ЧТО БУДЕТ, ЕСЛИ ТЫ ОТКАЖЕШЬСЯ ОТ КУРЕНИЯ ПРЯМО СЕЙЧАС?

ПРЕИМУЩЕСТВА ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ

20 МИН

Артериальное давление придет в норму

24 ЧАСА

O_2

Нормализуется уровень кислорода в крови

2-3 ДНЯ

Улучшается восприятие вкусовых рецепторов

1-9 МЕС

Уменьшается одышка, проходит кашель, ощущается прилив сил

1-5 ЛЕТ

В 24 раза снижается риск рака легких, на 50% снижается риск коронарной болезни сердца

10 ЛЕТ

Увеличивается продолжительность жизни на 9 лет

ГУ "Центр гигиены и эпидемиологии Первомайского района г. Минска"