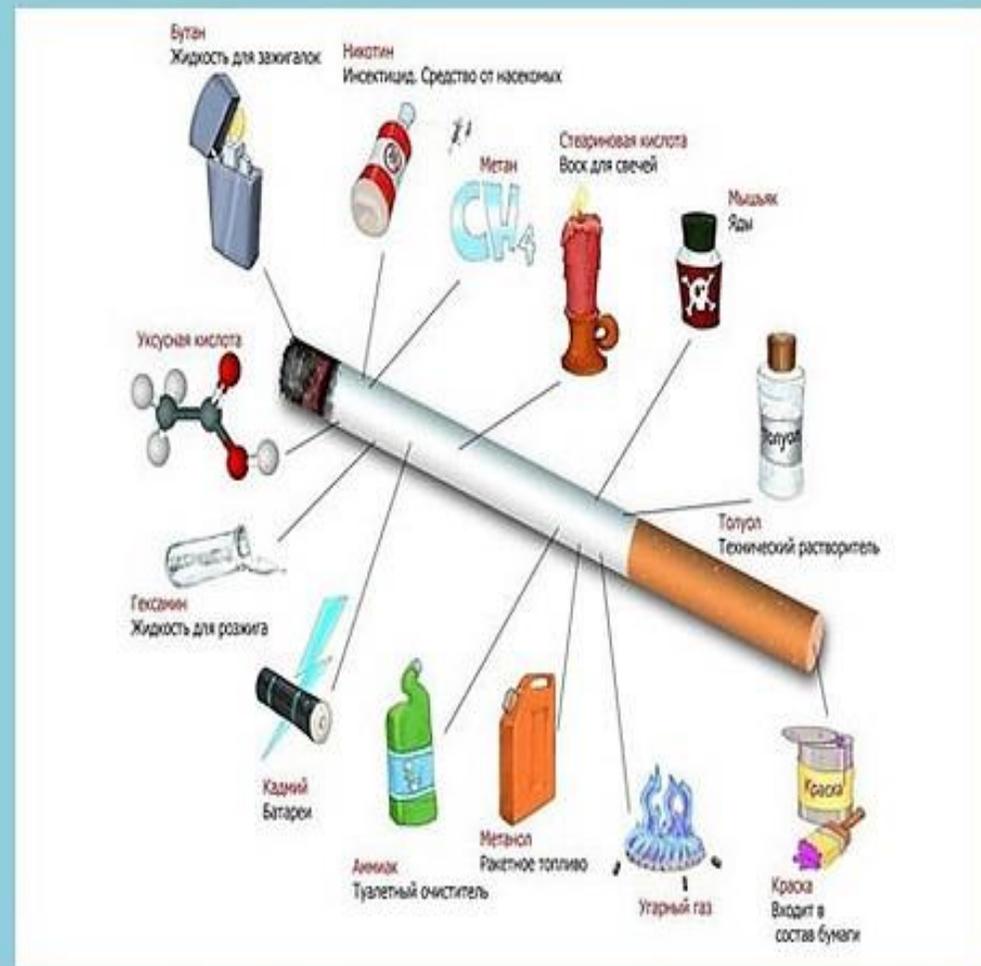


Памятка о вреде курения

- Сигаретный дым содержит более 1200 вредных веществ, среди которых — смолы, продукты распада тяжелых металлов и канцерогены (вещества, провоцирующие развитие раковых заболеваний).
 - Все ткани и органы курильщика испытывают недостаток кислорода. Отсюда постоянное чувство усталости, частые заболевания и стрессы.
 - Эта вредная привычка — прямая причина хронической болезни легких, язв желудка и пищевода, онкологических заболеваний.
 - Во время курения сосуды сужаются, и кровь насыщается углекислым газом. В результате сердцу приходится значительно увеличивать силу толчка для поддержания движения крови. Оно быстрее изнашивается, высок риск инфаркта миокарда.
 - Доказано, что курение ослабляет слух.
 - Вредная привычка отнимает в среднем 8 лет жизни.
- В этой памятке о вреде курения содержится минимум необходимой информации. Постарайтесь познакомить с ней знакомых, друзей и родственников-курильщиков. Возможно, памятка поможет узнать вашему близкому человеку о настоящем вреде курения и отказаться от пагубной привычки.

ПОДУМАЙТЕ!



ОДНА ЗАТЯЖКА - И ЭТО ВСЕ У ВАС В ЛЕГКИХ!