

Риски для здоровья при потреблении табака

Дыхательные пути
хроническая одышка,
кашель, бронхит, рак легких



Пищеварительные органы

нарушения работы
желудка, колит, гастрит,
язва желудка и
двенацатиперстной
кишки



Полость рта

воспаление, опухание и
болезненность десен,
кровоточивость,
разрушение зубов,
нарушение чувствительности,
рак полости рта

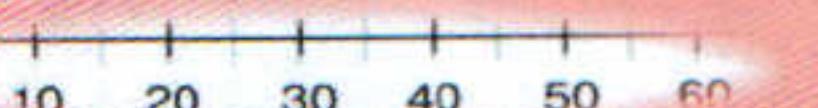


Кожа

быстрое старение,
серость и бледность кожи



КАК ДОЛГО ТЫ БУДЕШЬ ЖИТЬ?



10 20 30 40 50 60

Органы кровообращения
повышение давления,
ускорение пульса,
сужение артерий,
инфаркт, инфаркт

Половые органы

снижение эрекции,
снижение либидо,
нарушение менструального
цикла, бесплодие
импотенция



Беременность

преждевременные роды,
внутриутробная инфекция,



Общее здоровье

низкая масса тела

укорачивает жизнь

Отказ от курения: преимущества для здоровья

20 минут → уменьшается частота сердечных сокращений
и снижается кровяное давление

12 часов → содержание угарного газа в крови
снижается до нормального уровня

2-12 недель → улучшается кровообращение
и усиливается функция легких

1-9 месяцев → уменьшаются кашель и одышка

1 год → риск развития ишемической болезни сердца уменьшается
в два раза по сравнению с таким риском у курильщика

5-15 лет → риск инсульта снижается до уровня
риска у некурящего человека

10 лет → риск развития рака легких снижается в два раза по сравнению
с таким риском для курильщика,
снижается риск развития рака полости рта, горла, пищевода,
мочевого пузыря, шейки матки и поджелудочной железы

15 лет → риск развития ишемической болезни сердца
снижается до уровня риска у некурящего человека