

# SİGARAYA HAYIR DE !!!!



*Sigaranın zararları konusunda yoğun bir bilinçlendirme çalışması uygulansa dahi, gençlerin sigaraya başlamasının önüne bir türlü geçilemiyor. Her yıl sigaraya bağlı ölümlerin sayısı artıyor. Sigara içen kişilerde akciğer kanseri görülme riski içmeyenlere göre %80 daha fazla.*

*Aynı zamanda en az akciğer kanseri kadar tehlikeli olan ve yaşam kalitesini çok aşağılara çeken koah hastalığının da en önemli nedeni sigara olarak gösteriliyor.*

Erken yaşıta sigaraya başlamak beraberinde telafisi mümkün olmayan rahatsızlıkları getiriyor. Henüz gelişim çağında olan çocukların sigara içmeleri, yetişkinlere göre çok daha fazla zarar görmeleri anlamına geliyor.

Sigara özellikle akciđerlerimize dođrudan zarar vererek geliřmesinin önüne geçiyor.

Sigara kısa sürede bağımlılık yapan ve bu bağımlılığın uzun süre devam edeceği bir alışkanlıktır. Ayrıca içtiğimiz tek bir sigara bile bizi akciğer kanseri yapabilir.

***Bu yüzden dođru olan  
tek bir sigara dahi  
imemektir !!!!!***