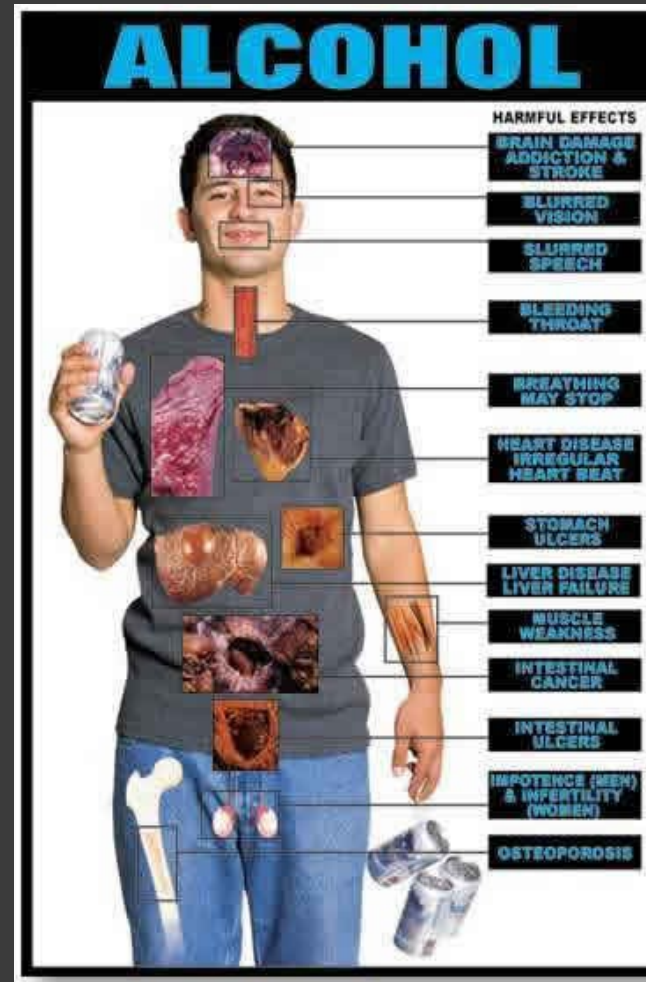
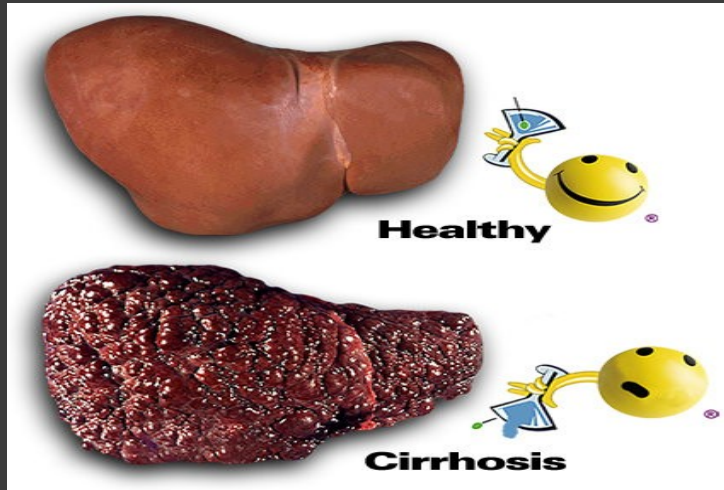


- Alkohol tudi širi žile
- Vrh tega alkohol povzroči večje izločanje vode iz telesa mokrenje je pogostejše in obilnejše. Obilno pitje naglo zmanjšuje količino sladkorja v krvi.





# POŠKODBE ALKOHOLIKA:



# KAJENJE



Cigaretni dim vsebuje nikotin, ki povzroča Odvisnost, hujše bolezni in posledično stalno uporabo tobačnih izdelkov. Kajenje je eden izmed številnih vzrokov za predčasno smrt. Vsak dan po svetu umre več tisoč ljudi zaradi kajenja.

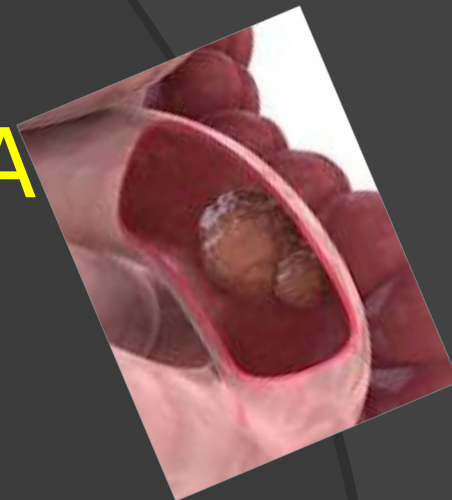


# POSLEDICE KAJENJA

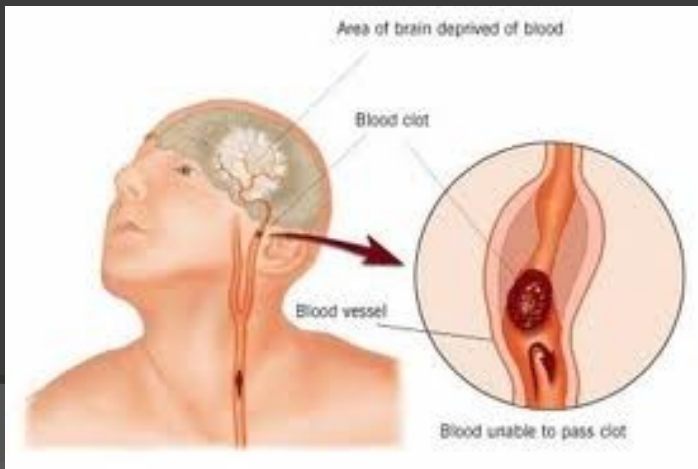
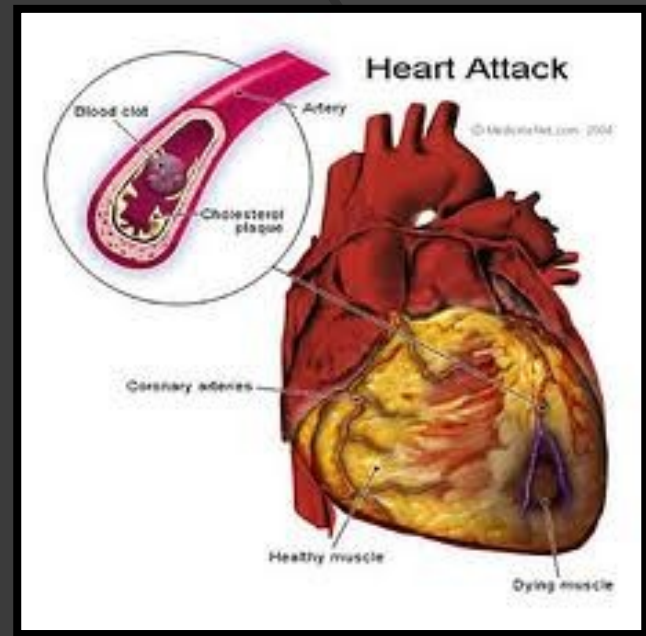
- **RAK**

**Najpogostejši je pljučni rak.**

Cigaretni dim vsebuje številne rakotvorne snovi. Kadilci imajo večje tveganje za raka ustne votline, grla, pogosteje zbole vajo za rakom požiralnika, želodca, črevesja, sečnega mehurja, prostate in ledvic.

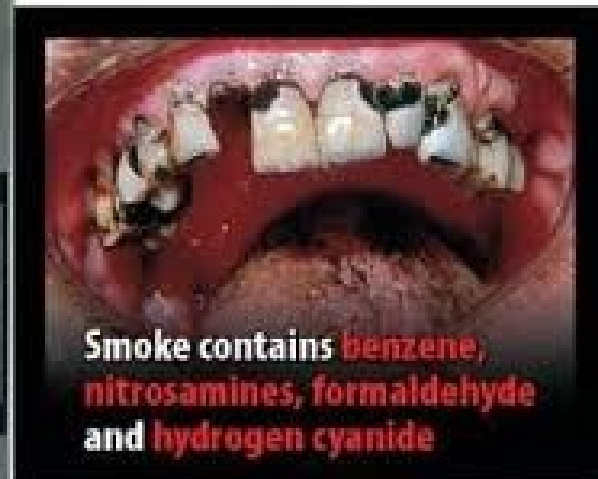
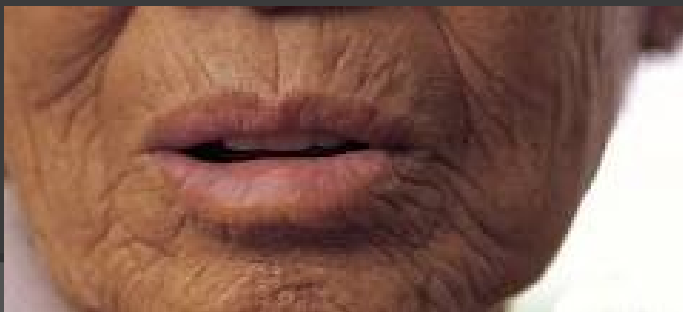


- **BOLEZNI SRCA IN OŽIJA**
- povišan krvni tlak
- povišana srčna frekvenca
- povečana poraba kisika
- zmanjšana kapaciteta rdečih krvničk
- srčni infarkt
- možganska kap



## ZUNANJE POSLEDICE

- rumeni zobje
- rumeni prsti
- gube in prezgodnje staranje
- tanjši lasje
- izgubljanje zob
- siva koža brez sijaja
- slabše celjenje ran
- ohlapen trebuh in strije
- kadike imajo večjo možnost za neplodnost



# NAJBOLJ PRIZADET ORGAN PRI KADILCIH:

- **Pljuča:** tujke navadno odstranjujejo iz pljučnega tkiva drobni laski (cilije), ki obrobirajo dihala in nenehno in nenehno pometajo drobne delce iz pljuč v izločeni sluzi.

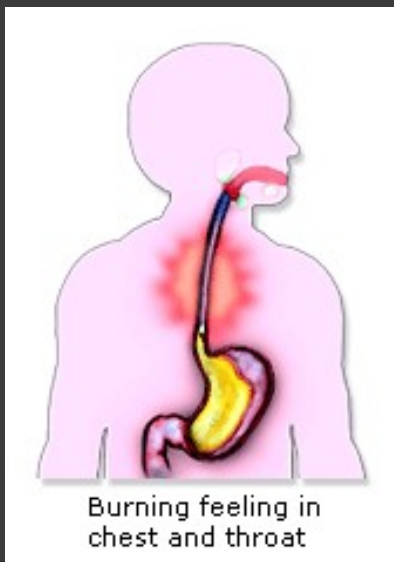
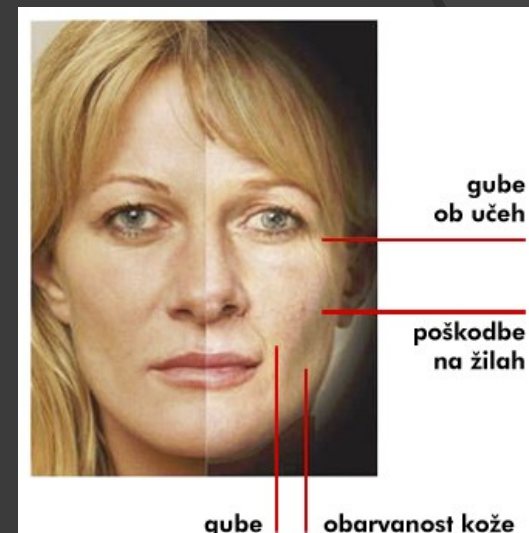
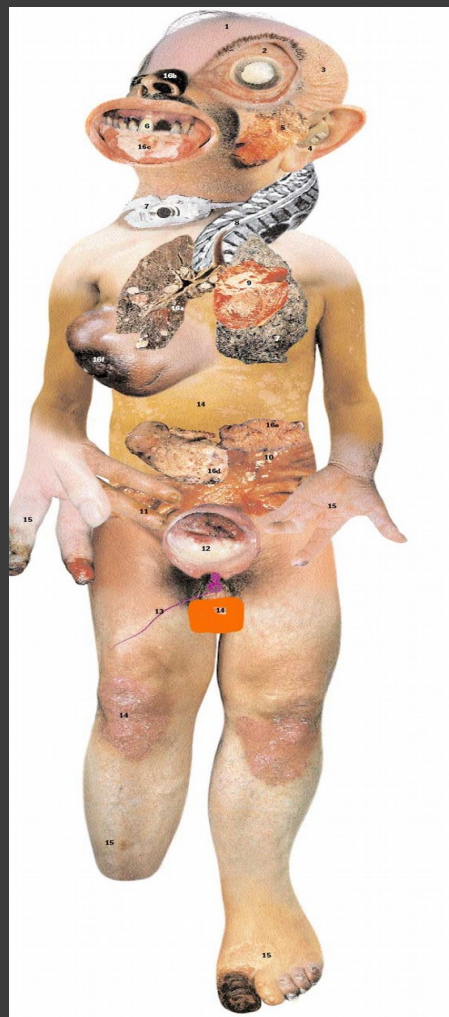
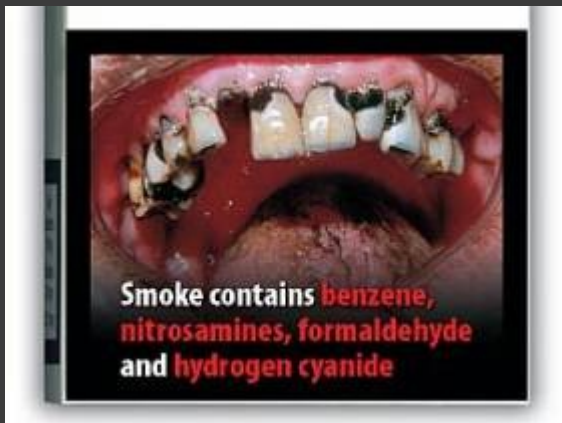


Healthy Lungs



Smoker's Lungs

# TELO KADILCA:





# ZANIMIVOSTI



- Telo zelo hitro absorbira alkohol. V nekaj minutah po zaužitju doseže možgane, mišice, živce in druge dele telesa.
- šele po 20 minutah se v arterijah vzpostavi normalen pritisk, srce začne pravilno biti in vzpostavi se normalna temperatura v rokah in nogah.
- po 48h se povrneta naš pravi okus in vonj







# VPRAŠANJA

- Naštej nekaj kratkotrajnih učinkov alkohola.
- zastrupitev z alkoholom, motnje srčnega ritma, vnetje želodca, motnje razpoloženja, motnje ravnotežja, motnje v presojanju, nekritičnost, nasilnost, samomorilnost.
- Kaj povzroča nikotin?
- Odvisnost, hujše bolezni ter posledična stalno uporabo tobačnih izdelkov.



- **Naštej zunanje posledice kajenja?**
- Rumeni zobje, rumeni prsti, gube in prezgodnje staranje, tanjši lasje, izgubljanje zob, siva koža brez sijaja, slabše celjenje ran, ohlapen trebuh in strije, kadičke imajo večjo možnost za neplodnost.
- **Kakšne posledice ima alkohol na človeka?**
- Dolgotrajne ali kratkotrajne posledice.





- Kakšne so posledice kajenja?
- Rak ter bolezni srca in ožilja.
- Kje se kažejo dolgotrajni učinki alkohola?
- Na možganih, živčevju, prebavilih, srcu in žilnem sistemu, spolnih organih in izločilih, pljučih, koži...



# VIRI IN LITERATURA:



- Knjiga: zdravstveni vodnik za družino, alkohol?

- [http://www.zzv-kr.si/sloncka/stran3\\_3.html](http://www.zzv-kr.si/sloncka/stran3_3.html)

- <http://www2.arnes.si/~tbolko/R06/projekt2c1/KAJENJE.html>

- <http://library.thinkquest.org/17360/text/tx-s-pos.html>

- <http://lifestyle.ena.com/Zdravje/Zdravje-zivljenje/10-posledic-kajenja-na-obrazu-n-telesu.html>





HVALA ZA  
DOZORNOST..!

