

KORISTI ❤ ZA ŽIVOT BEZ DUHANSKOG DIMA

Bez obzira na to koliko godina imate ili koliko dugo pušite, prednosti prestanka su brojne.

PRESTANKOM PUŠENJA ĆETE:

- Poboljšati svoje zdravlje
- Usrećiti svoje srce
- Uštedjeti novac
- Spriječiti nastanak preuranjenih bora
- Smanjiti količinu stresa
- Poboljšati opću formu (fitness)
- Poboljšati osjetilo okusa

NAKON PRESTANKA PUŠENJA:

8 SATI
VIŠE KISIKA
U krvi

12 SATI
UGLJIČNI MONOKSID
Se normalizira

72 SATA
DISANJE
Postaje lakše

2-12 TJEDANA
CIRKULACIJA I RAD PLUĆA
Se poboljšavaju

12 MJESECI
RIZIK OD
SRČANOG UDARA
Prepolovljen



SVJETSKI
DAN
SRCA
29 RUJAN

KORISTI ❤ POBIJEDI ❤
Za zajednicu, svoje bližnje i sebe.

#KoristiSrce #SvjetskiDanSrca
WORLDHEART.ORG



HZJZ
HRVATSKI ZAVOD ZA
JAVNO ZDRAVSTVO