



משרד
הבריאות

בסמל מים צרופים ויחל



משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
השירות הפסיכולוגי ייעוצי



האגודה
למלחמה
בסרטן

מפזרים את מסך העשן



מהי סיגריה?

הסודות של חברות הטבק

אילו חומרים באמת מסתתרים בגלל הסיגריה?!



© תוכנית הפירעון והתושבות



משרד הבריאות
שירותי בריאות הציבור
המחלקה לניטור וקידום בריאות

המוצרים המוצגים בתמונה מכילים חומרים כימיים שנמצאים בסיגריות או בעשן הסיגריות. המוצרים ואריזותיהם לכשנלעצמם משמשים לצורך המחשה בלבד.



הרלוס: בארימות משרד הבריאות האוסטרלי

מי מעשן?

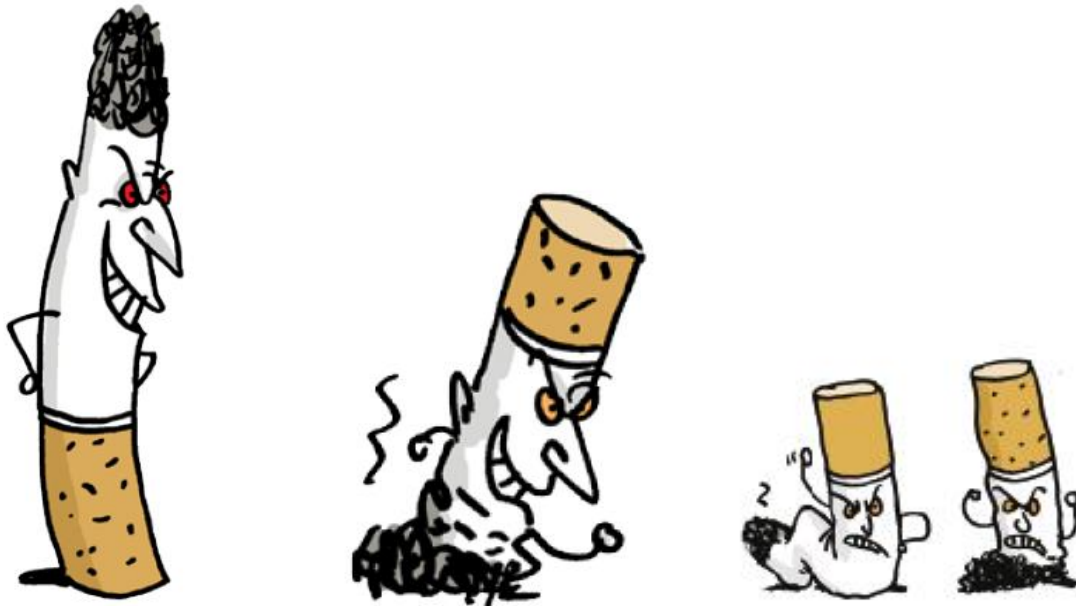
- רק אחד מכל חמישה מבוגרים מעשן

- הרוב לא מעשנים!



עישון בקרב בני נוער

- על פי סקר משנת 2011 רק אחד מכל חמישה תלמידים בכתות ו', ח' ו-י' התנסה אי פעם בעישון סיגריות או מוצרי טבק אחרים
- בנים מתנסים בעישון סיגריות יותר מבנות



מדוע צעירים מתחילים לעשן?



- סקרנות
- חיפוש ריגושים
- מרד במבוגרים
- "להיות - IN"
- אמונה שהעישון מרגיע
- הורים ובני משפחה מעשנים
- השפעת הפרסומות
- אמונה שכול המבוגרים מעשנים

נרגילה היא סיגריה!

- נרגילה היא כלי לעישון טבק
- המנגנון שלה זהה למבנה סיגריה – גחל בוער מחמם את הטבק, והמעשן שואף את העשן הלח לריאות
- המים בנרגילה אינם מזקקים את הרעלים
- עישון הנרגילה מסוכן לבריאות יותר מסיגריות!



מדוע צעירים מעשנים נרגילה?

- חוויה חברתית
- ההורים לא מתנגדים
- זמינות במקומות בילוי של צעירים
- חוסר מודעות באשר לנזקים



ניקוטין הוא סם ממכר

- הניקוטין נכנס לריאות המעשן בזמן העישון, נספג במוח באזור בו נספגים חומרים ממכרים אחרים וגורם להפרשת חומרים כימיים המשרים תחושת הנאה

- עם הפסקת השימוש בניקוטין מתפתחת תסמונת גמילה



העישון פוגע בבריאות וגורם לנזקים!

- פגיעה בכושר הגופני ובהישגים הספורטיביים
- קמטים בעור הפנים
- ריח רע והצהבת שיניים
- שיעול וקוצר נשימה
- מחלות לב וכלי דם
- מחלות סרטן (ריאות, גרון ועוד)
- מחלות ריאה
- פגיעה בפוריות



העישון הורג!

- מדי שנה נפטרים בישראל כ- 10,000 איש ממחלות הקשורות לעישון, מתוכם כ- 1,500 מעישון פאסיבי
- העישון הוא גורם המוות הגדול ביותר בעולם הניתן למניעה!



העישון פוגע בכיס!

- אדם המעשן חפיסה אחת ביום מוציא בממוצע כ- 10,000 ₪ בשנה



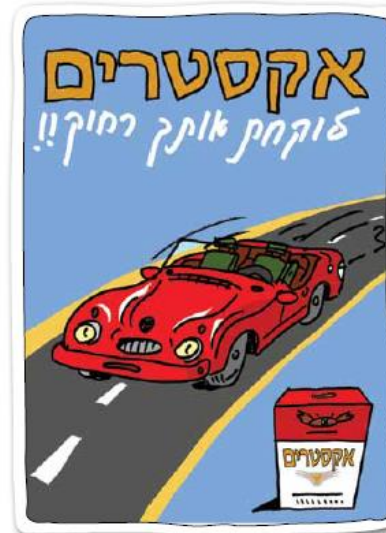
העישון פוגע באדם, בבעלי החיים ובסביבה!

- עשן הסיגריות ובדלי הסיגריות הינם גורמים מזהמים המכילים חומרים מסוכנים, מסרטנים ורעילים



חברות הסיגריות רוצות את הכסף שלכם!

- חברות הסיגריות משקיעות הון עתק בפרסום ובשיווק כדי לגרום לכם להתמכר לעישון
- אז שלא יעבדו עליכם!



העישון והחוק

בישראל קיימים שני חוקים מרכזיים העוסקים
בעישון:

- חוק מניעת העישון במקומות ציבוריים
והחשיפה לעישון
- חוק הגבלת הפרסומות והשיווק של מוצרי
טבק



אזהרות בריאות

- בישראל מופיעות אזהרות בריאות מילוליות על כל מוצרי הטבק
- בעולם מתחילים להשתמש באזהרות בריאות הכוללות תמונות והן תופענה בקרוב גם על מוצרי טבק בישראל



לחץ חברתי

- אחת ההתמודדויות הקשות של מתבגרים היא עמידה בלחץ חברתי
- מי שלא בטוח בעצמו נוטה לעשן כדי לא להיות שונה מחבריו
- ההנחה הרווחת בקרב בני הנוער היא שמרביתם מעשנים
- המחקרים מראים אחרת: רוב בני הנוער אינם מעשנים!





לעשן או לא? זאת השאלה...

- כמעט כל נער ונערה יעמדו יום אחד בפני ההחלטה האם לעשן או לא לעשן
- כעת כאשר אנו יודעים את העובדות הנכונות קל יותר להחליט לא לעשן
- אם גם את/ה תעמוד/תעמדי בפני ההחלטה מה תחליט/י?

