

Автор: Отдел общественного здоровья ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»



Безвредных табачных изделий не существует. В этом состоит их основное и принципиальное отличие от любых других товаров, предназначенных для свободного и легального потребления людьми.

Вредных веществ во вдыхаемом дыме очень много. В первую очередь принято сравнивать показатели содержания смол и никотина, которые по новому закону производители обязаны указывать на пачке.

Однако здесь таится коварная ловушка. Не думайте, что если Вы курили сигареты, на которых написано "10 мг смолы" и перешли на какой-нибудь супер лайт "1 мг", Вы будете получать в 10 раз меньше вредных веществ, и сократите вред своему здоровью в 10 раз. Увы. Хотя табачная индустрия и пытается поддерживать такое мнение, исследования доказали, что это не так. Переходя на облегченные сигареты, курильщики увеличивают количество выкуренных сигарет, объем затяжек, затягиваются чаще и сильнее, а также блокируют отверстия в фильтре, что приводит к увеличению полученной дозы никотина, а, следовательно, и смолы.

Табачным компаниям выгодно стимулировать переход на "легкие" сигареты: они стоят дороже, и курильщик выкуривает их большее количество. Что еще важнее для табачной промышленности – из-за легких сигарет многие курильщики не бросают курить.

Не поддавайтесь на маркетинговые уловки –

БРОСАЙТЕ КУРИТЬ!