



SMETTERE DI FUMARE!

Un investimento ad elevato guadagno di salute

20 MINUTI dopo l'ultima sigaretta la pressione arteriosa e la frequenza cominciano ad abbassarsi

24 ORE dopo il livello di monossido di carbonio nel sangue (gas velenoso sprigionato dalla combustione) si normalizza

POCHI GIORNI dopo migliorano il gusto e l'olfatto, la resistenza fisica e l'energia

2-3 MESI dopo anche la funzione polmonare mostra segni decisi di cambiamento

3-5 ANNI dopo il rischio di infarto si abbassa notevolmente e si avvicina a quello di chi non ha mai fumato

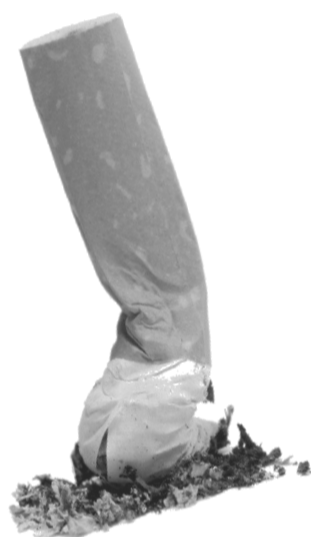
10-12 ANNI dopo il rischio di tumori diventa simile a quello dei non fumatori

SMETTENDO A 35 ANNI si guadagnano 10 anni di vita

SMETTENDO A 40 ANNI si guadagnano 9 anni di vita

SMETTENDO A 50 ANNI il guadagno è di 6 anni

SMETTENDO A 60 ANNI si recuperano ancora 3 anni di vita



Smettere di fumare, con l'aiuto degli Ambulatori e dei Centri per il Trattamento del Tabagismo (CTT) è molto più facile che tentare da soli. Per informazioni o appuntamenti telefona al servizio più vicino dell'ASST di Lecco, Vimercate o Monza.

LECCO 039 9908991 Centro per il Trattamento del Tabagismo, via Santa Maria di Loreto, 80 Merate

MONZA 039 2336661 Centro per il Trattamento del Tabagismo, via Solferino 16, Monza

SEREGNO 0362 228300 Centro per il Trattamento del Tabagismo, via Vincenzo Bellini 1, Seregno

VIMERCATE 039 6657661 Centro per il Trattamento del Tabagismo, via Luigi Ronchi 6, Vimercate

VIMERCATE 039 6657201; 039 6657539 Ambulatorio per il Trattamento del Tabagismo, via SS Cosma e Damiano 10 (ospedale), Vimercate