

Advertisement

Σταματήστε το κάπνισμα και θα αρχίσετε να θεραπεύεστε

Σε 1 εβδομάδα

Η αίσθησή σας γεύσης και οσμής βελτιώνεται

Σε τρεις μήνες

η λειτουργία των πνευμόνων σας αρχίζει να βελτιώνεται

Σε 8 ώρες

Το υπερβάλλον μονοξείδιο του άνθρακα έχει φύγει από το σώμα σας

Σε 1 χρόνο

Ένας καπνιστής που καπνίζει ένα πακέτο την ημέρα θα εξοικονομήσει \$4000

Σε 12 εβδομάδες

Οι πνεύμονές σας ανακτούν την ικανότητα αυτοκαθαρισμού

Σε 1 χρόνο

Ο κίνδυνος για καρδιοπάθεια έχει μειωθεί στο μισό

Σε 5 ημέρες

Η περισσότερη νικοτίνη έχει φύγει από το σώμα σας

**EVERY CIGARETTE YOU DON'T SMOKE
IS DOING YOU GOOD**

Quitline 13 7848

australia.gov.au/quitnow



Australian Government

Authorised by the Australian Government, Capital Hill, Canberra