



VIID
JAKIE SĄ SKUTKI PALENIA TYTONIU

SP2 Kwidzyn

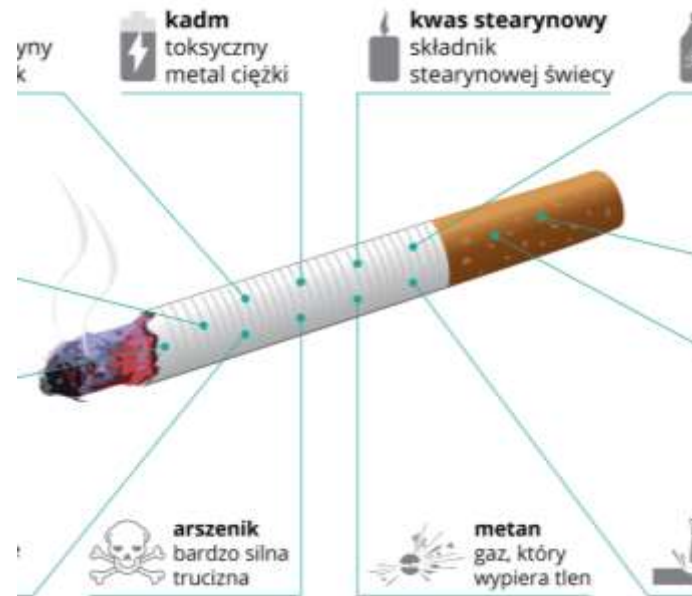


Na świecie jest ponad 8
mln palaczy.

Bądź mądry i nie PAL!!

Choroby palacza:

- rak płuc
- rak wargi
- gruźlica



SKUTKI PALENIA TYTONIU

- Nadciśnienie
- Uszkodzenie smaku
- choroby dziąseł

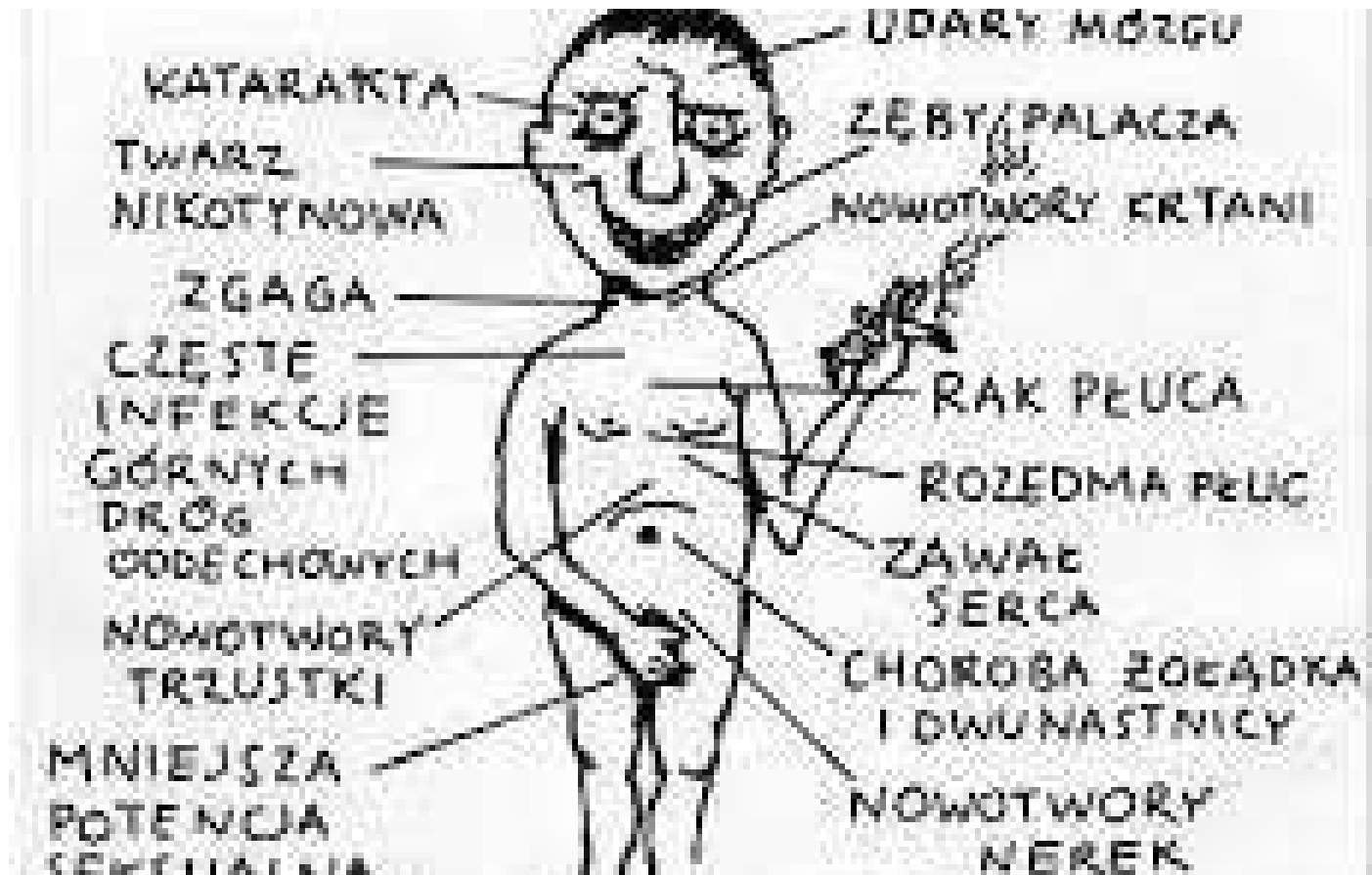
Tytoń-

produkt tworzony z liści **tytoniu**, którego można używać jako formy pestycydów, jako lekarstwa lub - najczęściej - wykorzystywać w formie używki.

Składniki dymu tytoniowego

-Związki azotu i siarki

Co grozi
palaczowi?



Uzależnienie od papierosów

- Nikotynizm, czyli **uzależnienie od nikotyny**, jest bardzo powszechne na świecie – niebezpieczne dla zdrowia i życia ludzi palących, a także dla osób wokół nich.



Trudności przy rzucaniu palenia

- Przyrost wagi
 - Depresja
 - Brak wsparcia od rodziny lub znajomych
-
- Jeśli masz problem z rzuceniem papierosów
zadzwoń: 801 108 108

PALENIE SKRACA ŻYCIE NIE PAL!!!



MIT O TYTONIU:

o nieprawda, że
papierosy łagodzą stres
nikotyna pobudza, a
nie uspokaja: łagodzić
stres może tylko u
nałogowego palacza,
bo kolejny papieros
zaspokaja głód
nikotynowy, który
pojawia się gdy spada
stężenie nikotyny we
krwi.

