



31 Μαΐου 2025 - Παγκόσμια Ημέρα

κατά του Καπνίσματος

Οι Ιατρικοί Σύλλογοι της Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης ενώνουν τη φωνή τους με την παγκόσμια κοινότητα για να στείλουν ένα ισχυρό μήνυμα:

“Το κάπνισμα είναι αρρώστια. Μην αφήνεις τον καπνό να σου στερήσει τη ζωή.”

Γιατί το κάπνισμα είναι αρρώστια;

- Το κάπνισμα προκαλεί σοβαρές χρόνιες παθήσεις, όπως:
 - Καρκίνο του πνεύμονα, του στόματος και του λάρυγγα.
 - Καρδιαγγειακά νοσήματα (έμφραγμα, εγκεφαλικά επεισόδια).
 - Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ).
- Περιέχει πάνω από 7.000 χημικές ουσίες, πολλές εκ των οποίων είναι καρκινογόνες.

Η επιρροή του καπνίσματος στη ζωή σου:

- Υγεία: Μειώνει σημαντικά το προσδόκιμο ζωής και την ποιότητά της.
- Κοντινοί σου άνθρωποι: Ο καπνός επηρεάζει και όσους βρίσκονται γύρω σου (παθητικό κάπνισμα).
- Ελευθερία: Η εξάρτηση από τη νικοτίνη περιορίζει την ελευθερία επιλογών σου.

Το μήνυμα της αλλαγής:

Αυτή την Παγκόσμια Ημέρα, δεσμευόμαστε όλοι μαζί:

- Να ενημερώσουμε για τους κινδύνους του καπνίσματος.
- Να στηρίξουμε όσους θέλουν να διακόψουν το κάπνισμα.
- Να προασπίσουμε τη ζωή και την υγεία μας.

Μια έκκληση προς τους νέους

ΜΗΝ δοκιμάζεις ΜΗΝ πειραματίζεσαι

ΠΕΣ ΟΧΙ στο κάπνισμα ΟΧΙ στο ατίμασμα

ΠΕΣ ΝΑΙ στη ΖΩΗ χωρίς εξαρτήσεις

Σκέψου τη ζωή σου χωρίς καπνό. Η επιλογή είναι δική σου.
