

**ЕСЛИ ВЫ КУРИТЕ,  
ТО ПРЕКРАТИТЕ ЭТО ДЕЛАТЬ  
СЕГОДНЯ ЖЕ...**

Через год риск появления у Вас  
коронарной болезни снизится  
вполовину.

Через 5 лет начнет снижаться  
вероятность смерти от рака  
легких, а через 15 – 20 лет она  
станет не выше, чем у тех, кто  
никогда не курил.

Уже на следующий день  
нормализуется содержание  
кислорода в крови.

Через неделю улучшится цвет  
лица.

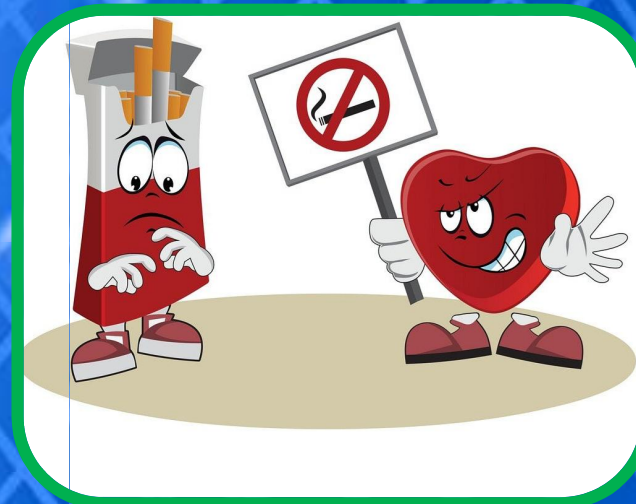
Через месяц значительно  
снизится утомляемость. Вскоре  
исчезнет головная боль по утрам  
и перестанет беспокоить  
кашель.

**Помните!!!  
Курение –  
агрессивный  
фактор риска  
для здоровья.**

**Помните, что  
отказаться  
от табака не  
поздно никогда!!!**

**Помните!!!  
Табак и здоровье –  
несовместимы!  
Никотин – наркотический яд!  
Курить – здоровью вредить!**

## **ПОГОВОРИМ О КУРЕНИИ**





## Влияние курения на организм



**КОЖА**  
бледно – серый  
цвет лица,



**МОЗГ**  
инсульт



**ГОРТАНЬ,  
ТРАХЕЯ**  
воспаление, рак



**ЗУБЫ**  
желтый цвет



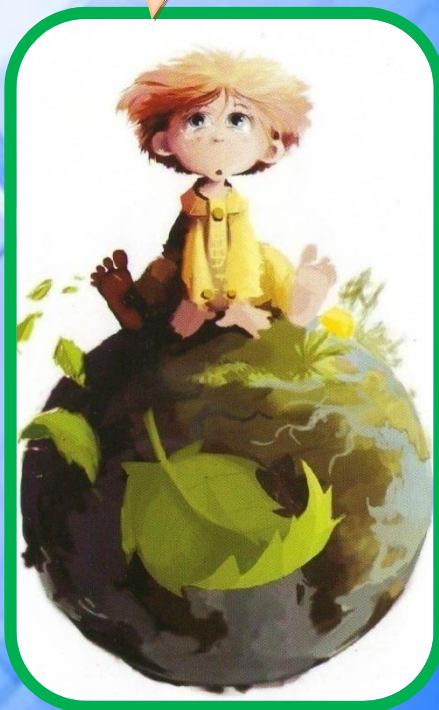
**ЛЕГКИЕ**  
рак, хроническая  
болезнь легких



**СЕРДЦЕ**  
спазм сосудов,  
инфаркт

## Сделай правильный выбор

Никотин – один из  
самых опасных ядов



Куря, ты разрушаешь  
экологию планеты!

## Сигаретный дым загрязняет воздух



Стань победителем вредной  
привычки, прямо сегодня



Будьте здоровы и  
цените каждое  
мгновение этой  
прекрасной жизни!