



12+

"Курение: привычка или болезнь?"



Автор: Калугина Е.В.,
библиотекарь ЦДБ им. Л.Г. Волкова

2024 год.



12+

"Курение: привычка или болезнь?"



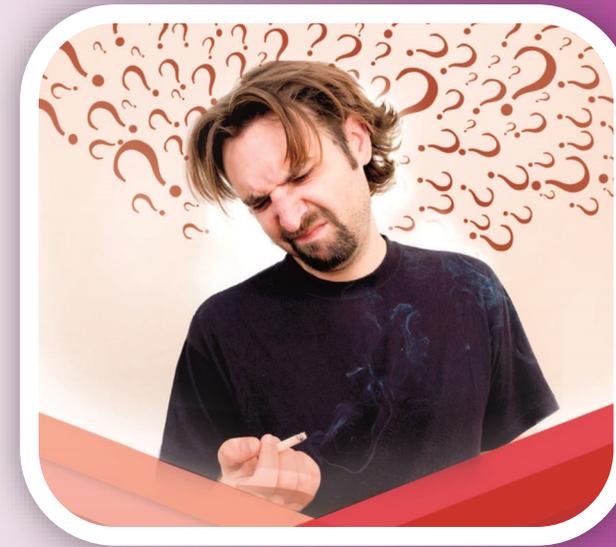
Автор: Калугина Е.В.,
библиотекарь ЦДБ им. Л.Г. Волкова

2024 год.



12+

"Курение: привычка или болезнь?"



Автор: Калугина Е.В.,
библиотекарь ЦДБ им. Л.Г. Волкова

2024 год.

БЕЗВРЕДНЫХ СИГАРЕТ НЕ СУЩЕСТВУЕТ!

Говорить о **“легких” сигаретах** - все равно, что говорить о **“легком” цианистом калии или “легком” мышьяке**. Любые сигареты оказывают вредное воздействие на организм человека. Ведь из большого числа вредных веществ нормируется только содержание никотина (не более 1,5%) и смол (до 16%). В **“легких” сигаретах** никотина содержится до 1%, а всех остальных 3399 токсических веществ, столько же, сколько и в обычных сигаретах.

Поэтому, беря в руку сигарету, пусть каждый из Вас задумается: а хочет ли он в расцвете лет умереть от инфаркта миокарда, инсульта или рака легких?

Пристрастие к никотину – это не вредная привычка, это болезнь, как наркомания и токсикомания, в ее основе лежит все та же психическая и физическая зависимость.

А если это болезнь – с ней МОЖНО и НУЖНО БОРоться!

БЕЗВРЕДНЫХ СИГАРЕТ НЕ СУЩЕСТВУЕТ!

Говорить о **“легких” сигаретах** - все равно, что говорить о **“легком” цианистом калии или “легком” мышьяке**. Любые сигареты оказывают вредное воздействие на организм человека. Ведь из большого числа вредных веществ нормируется только содержание никотина (не более 1,5%) и смол (до 16%). В **“легких” сигаретах** никотина содержится до 1%, а всех остальных 3399 токсических веществ, столько же, сколько и в обычных сигаретах.

Поэтому, беря в руку сигарету, пусть каждый из Вас задумается: а хочет ли он в расцвете лет умереть от инфаркта миокарда, инсульта или рака легких?

Пристрастие к никотину – это не вредная привычка, это болезнь, как наркомания и токсикомания, в ее основе лежит все та же психическая и физическая зависимость.

А если это болезнь – с ней МОЖНО и НУЖНО БОРоться!

БЕЗВРЕДНЫХ СИГАРЕТ НЕ СУЩЕСТВУЕТ!

Говорить о **“легких” сигаретах** - все равно, что говорить о **“легком” цианистом калии или “легком” мышьяке**. Любые сигареты оказывают вредное воздействие на организм человека. Ведь из большого числа вредных веществ нормируется только содержание никотина (не более 1,5%) и смол (до 16%). В **“легких” сигаретах** никотина содержится до 1%, а всех остальных 3399 токсических веществ, столько же, сколько и в обычных сигаретах.

Поэтому, беря в руку сигарету, пусть каждый из Вас задумается: а хочет ли он в расцвете лет умереть от инфаркта миокарда, инсульта или рака легких?

Пристрастие к никотину – это не вредная привычка, это болезнь, как наркомания и токсикомания, в ее основе лежит все та же психическая и физическая зависимость.

А если это болезнь – с ней МОЖНО и НУЖНО БОРоться!