



ТАБАК ГУБИТ СЕРДЦЕ
Выбирайте здоровье, а не табак

31 мая: Всемирный день без табака

#БезТабака

Факты о курении

- При горении сигареты выделяется свыше 4 тысяч опасных химических веществ. Именно они и наносят основной вред организму при курении. Так, табачный дым содержит мышьяк, формальдегид, свинец, оксид азота, окись углерода, аммиака и другие канцерогены.
- Курящие люди обладают слабой иммунной системой, а значит, и соответствующим здоровьем. В первую очередь вред наносится сердечно-сосудистой системе.
- Каждый десятый курильщик со стажем умирает от рака. 90 % случаев рака лёгких связаны с курением.
- Никотин воздействует на репродуктивную функцию и понижает шансы зачатия и рождения здорового малыша.
- Пассивное курение не менее опасно - все, кто находится в одном помещении с курящим или рядом с ним, вдыхают те же опасные химикаты, что и сам курильщик.
- «Безопасность» курения кальянов и вейпов - миф!

**Курение убивает - не дайте себя обмануть!
Оставьте курение в прошлом!**



Управление Роспотребнадзора по Алтайскому краю