

## СЕГОДНЯ КУРИТЬ НЕ МОДНО!

Нет такой системы органов в теле человека, которая не страдала бы от курения

В каждой сигарете содержится никотин, никотиновые смолы, 40 000 химических веществ. Многие из них яды, более 40 вызывают рак!

-У курящих рак лёгких возникает в 20 раз чаще, чем у некурящих.

-Курильщики с нормой «пачка в день» в год вбирают в свои легкие 1 литр смолы.

-У некурящих ребят после преодоления стометровки пульс достигает обычно 120-130 ударов в минуту, у курящих – до 180 и более.

-У курящих подростков объём грудной клетки на 25% меньше, чем у некурящих.

-После каждой выкуренной сигареты происходит спазм кровеносных сосудов, который продолжается 25-30 минут.

-У людей, выкуривающих в месяц 38 пачек сигарет, поражается одна коронарная артерия, 45 пачек – две, 67 пачек – три.

-Угарный газ вызывает кислородное голодание нервной ткани, снижает интенсивность нервных процессов.

-Каждая сигарета сокращает жизнь человека в среднем на 12 минут!

-Курение вызывает более 25 болезней, угрожающих жизни.

### Бонусы для некурящих

Стабилизируется давление и сердечный ритм	Кожа приобретает красивый оттенок, человек выглядит здоровее и моложе	Человек чувствует себя бодрее, веселее
Экономия финансов  Вкусы и запахи становятся ярче		Повышается иммунитет  Зубы становятся белее
Увеличивается продолжительность жизни	Прилив сил и энергии	Уровень холестерина постепенно снижается