**Е**

 жедневно в мире выкуривается сотни, тысячи, сотни тысяч сигарет…каждый второй не Земле курит или пробовал курить, и все они знают, что курение вредит вернее сказать, губит их организм, но что хуже вредит здоровью их близких. Ведь известно, что пассивный курильщик получает вред гораздо больший, чем непосредственно сам курильщик. И самое ужасное из всего этого именно то что от курения папы или мамы на кухне страдает их малыш, который сам того не желая становится пассивным курильщиком и в будущем из-за вызванного привыкания к табачному дыму тоже уже с детства с ребятами в подворотне станет курить …

Курение притупляет обоняние, загрязняет легкие, снижает работоспособность человека, является причиной раковых и туберкулезных заболеваний легких и гортани, курящие молодые мамы вредят здоровью своих детей не только во время беременности, но и во время кормления грудью малыша. Доказано, что содержание легких заядлого курильщика по составу сходно с выхлопными газами автомобиля…. Ужасает и то, что курильщики с каждым годом становятся все моложе и моложе. Никто не удивляется сейчас, если видит что по улице идет подросток с сигаретой. Да, это привычное зрелище в наши дни. Подростки считают что курить модно и начинают курить только для того что бы выглядеть старше, «круче» и вписаться в компанию своего двора…но они глубоко ошибаются сейчас в моде спорт и здоровый образ жизни…

Но не только курение в наши дни является одной из главных проблем человечества…АЛКОГОЛЬ…вот еще один яд XX века, который люди употребляют самовольно, считая это решением всех своих проблем и средством забыться и уйти в себя, но это не так. Как алкоголь, так и табак вызывает быстрое привыкание, и человек что бы повторить это приятное ощущение расслабления и затуманивания мозга увеличивают дозу раз за разом, зависимым людям хочется испытывать это чувство снова и снова, снова и снова. Эти чувства вызваны тем, что наркотические вещества, к которым относится и табак и алкоголь воздействуют на нервные клетки, расслабляют их и придают телу легкость…

И лишь от вас зависит, хотите ли вы ради минутного удовольствия рисковать не только своей жизнью, но и жизнью свое будущего поколения. Миллионы людей по сей день пытаются бросить курить и употреблять алкогольные напитки, но при всем их желании им это не удается, а тысячи подростков, не смотря на это, берут в руки сигареты и бутылки с алкогольными напитками и становятся зависимыми от табака и алкоголя.

 Выполнила:

 ученица 9 класса

 Шукан Анастасия