



Podczas palenia tytoniu zawarta w nim uzależniająca nikotyna **trafia do mózgu** - dzieje się to niemal tak szybko i skutecznie, jak gdyby była podawana **dożylnie**.\*

# Palenie uzależnia!

\* Światowa Epidemia Palenia Tytoniu - Raport WHO, 2008.

Źródło zdjęcia: Komisja Europejska - Biblioteka mieszanych ostrzeżeń zawierających kolorowe fotografie i teksty.

100

95

75

25

5

0

Uzależnienie od tytoniu to przewlekła choroba, wymieniona w międzynarodowej klasyfikacji chorób jako zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania spowodowane paleniem.

Ryzyko zawału serca u palacza jest co najmniej dwukrotnie większe niż u osoby niepalącej tej samej płci i wieku.

**Po roku od zaprzestania palenia ryzyko to zmniejsza się o niemal połowę.**

Palenie jest główną, możliwą do uniknięcia, przyczyną udaru mózgu.

Ryzyko udaru mózgu u palaczy **zrównuje się z ryzykiem u osób niepalących po upływie 5-15 lat od zaprzestania palenia.\***

\* Konsensus dot. rozpoznawania i leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu, 2006.

# Palenie uzależnia!



Wydano ze środków finansowych Programu Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce. Cele i Zadania na lata 2010-2013.



Treść ulotki i projekt graficzny opracowano w ramach projektu "Odświeżamy nasze miasta. TOB3CIT (Tobacco Free Cities)"



100

95

75

25

5

0