

# ЧТО БУДЕТ, ЕСЛИ ТЫ ОТКАЖЕШЬСЯ ОТ КУРЕНИЯ ПРЯМО СЕЙЧАС?

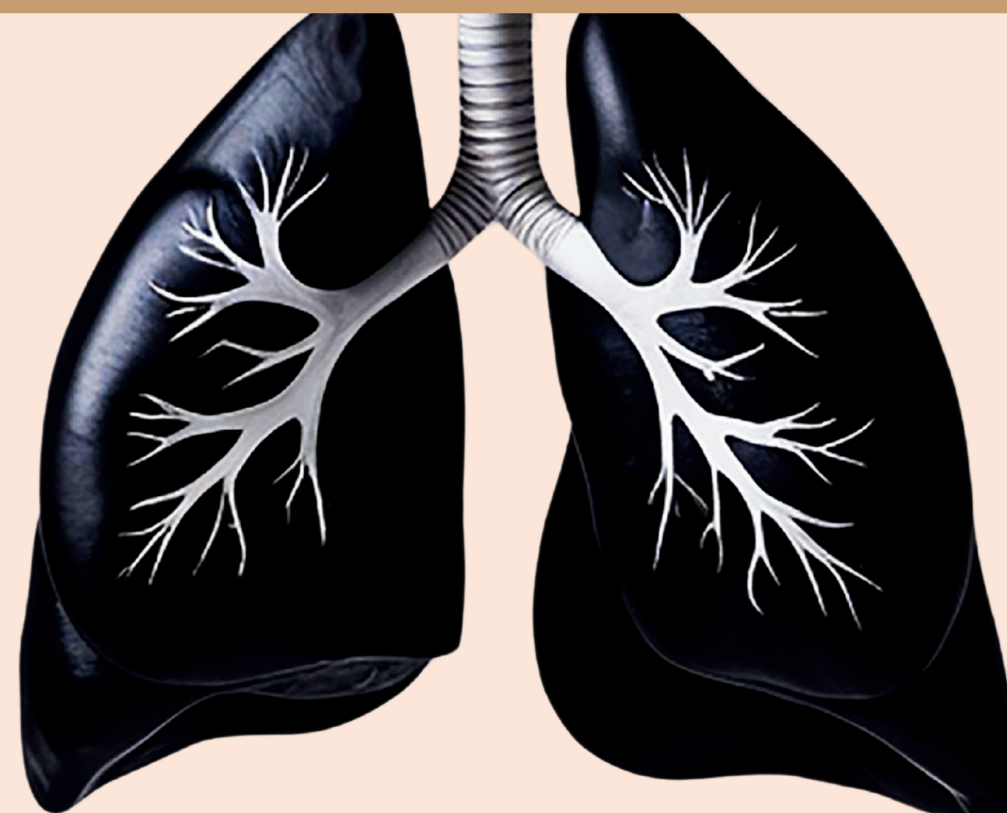
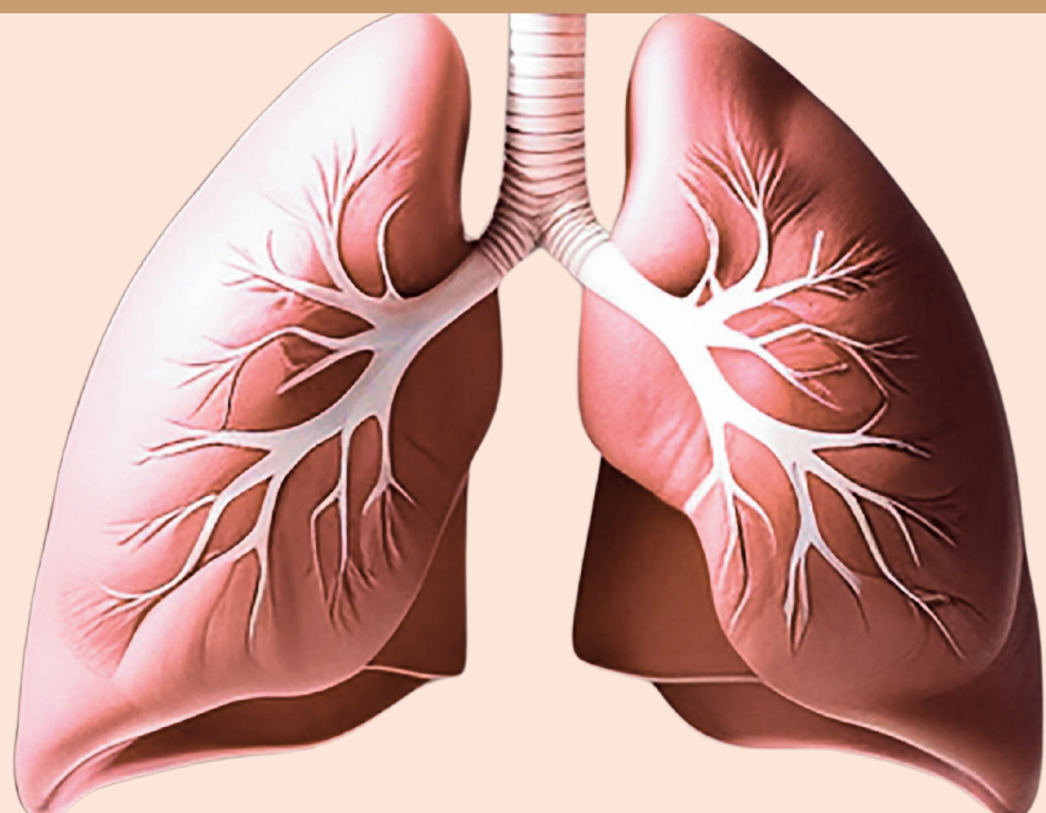
## ПРЕИМУЩЕСТВА ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ



Государственное учреждение

“Минский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья”

# ЖИВИ БЕЗ ДЫМА - ВЫБИРАЙ ЗДОРОВЬЕ!



**ПОТРЕБЛЕНИЕ ТАБАКА – ОДНА ИЗ САМЫХ ГЛАВНЫХ ПРЕДОТВРАТИМЫХ ПРИЧИН ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЙ СМЕРТИ ВО ВСЕМ МИРЕ, НО ПРИ ЭТОМ ОТ НЕГО ЕЖЕГОДНО УМИРАЕТ БОЛЕЕ 7 МИЛЛИОНОВ ЧЕЛОВЕК!**

## РИСКИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ПРИ ПОТРЕБЛЕНИИ ТАБАКА:

- ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПУТИ – БРОНХИТ, ХРОНИЧЕСКАЯ ОБСТРУКТИВНАЯ БОЛЕЗНЬ ЛЕГКИХ, РАК ЛЕГКИХ.
- ОРГАНЫ КРОВООБРАЩЕНИЯ – ПОВЫШЕНИЕ ДАВЛЕНИЯ, УСКОРЕНИЕ ПУЛЬСА, СУЖЕНИЕ АРТЕРИЙ (ГАНГРЕНА), ПОВРЕЖДЕНИЕ ВНУТРЕННЕЙ ОБОЛОЧКИ АРТЕРИЙ (ИНСУЛЬТ, ИНФАРКТ).
- ПИЩЕВАРИТЕЛЬНЫЕ ОРГАНЫ – НАРУШЕНИЯ РАБОТЫ ЖЕЛУДКА, ЯЗВЫ ЖЕЛУДКА.
- ПОЛОСТЬ РТА – ВОСПАЛЕНИЯ ДЕСЕН, РАК ПОЛОСТИ РТА.
- КОЖА – БЫСТРОЕ СТАРЕНИЕ, СЕРОСТЬ И БЛЕДНОСТЬ КОЖИ.
- ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ – БЕСПЛОДИЕ, ИМПОТЕНЦИЯ.
- ЗАРОДЫШ ЧЕЛОВЕКА – ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫЕ РОДЫ, НЕДОВЕС, ПЛОХОЕ ЗДОРОВЬЕ.
- ПСИХИКА – ЗАВИСИМОСТЬ.
- ОБЩЕЕ ЗДОРОВЬЕ – УКОРАЧИВАЕТ ПРЕДПОЛАГАЕМЫЙ СРОК ЖИЗНИ.

## ПОСЛЕДСТВИЯ КУРЕНИЯ:

- РАК ЛЕГКИХ, ГОРТАНИ, РТА И ДРУГИХ ОРГАНОВ.
- ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ И ЭМФИЗЕМА.
- СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ.
- ОСЛАБЛЕНИЕ ИММУНИТЕТА.
- ПОРТИТ КОЖУ, УХУДШАЕТ СОСТОЯНИЕ ЗУБОВ И ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ.

**«БРОСИТЬ КУРИТЬ — ЗНАЧИТ ДАТЬ СЕБЕ ШАНС НА ЗДОРОВЬЕ И СЧАСТЬЕ!»**

Государственное учреждение

“Минский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья”

