

## Май отказ от курения

Автор: Администратор

31.05.2022 13:34 - Обновлено 31.05.2022 14:03

---

# СКАЖИ КУРЕНИЮ «НЕТ»



**96–99%**

больных раком  
легких в мире —  
курильщики



**35%**

россиян ежедневно  
подвергаются воздействию  
пассивного курения

На зубах появляется желтый  
налет и разрушается эмаль.  
Неприятный запах изо рта



Ухудшается зрение,  
слух, обоняние,  
осязание и память

Легкие наполняются  
канцерогенными смолами,



2 / 5  
Табачный дым вызывает  
воспаление

## Май отказ от курения

Автор: Администратор

31.05.2022 13:34 - Обновлено 31.05.2022 14:03





Табачный дым вызывает воспаление дыхательных путей, это может привести к раку, туберкулезу, бронхиту и астме.



Ногти приобретают желтоватый оттенок и становятся ломкими, кожа теряет эластичность и влагу, быстрее стареет.



Курение может стать причиной гастрита и язвы.



Риск выкидыша у курящих женщин на 30-70% выше.



Сердце делает за сутки на 15 тысяч сокращений больше, чем нужно. Это грозит инфарктом.



Ухудшает зрение, слух, обоняние, осязание, пропадает тонус мышечной ткани.



На зубах появляется желтый налет, эмаль разрушается.



Курение ведет к распаду витаминов в организме.

