

KORISTI ZA ŽIVOT BEZ DUHANSKOG DIMA

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

PRESTANKOM PUŠENJA ĆETE:

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

NAKON PRESTANKA PUŠENJA:



 8 SATI
VIŠE KISIKA
U krvi




 12 SATI
UGLIČNI MONOKSID
Se normalizira




 72 SATA
DISANJE
Postaje lakše



 2-12 TJEDANA
CIRKULACIJA I RAD PLUĆA
Se poboljšavaju



 12 MJESECI
RIZIK OD
SRČANOG UDARA
Prepolovljen