

Dohányzás

A dohányzás az egyik legjelentősebb életmódbeli kockázati tényezőnek tekinthető.

Magyarországon a felnőtt lakosság harmada dohányzik napi rendszerességgel.

A dohányosok várható élettartama 7-9 évvel rövidebb mint nem dohányzó társaiké. - *Önnek megéri?*

A dohányzásról általánosságban elmondható, hogy minden szervrendszert károsít, és nincs veszélytelen mennyisége.

A dohányzás abbahagyása az egyik legfontosabb, amit tehet az egészsége javításáért és megővéseért!

A dohányzásról nem könnyű leszokni, de nem lehetetlen!

Szaksegítség igénybevételével a leszokás esélye akár meg is hatszorozható!

Hol kaphat további információt, szaksegítséget?

- hívja **Országos Dohányzás Leszokás Támogató Módszertani Központ** (Országos Korányi TBC és Pulmonológiai Intézet) ingyenesen hívható zöld számát: **06-80-44-20-44**
- forduljon **házi orvosához**, illetve a helyi **tüdőgondozóhoz**
- illetve a helyi **EFI irodához** az alábbi elérhetőségeken:
cím: **7150 Bonyhád, Bajcsy Zs. u. 25.**
telefon: **74/550-976**
e-mail: **efi@bonyhadkorhaz.hu**



Dohányzás

A dohányzás az egyik legjelentősebb életmódbeli kockázati tényezőnek tekinthető.

Magyarországon a felnőtt lakosság harmada dohányzik napi rendszerességgel.

A dohányosok várható élettartama 7-9 évvel rövidebb mint nem dohányzó társaiké. - *Önnek megéri?*

A dohányzásról általánosságban elmondható, hogy minden szervrendszert károsít, és nincs veszélytelen mennyisége.

A dohányzás abbahagyása az egyik legfontosabb, amit tehet az egészsége javításáért és megővéseért!

A dohányzásról nem könnyű leszokni, de nem lehetetlen!

Szaksegítség igénybevételével a leszokás esélye akár meg is hatszorozható!

Hol kaphat további információt, szaksegítséget?

- hívja **Országos Dohányzás Leszokás Támogató Módszertani Központ** (Országos Korányi TBC és Pulmonológiai Intézet) ingyenesen hívható zöld számát: **06-80-44-20-44**
- forduljon **házi orvosához**, illetve a helyi **tüdőgondozóhoz**
- illetve a helyi **EFI irodához** az alábbi elérhetőségeken:
cím: **7150 Bonyhád, Bajcsy Zs. u. 25.**
telefon: **74/550-976**
e-mail: **efi@bonyhadkorhaz.hu**

