



НАЧАТЬ ЛЕГКО, А БРОСИТЬ ТРУДНО

Курильщиков можно назвать рабами вредной привычки, а точнее – формы зависимости. У 70% людей зависимость может сформироваться уже после первой затяжки. А вот избавиться от пагубной привычки крайне сложно.

Только 5–7% курящих в состоянии самостоятельно отказаться от сигарет. Более 70% потребителей табака хотели бы бросить курить, около 40% предпринимают ежегодные попытки. В среднем курильщик пытается избавиться от зависимости 6–9 раз. Более 50% тех, кто смог отказаться от сигарет, в течение шести месяцев снова возвращаются к курению.

Самостоятельно избавиться от пристрастия к сигаретам у большинства людей не получается. Стоит ли пробовать курить – решайте сами.



Получить бесплатный совет по отказу от курения можно по телефону:

8 800 200-0-200

СТОИТ ЛИ КУРИТЬ – РЕШАЙТЕ САМИ:

- 80 % курильщиков страдают заболеваниями желудка.
- Курильщики составляют 90 % случаев рака легких среди мужчин и 79 % случаев – у женщин.
- 42 % курящих женщин не могут иметь детей.
- Дети, родившиеся у курящих матерей, ослаблены и больны.
- Курение ускоряет процессы старения кожи и организма в целом.
- Длительно курящие люди имеют типичный бронхит курильщика с характерным кашлем.
- Курение приводит к нарушению нормального кровообращения и сердечно-сосудистым заболеваниям, торможению работы головного мозга за счет нехватки кислорода, к ухудшению памяти, зрения.
- Через полгода с начала курения у человека значительно снижается выносливость, появляется одышка.
- Дополнительные расходы активных курильщиков, употребляющих по пачке сигарет в день, – от 37000 до 56000 рублей в год.
- Более трети работодателей заявили, что обращают внимание на то, курит соискатель или нет.
- Практически каждый третий пожар в России в жилых домах за последние 5 лет происходил из-за неосторожного обращения с сигаретами при курении.
- Курение сокращает жизнь мужчины примерно на 12 лет и жизнь женщины примерно на 11 лет.

Листовка подготовлена совместно с прокуратурой Калининского района.

Источник:

<https://ria.ru/20181024/1531315518.html>

<https://ria.ru/20210112/sigarety-1592698848.html>

<http://cgon.rosпотреbnadzor.ru/, gsmpru>

Заказчик: Местная администрация МО Финляндский округ.

Дизайн и верстка: ООО «Медпресса», 195197, Санкт-Петербург, ул. Васенко, д. 12, лит. А, пом. 26-Н, комн. 2

Отпечатано: ООО «ИДАЛЬГО-ПРИНТ», Санкт-Петербург, ул. Крупской, д. 55, лит. В, пом. 68

Подписано в печать 01.03.2022 г. Тираж 500 экз.

12+