| Курение наносит непоправимый вред вашему здоровью!Табак – это единственный легальный потребительский продукт, который убивает половину своих потребителейC:\Users\User\Pictures\cigarette-483x292.jpg* Высокий риск развития рака легких
* Канцерогенный фактор для возникновения злокачественных опухолей различных органов
* Поражает половые клетки, нарушая репродуктивную функцию
 |  | **Куда обратиться за помощью?****C:\Users\User\Pictures\images (1).jpg****8 800 200 0 200****БЕСПЛАТНАЯ «ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ» ПО ВОПРОСАМ:*** здорового питания
* физической активности
* отказа от табака
* рисков потребления алкоголя
* рисков потребления наркотиков
* работы центров здоровья
 |  |  | УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКАКурение убивает! |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |

| Как действует никотин на организм человека?1. У каждого курящего развивается никотиновая зависимость. Никотин действует как наркотик, который нужен попавшему в зависимость человеку для возврата к относительно нормальному уровню жизнедеятельности.
2. Никотин вызывает спазм сосудов и ухудшение кровоснабжения органов и тканей. В результате у курящих снижается выносливость и работоспособность, страдает интеллектуальная деятельность, ухудшается состояние кожи волос и ногтей.
3. Никотин способствует быстрому прогрессированию процессов атеросклероза.

В первую очередь поражаются сосуды мозга и сердца. Это приводит к инсульту и/или инфаркту  | Курильщик наносит вред не только своему здоровью, а подвергает воздействию табака окружающих.ОСОБЕННО НЕГАТИВНО ЭТО ВЛИЯЕТ НА ДЕТЕЙ, ЗАЛОЖНИКОВ ПАГУБНЫХ ПРИСТРАСТИЙ РОДИТЕЛЕЙ.C:\Users\User\Pictures\passivnoe-kurenie.jpgПодумайте о здоровье вашего ребенкаИ о тех страданиях, которым вы его подвергаете в будущем. | Выбор есть!**Бросить курить РЕАЛЬНО****Отказ от курения – процесс творческий, нужно подстроить его под себя.**Попробуйте сами и почувствуете:Через 20 минутартериальное давление нормализуетсяЧерез 12 часов уровень окиси углерода в крови придет в нормуЧерез 3 днявам будет легче дышать, а, кроме того, вы заметите прилив энергии.Через 2 неделивы преодолели самую трудную часть пути. У вас теперь вдвое меньше шансов заболеть раком полости рта, горла, пищевода и мочевого пузыря.Через 15 летваше сердце вернулось в такую форму, как если бы вы никогда не начинали курить. Вы восстановились на 100%! |
| --- | --- | --- |