



## Το κάπνισμα βλάπτει την καθημερινή μνήμη

**Ο**ι καπνιστές χάνουν καθημερινά το ένα τρίτο της ημερήσιας μνήμης τους, σύμφωνα με μία νέα μελέτη, η οποία έδειξε ακόμα πως η διακοπή του καπνίσματος "επαναφέρει" τη μνήμη.

Επιστήμονες από το Πανεπιστήμιο Νορθάμπτον διαπίστωσαν πως οι καπνιστές έχουν μειωμένη ικανότητα ανάκλησης στη μνήμη τους των λεπτομερειών της καθημερινότητάς τους. Η μελέτη πραγματοποιήθηκε σε 72 φοιτητές ήλικας 18-25 ετών του πανεπιστημίου, α-

πό τους οποίους ζητήθηκε να συνοδεψουν τους ερευνητές σε περιήγηση στους χώρους του campus. Στη συνέχεια, συμμετέχαν σε ένα "τεστ μνήμης του αληθινού κόσμου", στο οποίο έπρεπε να απαντήσουν σε ερωτήματα που αφορούσαν όσα είχαν δει και είχαν κάνει στη διάρκεια της περιήγησεως.

"Οσοι κάπνιζαν, απέδωσαν άσχημα σε αυτό το τεστ - το ποσοστό επιτυχίας τους ήταν μόλις 59%. Όσοι όμως ήταν πρώην καπνιστές είχαν ποσοστό επιτυχίας 74%, ενώ όσοι δεν κά-

πνιζαν είχαν ποσοστό επιτυχίας 81%. Ο επικεφαλής ερευνητής δρ Τομ Χέφερναν επιτιμά πως τα νέα ευρήματα παρέχουν ένα ακόμα επιχείρημα στη μάχη κατά του καπνίσματος.

"Είναι σημαντικό να καταλάβει ο κόσμος πως το τσιγάρο επηρεάζει την καθημερινότητά του (και) μέσω των επιπτώσεων στις απλές νοητικές λειτουργίες", είπε. "Και είναι εξίσου σημαντικό να καταλάβει πως κόβοντας το κάπνισμα, θα δει άμεσα οφέλος και στον τρόπο που θυμάται".

**ΓΙΑ ΚΑΤΑΧΩΡΗΣΕΙΣ  
ΠΕΝΘΟΥΣ ΜΝΗΜΟΣΥΝΩΝ  
ΤΗΛΕΦΩΝΗΣΤΕ  
ΣΤΟΝ "ΚΟΣΜΟ"  
9564 3288**

Funeral Notices, Death Notices & Obituaries Australia  
[www.deathandfuneralnotices.com.au](http://www.deathandfuneralnotices.com.au)

Reflections at Rookwood 02 9764 6088



Αξιόπιστο • Ειλικρινές • Αξιοπρεπές

Euro Funeral Services

Τηλ. 9759 9759

## ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ

Εξυπηρετούμε όλο το Σύντεϋ



- Αποκλειστικά για την Ελληνική Παροικία
- Πληρώστε την κηδεία με μηναίες δόσεις για δύο χρόνια.
- Προκαταβολική αγορά τάφου στο κοιμητήριο σε τωρινές τιμές ξεπληρώνοντάς τον με δόσεις για δύο χρόνια.



- Μνημείο τάφου - το ίδιο με δόσεις.
- Μετακομιδή σορού στην Ελλάδα, μπορεί επίσης να συμπεριληφθεί στο σχέδιο αποπληρωμής.
- Το σχέδιο πληρωμών διατίθεται επίσης για συνταξιούχους γήρατος.



14334

- Δωρεάν λεωφορεία από τις εκκλησίες για τα κοιμητήρια

## Head Office and Chapel

890 Canterbury Rd.,  
Roselands, 2196

10 Hassall Street  
Parramatta, 2150