

الحذر من النارجيلة!

ظهرت مؤخراً في البلاد،
ظاهرة جديدة ومقلقة
وهي التدخين بواسطة
النارجيلة.

يستعملون في النارجيلة
تبغاً كتبغ السجائر (وربما
أيضاً إضافات مختلفة لم
يتم فحصها لغاية الآن).

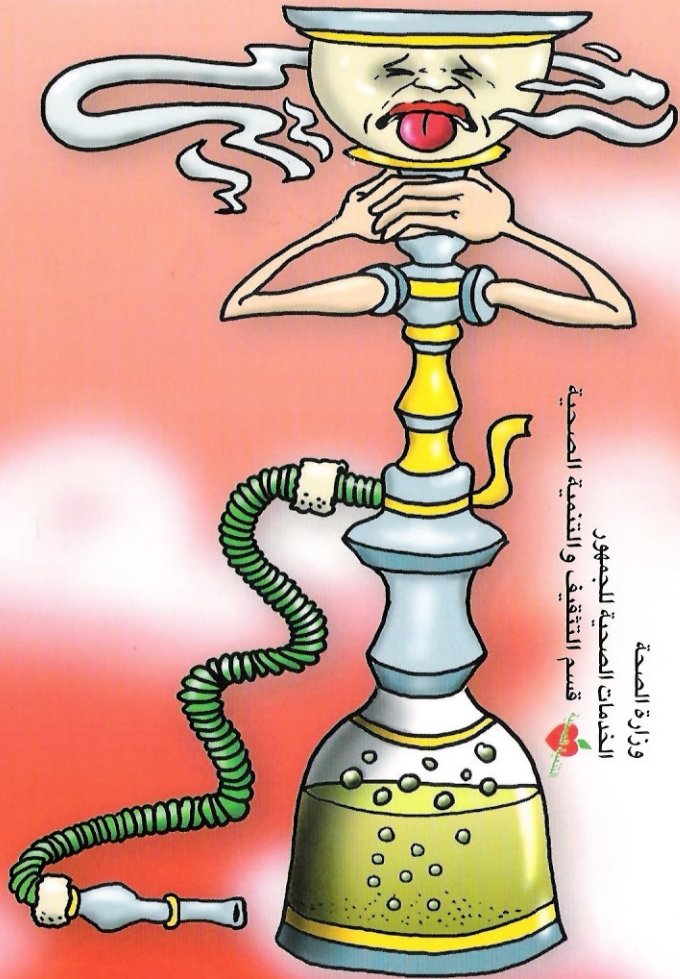
التبغ يسبب السرطان،
أمراض القلب والأوعية
الدموية، أمراض الرئة،
ضرر باللياقة البدنية،
القدرة الجنسية، العظام،
العينين، الأسنان، ولدى
النساء الحوامل ضرر
بالحمل والجنين.

بالإضافة الى ذلك، تدخين
النارجيلة بالمجموعة يسبب
بنقل أمراضاً معدية مثل
هرپس الفم والشفتين،
السل، وغيرها.

الدخان الناتج من حرق
التبغ في النارجيلة يمر
داخل الأنبوب الصغير
وينتج فقائيع داخل الماء،
ومن ثم يتم استنشاقه للغم
وللرقتين.

الماء لا يرشح
المواد الكيماوية
الخطرة
الموجودة في
دخان التبغ!

تدخين النارجيلة -
يؤدي
الى الإدمان والضرر!



وزارة الصحة
الخدمات الصحية للجهور
قسم التدقيق والتفتيش الصحية

أيها الوالدين - لا تدعوا أبناءكم يدخنون النارجيلة!

الحذر من سجائر "لايت"

قليلة القطران والنيكوتين

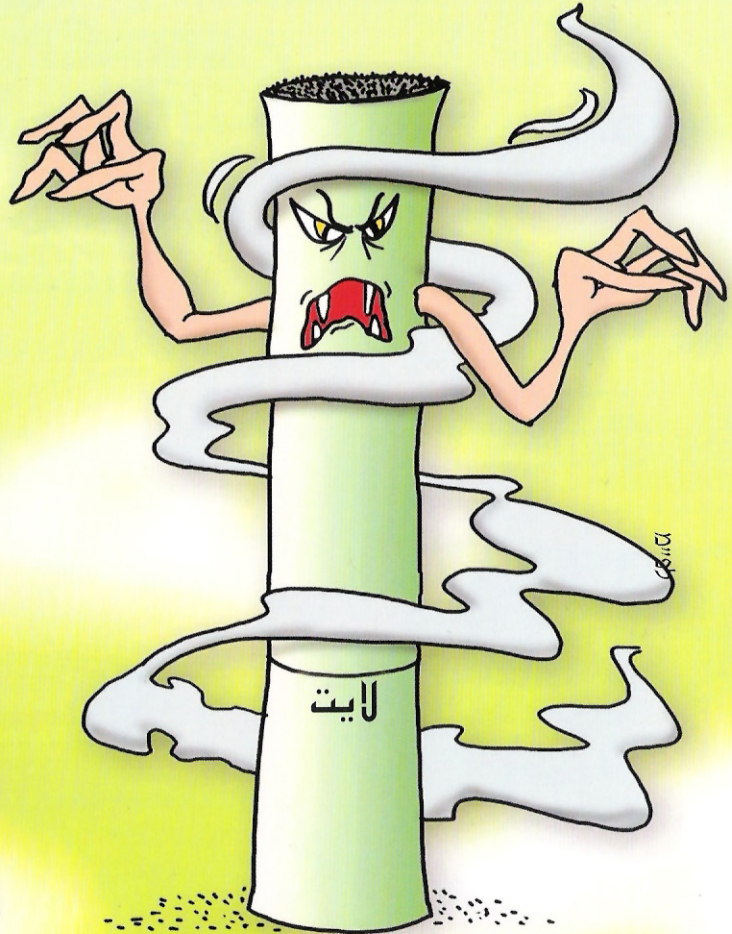
السجائر المعرفة من قبل المنتج "لايت" (سجائر "خفيفة") قد تحتوي على نسبة أقل من النيكوتين، إلا أن هذه النسبة تعتبر مضرّة جداً، وهذا بالإضافة لآلاف المواد الكيميائية الأخرى الموجودة في دخان السجائر.

تبغ السجائر يؤدي إلى السرطان، أمراض القلب والأوعية الدموية، أمراض الرئة، ضرر باللياقة البدنية، القدرة الجنسية، العظام، العيّن، الأسنان، ولدى النساء الحوامل ضرر بالحمل والجنين.

استبدال السجيرة العادية بسجيرة "لايت" لا يمنع هذه الأمراض والأضرار الناجمة عنها.

أحياناً المدخن الذي يدخن سجائر "لايت" يميل الى تدخين عدداً أكبر من السجائر لكي يصل إلى كمية النيكوتين التي أصبح مدمناً عليها.

إذا كان الإختيار
تدخين سيجارة
عادية أو سيجارة
"لايت"
فالقرار الأمثل
هو عدم
التدخين
لأن كلاهما
ضاران.



هل تعلم؟ في اسرائيل يموت نحو ١٨٠ شخصاً كل اسبوع نتيجة لتدخين السجائر!