

**Модуль 1: Никотиновая  
зависимость  
Почему люди курят?**



**ENSP**

**НАЧАТЬ**

После завершения Курса Вы сможете:



**Мне нравится это**

**Это помогает  
мне  
расслабиться**

**Это часть моей  
повседневной  
жизни**

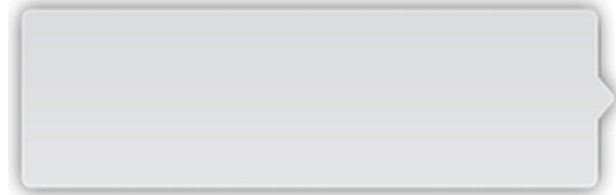
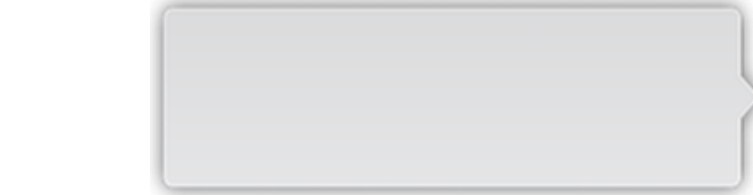
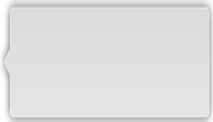
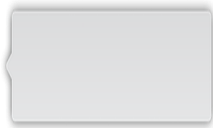
**Это помогает мне лучше думать**

**Это снимает стресс**

**Курение дает мне  
чувство подъема**



# Почему так трудно прекратить курение?



**Никотиновая  
зависимость**

**Отмена и тяга**

**Триггеры и  
рутины курения**

**Болезни  
настроения и  
психического  
здоровья**





Табак	32%
Героин	23%
Кокаин	17%
Алкоголь	15%
Стимуляторы	11%
Анксиолитики	9%
Каннабис	9%
Анальгетики	8%
Ингалянты	4%





- 
- 
- 
- 

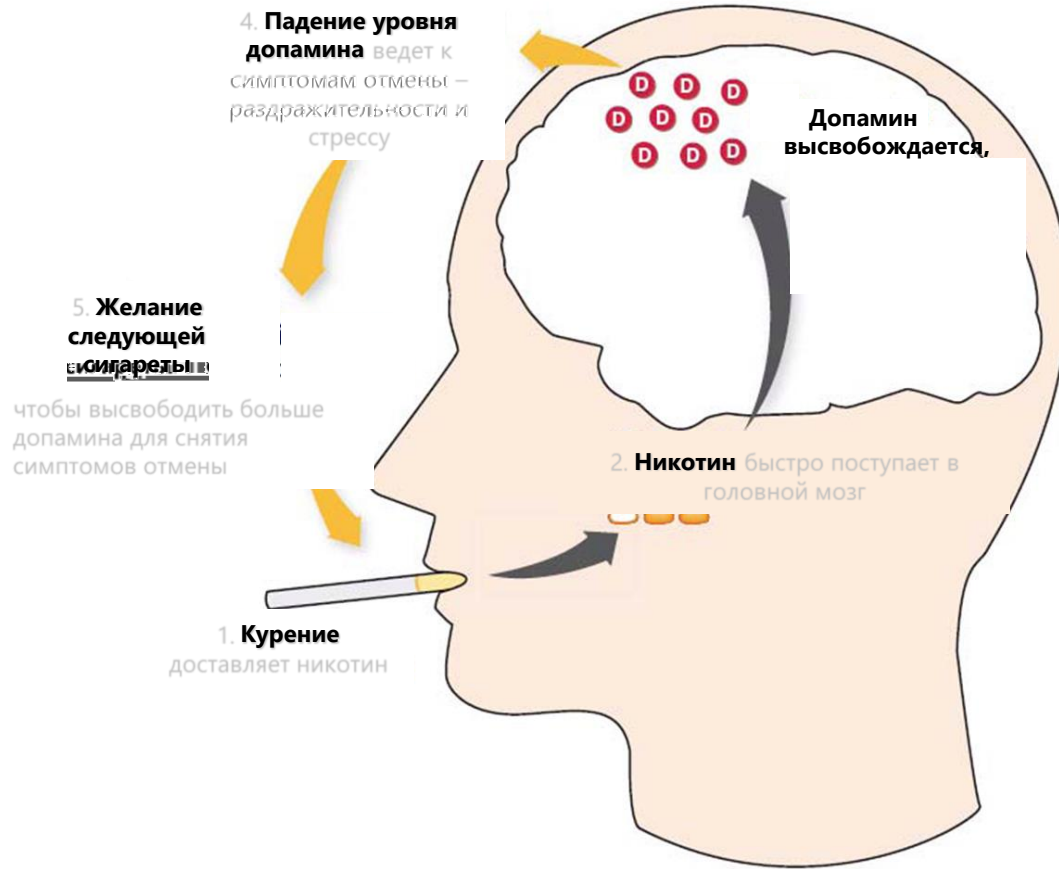


# Что содержится в сигарете?

Химикат	Также его содержат:









## КОНЦЕНТРАЦИЯ НИКОТИНА В КРОВИ



Уровень  
удовлетворения

Ощущение  
отмены

сигареты

сигареты

сигареты

часы





# Привычные ситуации и триггеры курения







# Частота рецидивов в течение первого года – без оказания помощи

