

Tobakksrøyk er farlig for barn
Ikke røyk i nærheten av barn



Barn som puster inn tobakksrøyk

- er oftere syke fordi barns lunger er små og ikke ferdig utviklet
- får oftere ørebetennelse, hoste og luftveisinfeksjoner
- får oftere astma og mer alvorlige astmaanfall
- har økt risiko for plutselig spedbarnsdød (krybbedød)



Hos legen med ørebetennelse

**Barn som puster inn tobakksrøyk,
må oftere til legen enn andre barn**



Barn med hoste, irriterte øyne og astma



Ikke røyk i nærheten av barn hjemme eller i bilen



Ikke i stuen



Ikke under kjøkkenvifta



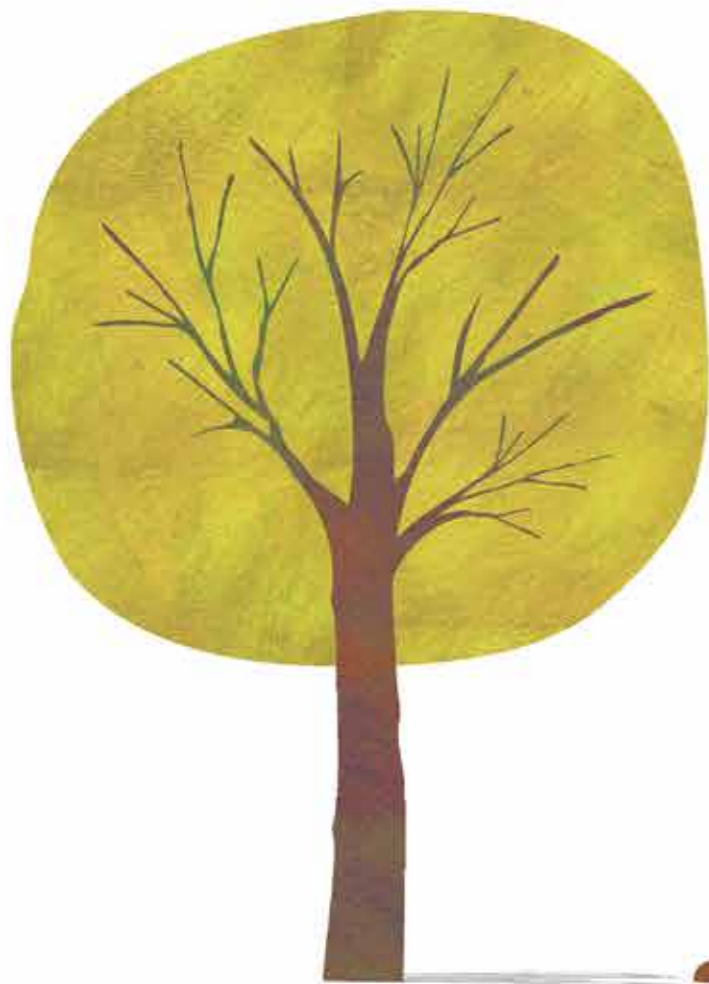
Ikke ut av vinduet



Ikke i bilen



Vannpiperøyking er også farlig



Hvis du skal røyke, må du gå ut.
Finn et sted der det **ikke** er barn.

Er du en IKKE-RØYKER?

Da er det større sjanse for at dine barn aldri begynner å røyke.

Røyker du, men har et ønske om å slutte?

Det er aldri for sent å slutte.





Trenger du hjelp til å slutte?

- se www.slutta.no
- ta kontakt med helsesykepleier på helsestasjonen eller fastlegen din
- sjekk tilbudet på nærmeste frisklivssentral
- ring Kreftforeningen 21 49 49 21
- kreftforeningen.no