

НАВІЩО ВИ ПАЛИТЕ?

Відмова від паління – це в першу чергу ваше рішення.
Які можуть бути причини, щоб кинути палити?



Паління впливає на ваше здоров'я та якість життя



Тютюновий дим пливає на здоров'я вашої родини та оточуючих вас людей



Від тютюну жовтіють зуби, з'являється неприємний запах з рота, зменшується ємність легенів



Виробництво, розповсюдження, споживання та відходи від сигарет шкодять навколишньому середовищу



На сигарети витрачається багато грошей



У людини з'являється залежність

Не можете кинути палити самотійно та потребуєте підтримки?

Ви її отримаєте. Звертайтеся за інформацією до свого медичного центру. Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea пропонує такі можливості:



Індивідуальні або групові заняття

- Оздоровчі центри пропонують різні програми
- Заняття посилюють мотивацію відмови від паління
- Можуть використовуватися допоміжні фармакологічні засоби від тютюнової залежності



Фармакологічні засоби

- Отримати їх можуть лише особи, що беруть участь у Програмі допомоги боротьби з палінням
- Лікарські засоби фінансуються в залежності від доходу
- Одна людина може запросити допомогу раз на рік