



No Smoke
or Die

たばこの話

✦ タバコを吸うのって かっこいい??

タバコは体に悪いらしい。
周囲の人にも影響があるらしい。

タバコをやめたら…

- ・孫から「くさくないね」と言われた。
(72歳 男)
- ・カーテン、照明器具の汚れがなくなった。
(主婦)

✦ 禁煙コスト

タバコ2箱 (300円×2)
× 365日 (1年間)
≒ 219,000円

**10年間で
200万円以上**

✦ 誤飲

タバコを食べると、急性ニコチン中毒になり、赤ちゃんだと**1本で致死量**を超えます。

✦ 老化

タバコを吸うと閉経が2年近く早くなり、**肌年齢が5歳以上**早く老化します。

✦ 禁煙サポートサイト

いい禁煙

<http://www.e-kinen.jp>



NO SMOKING

✦ 健康な歯肉と喫煙者・受動喫煙者の歯肉



健康な歯肉



喫煙者の歯肉



受動喫煙者の歯肉着色 (21歳女性)



受動喫煙者の歯肉着色 (7歳児)

5.31は、
1988年にWHO
(世界保健機関)が
定めた
世界禁煙デーです



記事提供 (一社) 奈良県歯科医師会 出典「No Smork or Die たばこの話」