HÚT THUỐC TRONG NHÀ THÌ NGUY HIỂM

THẾ NÀO LÀ KHÓI THUỐC DÙNG LẦN NHÌ & BA?

Khói thuốc dùng lần nhì là khói từ việc đốt cháy một sản phẩm thuốc lá. Nó cũng còn là khói thuốc được thở ra từ một người hút thuốc. Khói thuốc dùng lần ba là chất độc toxin vẫn còn lưu lại trên mặt phẳng ngay cả khi khói thuốc đã tan biến. Nó có thể trên da, tóc, quần áo, bàn ghế hay sàn nhà của bạn. Nó rất có hại cho trẻ em.

KHÓI THUỐC DÙNG LẦN NHÌ THÌ NGUY HIỂM.

Khói thuốc dùng lần nhì có hơn 4000 hóa chất, nhiều chất là độc tố toxin và gây ung thư. Ngay cả những ai không hút thuốc có thể đau tim, ung thư phổi và bị tai biến mạch máu do việc gần gũi khói thuốc dùng lần nhì.

Trẻ em và bé sơ sinh gần khói thuốc dùng lần nhì có nguy cơ cao mắc các chứng:

Trẻ sơ sinh chết bất ngờ
Nhiễm trùng lổ tai và mất thính giác
Thường xuyên lên cơn suyễn (và nặng hơn)
Nhiễm trùng ngực, mũi, cổ họng và xoang
Ung thư phổi, cổ họng và miệng
Vắng mặt ở trường do bịnh hoạn

Tạo môi trường không khói thuốc

Nhà là nơi hầu hết trẻ em hít thở khói thuốc dùng lần nhì. Làm cho nhà bạn không có khói thuốc là cách duy nhất chắc chắn con bạn không bị hại. Cho khách thăm viếng biết bạn giữ nhà và xe của bạn không khói thuốc.

Nên nhớ rằng sự lan tràn khói thuốc không có mức độ nào là an toàn.

Cai thuốc sẽ giúp bạn thở dễ dàng và mạnh khỏe.
Với các dụng cụ và sự hỗ trợ, bạn có thể làm được.

Xin gọil 1-800-784-8669. Dịch vụ cai thuốc có sẵn nhiều ngôn ngữ.

802 QUITS

VERMONT DEPARTMENT OF HEALTH

VERMONT REFUGEE RESETTLEMENT PROGRAM
A field office of the U.S. Committee for Refugees and Immigrants