



دائرة الصحة العامة/ قسم الوقاية والسيطرة على الامراض غير الانتقالية
شعبة مكافحة التبغ



الحملة الوطنية الشاملة لمناهضة التدخين



التدخين...

- ضرر بالصحة
- تلوث للبيئة
- هدر للمال

التدخين ... قاتل

رسائل صحية عن التدخين

- ❖ التدخين في الاماكن العامة المغلقة يضر بالآخرين ويعرضهم لخطر الاصابة بامراض فتاكة.. ومخالفة يحاسب عليها القانون.
- ❖ التدخين في وسائل النقل اعتداء على الآخرين ومصادرة لحقهم في استنشاق هواء نقي .. ومخالفة يحاسب عليها القانون.
- ❖ التدخين في البيت وفي اماكن تواجد الاطفال يعرضهم لخطر الاصابة بأمراض مميتة.
- ❖ تعاطي الاحداث للتدخين يعرضهم لخطر الاصابة بامراض قاتلة.
- ❖ طالب بحقك في استنشاق هواء نقي بعيداً عن دخان الآخرين.
- ❖ عزيزي المدخن: ان شركات انتاج التبغ تحاول اصطياد زبائن جدد بدلا من أولئك الذين ماتوا بسبب التدخين... فلا تكن واحدا منهم.
- ❖ عزيزتي المعلمة... عزيزي المعلم: انتم قدوة لتلاميذكم في المدرسة ولابنائكم في البيت والتدخين عادة مكتسبة فلا تكونوا ممن يساعد على انتشارها.
- ❖ عزيزتي الام الحامل: التدخين يضر بصحتك وصحة جنينك... ننصحك بالابتعاد عنه.
- ❖ عزيزي المدخن: ينتهي حقك بالتدخين عندما يبدأ حق الآخرين بأستنشاق هواء نقي.
- ❖ عزيزي المدخن: تجنب التدخين لانه سبب مباشر في الكثير من الامراض القاتلة.
- ❖ انتبه اخي المدخن: ان السيكارة الواحدة تقلل حوالي (٧) دقائق من عمرك.
- ❖ تحتوي السيكارة الواحدة على اكثر من (٧٠٠٠) مادة كيميائية سامة ومسرطنة.
- ❖ ان تدخين الاركيلة (الشيثة) لمدة ساعة واحدة يعادل تدخين مايقارب من (١٠٠-٢٠٠) سيكارة.
- ❖ يموت انسان عراقي واحد كل ٢٠ دقيقة لاسباب تتعلق بالتدخين.