



โทษของบุหรี่



ยิ่งสูบยิ่งป่วยโรคร้าย ตายไว้มันไม่รู้ตัว

**"การสูบบุหรี่ 1 มวน
ทำให้อายุสั้นลง 7 นาที"**



ควันบุหรี่ เต็มไปด้วย นิโคติน (สารเสพติด), สารเคมี 7,000 ชนิด, สารพิษ มากกว่า 250 ชนิด และ สารก่อมะเร็ง มากกว่า 70 ชนิด



สูบบุหรี่ แล้วได้อะไร?



• หลอดเลือดสมองตีบ-แตก-ตัน



• โรคหัวใจและหลอดเลือด



• โรคปอดและระบบทางเดินหายใจ



• โรคเกี่ยวกับกระดูกและกล้ามเนื้อ



• โรกระบบทางเดินอาหาร



• โรกระบบทางเดินปัสสาวะ



• มีโอกาสตาบอดถาวร



• เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ



• หลีกเลี่ยงความเสี่ยงเสียงแก่-ลูกในครรภ์เสี่ยงตาย



• สารพัดโรคมะเร็ง



• อาการทางร่างกายอื่น ๆ เช่น กลืนตัวเหม็น มีกลิ่นปาก ฟันผุ ฟันดำ เสียวฟันง่าย เป็นโรคเหงือก

ขอบคุณข้อมูลจาก : สสส., ศูนย์ข้อมูลพิษวิทยา กระทรวงสาธารณสุข, ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ, kanchanapisek.or.th

เลิกบุหรี่.. คุณก็ทำได้!!

มีเป้าหมาย

ไม่หวั่นไหว

ตั้งใจ

ไม่รอช้า

ไม่ยอมแพ้