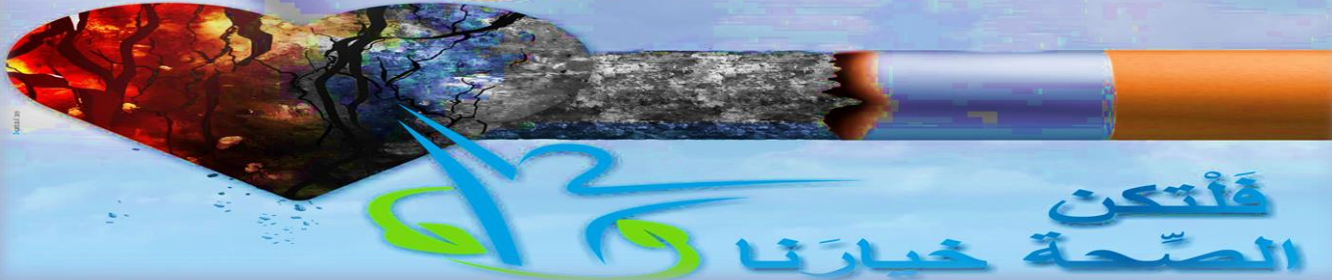


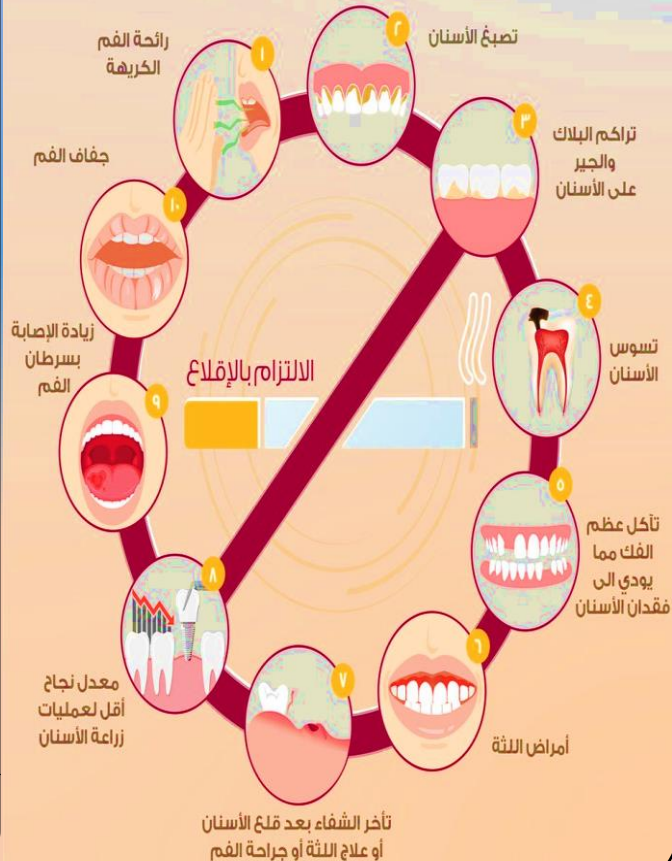
التدخين يحرق قلوبنا



اعداد وحدة الارشاد والتوجيه التربوي
بمشاركة مجموعة من السادة
التدريسيين

أضرار التدخين

على صحة الفم والأسنان



أضرار التدخين على صحة الأسنان مضاعفات خطيرة

تغير تركيبة اللعاب وقلته كميته
تعرض مينا الأسنان للضرر بفعل الأحماض
تدهور سريان الدم باللثة
اضطراب الدورة الدموية في اللثة

إفساد المظهر الجمالي للأسنان بفعل البقع الصفراء والبنية



نقص العناصر الغذائية والأكسجين وبالتالي تسوس الأسنان وتلف اللثة

ارتفاع خطر الإصابة بالتهاب دواعم السن والتهاب اللثة

يجب الإقلاع عن التدخين وتنظيف الأسنان بمعدل مرتين يوميا

يجب تنظيف الفراغات بين الأسنان بمعدل مرة يوميا بخيط الأسنان

أضرار التدخين على صحتك

يقلل أول أكسيد الكربون (الذي يستنشقه المدخنون أثناء التدخين) من كمية الأكسجين التي يحملها الدم

يزيد التدخين بكافة أشكاله من خطر الإصابة بارتفاع ضغط الدم

يدمر القلب، والأوعية الدموية

يزيد النيكوتين من ضغط الدم





أضرار التدخين على جسمك خلال جائحة فيروس كورونا

التدخين يضعف وظائف الرئتين والمناعة، وهو ما يتسبب في إعاقة الجسم في التصدي لفيروس كورونا وباقي الأمراض التنفسية.



تلامس الأصابع والفم أثناء التدخين، أو مشاركة الشيشة يزيد من احتمالات إصابتك بفيروس كورونا.



التدخين يزيد من احتمالات الإصابة بمضاعفات فيروس كورونا، والتي قد تصل إلى الوفاة.



7 أضرار للتدخين على مرضى الكلى

