

Dym tytoniowy jest niebezpieczny dla dzieci.
W pobliżu dzieci nie wolno palić



Dzieci wdychające dym tytoniowy

- częściej chorują, ponieważ dziecięce płuca są małe i jeszcze nie w pełni rozwinięte
- częściej cierpią na zapalenie uszu, kaszel i infekcje górnych dróg oddechowych
- częściej zapadają na astmę, a ataki choroby mają u nich cięższy przebieg
- stanowią grupę zwiększonego ryzyka, jeśli chodzi o tzw. nagłą śmierć łóżeczkową.



U lekarza z zapaleniem ucha

**Dzieci wdychające dym tytoniowy
muszą odwiedzać lekarza częściej niż
inne dzieci.**



Dzieci z kaszlem, podrażnionymi oczami i astmą



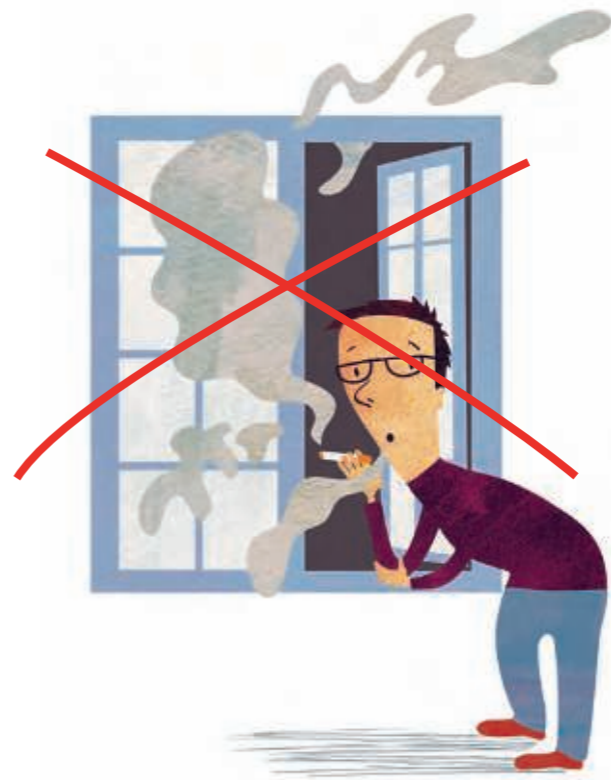
Nie pal w pobliżu dziecka – ani w domu, ani w samochodzie.



Nie pal w salonie.



Nie pal pod wyciągiem kuchennym.



Nie pal stojąc przy oknie.



Nie pal w samochodzie.



Palenie tajki wodnej również jest niebezpieczne.



Jeśli chcesz zapalić, musisz wyjść na dwór.
Znajdź miejsce, w którym nie przebywa żadne dziecko.

Jesteś NIEPALĄCY?

Istnieje większa szansa, że twoje dzieci nigdy nie zaczną palić..

Palisz, ale chcesz przestać?

Nigdy nie jest zbyt późno, żeby rzucić palenie.





Potrzebujesz pomocy w rzuceniu palenia?

- zadzwoń na Linie dla Palaczy **800 400 85** (linia bezpłatna)
- odwiedź stronę **www.slutta.no**
- odwiedź stronę **www.helsenorge.no** (Szukaj "passiv røyking")
- zadzwoń na Linie dla Pacjentów Onkologicznych **800 57 338** (linia bezpłatna ze stałego łącza)
- odwiedź stronę **www.kreftforeningen.no**
- skontaktuj się z pielęgniarką w przychodni lub ze swoim lekarzem rodzinnym