



KOUŘENÍ TABÁKU

Tabák se kouří v cigaretách, doutnících a dýmkách. Výzkumy ukazují, že na nemoci, které souvisejí s kouřením tabáku, umírá denně na celém světě téměř 13 500 lidí. Předpokládá se, že do roku 2020 budou nemoci, které souvisejí s kouřením tabáku, příčinou 12 % všech úmrtí na celém světě.

Tabákový kouř obsahuje mnoho škodlivých látek. Nejškodlivějšími látkami jsou dehet, nikotin a oxid uhelnatý.

Otázka 1: KOUŘENÍ TABÁKU

Tabákový kouř je vdechován do plic. Dehet z kouře se ukládá v plicích, a to zabraňuje jejich správnému fungování.

Která z následujících činností je úkolem plic?

- A Vhánět okysličenou krev do všech částí těla
- B Přenášet kyslík ze vzduchu, který dýcháme, do krve
- C Čistit krev snižováním obsahu oxidu uhličitého na nulu
- D Přeměňovat molekuly oxidu uhličitého na molekuly kyslíku

Otázka 2: KOUŘENÍ TABÁKU

Kouření tabáku zvyšuje riziko onemocnění rakovinou plic a některými dalšími nemocemi.

Zvyšuje kouření tabáku riziko onemocnění následujícími chorobami? V každém řádku zakroužkuj „Ano“ nebo „Ne“.

Zvyšuje kouření riziko onemocnění touto chorobou?	Ano nebo ne?
Záněť průdušek	Ano/Ne
HIV/AIDS	Ano/Ne
Onemocnění srdce	Ano/Ne
Plané neštovice	Ano/Ne

Otázka 3: KOUŘENÍ TABÁKU

Někteří lidé, kteří chtějí přestat s kouřením, používají nikotinové náplasti. Náplasti jsou přilepené na kůži a uvolňují nikotin do krve. Lidem, kteří přestali kouřit, to pomáhá snížit chuť na cigaretu a zmírnit abstinční příznaky.

Pro výzkum účinnosti nikotinových náplastí byla náhodně vybrána skupina 100 kuřáků, kteří chtějí přestat kouřit. Skupina má být sledována po dobu šesti měsíců. Účinnost nikotinových náplastí má být měřena tak, že se zjistí počet lidí ve skupině, kteří do konce výzkumu nezačnou zase kouřit.

Která z následujících možností je nejlepší metodikou pokusu?

- A Všichni lidé ve skupině mají náplasti.
- B Všichni mají náplasti kromě jedné osoby, která se snaží přestat kouřit bez nich.
- C Lidé si vybírají, zda budou či nebudou používat náplasti, které by jim pomohly přestat s kouřením.
- D Náhodně vybraná polovina lidí používá náplasti a druhá polovina je nepoužívá.

Otázka 4: KOUŘENÍ TABÁKU

K přesvědčování lidí, aby přestali kouřit, se užívají různé metody.

Jsou následující způsoby boje proti kouření založeny na technologii? V každém řádku zakroužkuj „Ano“ nebo „Ne“.

Je tato metoda omezování kouření založena na technologii?	Ano nebo ne?
Zvýšení ceny cigaret	Ano/Ne
Výroba nikotinových náplastí, které lidem pomáhají odvyknout cigaretám.	Ano/Ne
Zákaz kouření na veřejných místech	Ano/Ne
Nabídka poradenských služeb lidem, kteří se snaží přestat s kouřením	Ano/Ne
Vynalezení pilulky bez nikotinu, která může lidem pomoci přestat s kouřením	Ano/Ne

Otázka 5: KOUŘENÍ TABÁKU

Jak velký zájem máš o následující informace?

V každém řádku zaškrtni pouze jeden čtvereček.

	Velký zájem	Střední zájem	Malý zájem	Nemám zájem
a) Jak dehet z tabáku snižuje výkonnost plic.	1	2	3	4
b) Proč je nikotin návykový.	1	2	3	4
c) Jak se zotavuje tělo poté, co člověk přestane kouřit.	1	2	3	4