



Palenie powoduje **wiele chorób przewlekłych**, w tym choroby serca, ślepotę, kataraktę, miażdżycę obwodowych naczyń krwionośnych, przewlekłą obturacyjną chorobę płuc (POChP), **zaburzenia płodności**.*

Palisz? Ryzykujesz!

* Światowa Epidemia Palenia Tytoniu - Raport WHO, 2008.

Źródło zdjęcia: Komisja Europejska - Biblioteka mieszanych ostrzeżeń zawierających kolorowe fotografie i teksty.

Nawet najmniejsze spożycie tytoniu stanowi **zagrożenie dla Twojego zdrowia**.

Ryzyko zawału serca u palacza jest co najmniej dwukrotnie większe niż u osoby niepalącej tej samej płci i wieku. **Po roku od zaprzestania palenia ryzyko to zmniejsza się o niemal połowę.**

Prawdopodobieństwo wystąpienia raka płuca u palących mężczyzn jest 23 razy większe niż u niepalących.

Ryzyko wystąpienia raka płuca zmniejsza się o połowę po 10 latach od całkowitego zaprzestania palenia*.

Palisz? Ryzykujesz!

* Konsensus dot. rozpoznawania i leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu, 2006.



Wydano ze środków finansowych Programu Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce. Cele i Zadania na lata 2010-2013.



Treść ulotki i projekt graficzny opracowano w ramach projektu "Odświeżamy nasze miasta. TOB3CIT (Tobacco Free Cities)"

