

Nie pal – nie używaj tytoniu w żadnej postaci!

**Nigdy nie jest za późno
na rzucenie palenia!**

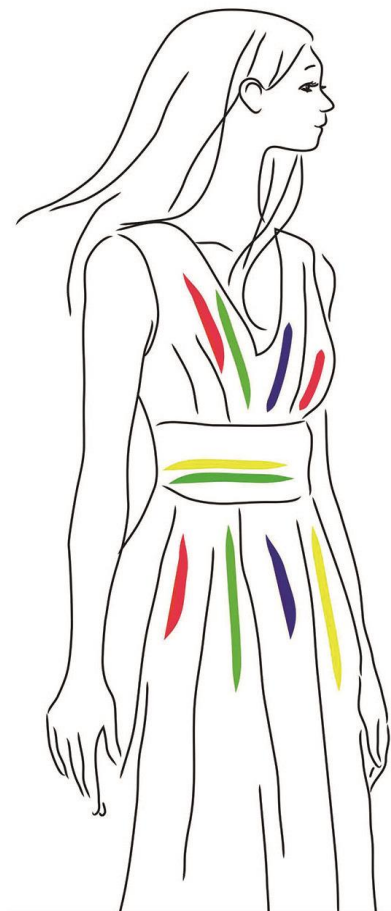
**Zaprzestanie palenia zmniejsza
ryzyko zachorowania na 15
różnych nowotworów!**

**Zaprzestanie palenia przed 40 r.
życia, zmniejsza ryzyko chorób
spowodowanych paleniem tytoniu
o ok. 90%**

**Całkowite rzucenie palenia w wieku
50 czy 60 lat może wydłużyć życie
odpowiednio o 6 i 3 lata!**

**Palenie tytoniu odpowiada za 82%
wszystkich przypadków raka płuca!**

**Połowa palaczy tytoniu umiera
przed 70 r. życia z powodu chorób
związanych z paleniem!**



Nie pal – nie używaj tytoniu w żadnej postaci!

Bierne palenie to wdychanie dymu tytoniowego z papierosa palonego przez inną osobę

14 milionów Polaków jest narażonych na bierne wdychanie dymu tytoniowego w domu, a ponad 4 miliony w pracy (pomimo zakazu palenia)!

Dzieci narażone na bierne palenie w czasie ciąży rodzą się z mniejszą wagą, co zwiększa ryzyko ich gorszego rozwoju!

Dzieci narażone na bierne palenie doświadczają częstszych infekcji układu oddechowego, ucha środkowego oraz astmy!

