

# STOP FAJČENIU



# PREČO ÁNO

Svetová zdravotnícka organizácia už pred rokmi upriamila pozornosť verejnosti na problematiku vedecky dokázanej škodlivosti tabaku. A nie náhodou, veď fajčenie je nebezpečnou pliaga, ktorá ničí ľudské zdravie. Na Slovensku zomiera na choroby súvisiace s fajčením ročne asi 20 tisíc osôb. Život fajčiarov sa skraca celkovo o 8 -10 rokov. Sústavným a dlhodobým vplyvom sa stalo fajčenie rizikovým činiteľom pri

vzniku chorôb, akými sú zúženie ciev, vysoký krvný tlak, kôrnatenie tepien a vredová choroba, katary dýchacieho a zažívacieho ústrojenstva, choroby obličiek a najmä zhubné rakovinové ochorenia.

Na choroby spôsobené fajčením umiera v Slovenskej republike 20% ľudí. Každá cigareta skraca život priemerne o 5 minút. Medzi pľúcami fajčiara a nefajčiara je obrovský rozdiel. Bohužiaľ, svoje pľúca nevidíme, čo nás môže zvádzať k tomu, že je všetko v poriadku. Fajčiarom sa znižuje kapacita pľúc, u silných fajčiarov môže byť znížená až o dve tretiny. Znížená kapacita pľúc spôsobuje zhoršené dýchanie a znižuje fyzickú výkonnosť. Chronické pľúcne choroby sú na 75% zavinené fajčením.

Fajčenie zhubne pôsobí najmä na mladistvých fajčiarov oboch pohlaví, intenzívnejšie

