

АРГУМЕНТЫ В ПОЛЬЗУ ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ

- У **курящих женщин** снижается способность к зачатию
- У **мужчин** повышается **риск развития импотенции** на 65%, снижение концентрации сперматозоидов на 23%
- У детей курящих родителей наблюдаются частые респираторные болезни и астма
- Застарелый и концентрированный **дым, который накапливается на предметах, в 6-12 раз токсичнее обычного дыма.** Эти токсины могут оказывать генотоксичное и канцерогенное воздействие на детей



АРГУМЕНТЫ В ПОЛЬЗУ ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ

- **Даже 1 сигарета в день повышает риск инфаркта** у мужчин на 48%, а у женщин на 57%
- **Эмфизема** развивается у **50% курильщиков**, а также повышается риск пневмонии
- Курение связано с развитием резистентности к инсулину
- **Рак легких** чаще развивается у курильщиков



ПРЕИМУЩЕСТВА ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ

- Восстановление вкусовых и обонятельных ощущений
- Улучшение функции сердца и дыхательной системы
- Предупреждение эректильной дисфункции
- Улучшение цвета кожи и предотвращение преждевременного старения

ОТКАЗ ОТ КУРЕНИЯ ПОЗВОЛЯЕТ СУЩЕСТВЕННО
СЭКОНОМИТЬ НА ПОКУПКЕ ТАБАЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ



ХОТИТЕ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ КУРЕНИЯ?

ОБРАЩАЙТЕСЬ В КАБИНЕТЫ/ОТДЕЛЕНИЯ
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ И ЦЕНТРЫ
ЗДОРОВЬЯ, ГДЕ ОПРЕДЕЛЯТ ВАШ ИНДЕКС
ИНТЕНСИВНОСТИ КУРЕНИЯ

- При невысокой степени никотиновой зависимости проведут индивидуальное консультирование
- При высокой и средней степени никотиновой зависимости предложат углубленное профилактическое консультирование и лечение табачной зависимости





Поделись информацией
с друзьями и близкими

