



Министерство здравоохранения Пензенской области

ЕСЛИ ВЫ БРОСИТЕ КУРИТЬ!

ЧЕРЕЗ

20 минут пульс и давление возвращаются к норме.

8 часов уровень кислорода в крови возвращается к норме.

24 часа угарный газ выводится из организма.
Легкие очищаются.

48 часов улучшается восприятие вкуса и запаха.

1 месяц улучшается цвет лица.

3 месяца улучшается функция легких.

5 лет риск сердечного приступа и инсульта снижается наполовину.

10 лет риск развития рака легких снижается в 2 раза.

15-20 лет все функции организма восстанавливаются.

КУРЕНИЕ - ВРЕД ЗДОРОВЬЮ!



Вдыхая - убиваешь себя, выдыхая - других!

ТЕЛЕФОН "ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ"
ПО ОТКАЗУ ОТ КУРЕНИЯ
8 (8412) 45-42-62