

توقف سیگار شروع زندگی



با قطع مصرف سیگار چه اتفاقی می افتد؟!

در یک هفته

حس بویایی و چشایی به
حالت اول باز می گردد

در پنج سال

خطر سکته مغزی از بین می رود

در سه ماه

عملکرد ریه های شما
شروع به بهبودی می کند

در دوازده هفته

ریه های شما دوباره
توانایی پاکسازی خود را
باز می یابند

در هشت ساعت

مونواکسید کربن از خون
شما پاک می شود

در دوازده ماه

خطر حمله قلبی
از بین می رود

در یک سال

می توانید پول قابل
توجهی را پس انداز کنید

در پنج ماه

نیکوتین بطور کامل از بدن
شما خارج می شود

