

# Hele kroppen får det bedre når du slutter å røyke.

Håret får mer glans

Friskere hud og mindre rynker

Du slipper røykhoste

Bedring ved tannkjøttssykdom

Blodtrykk og puls synker til normalt nivå

Mindre utsatt for luftveisinfeksjoner

Bedre blodsirkulasjon

Mindre risiko for plager i muskler og skjelett

Vesentlig bedring av psoriasis i håndflate/fotsåle

Risikoen for grå stær blir mindre

Mindre risiko for hjerneslag

Overgangsalderen kommer ikke for tidlig

Mindre risiko for lungesykdom

Lettere å bli gravid

Risikoen for hjerte- og karsykdommer reduseres

Bedre kvalitet på sædcellene

Potensen blir bedre

Når du stumper røyken, merker du forbedringene bokstavelig talt på kroppen. Dessuten får du mer tid, mer penger, mer overskudd – og til og med bedre hukommelse! Trenger du flere grunner til å slutte, eller har du allerede bestemt deg? På [slutta.no](http://slutta.no) finner du mange gode råd og tips til hjelpemidler. Lykke til!

Hender og føtter blir varmere

Risikoen for diabetes type 2 blir mindre

Mindre risiko for kreft

Mindre smerte ved leddgikt

Raskere reaksjonsevne

Sår grov fortere

Søvnen blir bedre

Bedre kondisjon - lettere pust

Bedre lukte- og smakssans



KREFTFORENINGEN