

Ko tavi orgāni saka par smēķēšanu?

Dati liecina, ka vīrieši kļuvuši veselīgāki un prātīgāki –
smēķē mazāk, toties daļais dzimums – vairāk.
Meitenes sākot sevi indēt jau no skolas sola.

*Vai tavas
SMADZENES grib,
lai tu smēķē?*

Jā!

*Vai tavas
PLAUŠAS grib,
lai tu smēķē?*

Nē!

«Iespēja saslimt ar plaušu vēzi atkarīga arī no dūmu ievilkšanas dziļuma, cigarešu veida, no vecuma, kad pipēšana sāka. Katras 15 izsmēķētās cigaretes – tā ir viena genoma mutācija. Sākumā organisms spēj tikt galā ar šūnu bojājumiem un salabo tos, taču ar katru nākamo reizi (cigareti) bojājums kļūst nopietnāks. Pakāpeniski mutācijas uzkrājas, un, izraisot pārmaiņas šūnās, var sākt attīstīties audzēji, tai skaitā plaušu vēzis.»

Dr. ARTJOMS ŠPAKS, bronhologs un torakālais ķirurgs.

*Vai tava
ĀDA grib,
lai tu smēķē?*

Nē!

«Smēķēšana noārda ādas aizsargbarjeras – āda kļūst sausa, ātrāk sprēgā, iekaist un noveco.»

Dr. ANNA BĒRZIŅA, dermatoloģe.

Vai tava
SIRDS grib,
lai tu smēķē?

Nē!

«Smēķējot paātrinās
sirdsdarbība,
paaugstinās
asinsspiediens
un palielinās
infarkta un
pēkšņas nāves
risks.»

Profesors
ANDREJS ĒRGLIS,
kardiologs.

Vai tavas
KĀJAS grib,
lai tu smēķē?

Nē!

«Smēķēšanas
dēļ arī kājās aizkaļķojas
asinsvadi – tiek traucēta
asinsrite, kājas sāk sāpēt,
nedzist brūcītes, veidojas
čūlas, gangrēna. Latvijā
gada laikā tiek amputētas
600 kājas. Pārsvarā
smēķēšanas dēļ.»

Dr. med. PATRĪCIJA IVANOVA,
asinsvadu ķirurgs.

Vai tavas
OLNĪCAS un
DZEMDE grib, lai
tu smēķē?

Nē!

«Smēķēšana bojā tavas
olšūnas un samazina
izredzes palikt stāvoklī.
Izpētīts, ka smēķēšana
paātrina menopauzes
sākšanos.»

Dr. LIĀNA GAVARE,
ginekoloģe.

Vai tavs
AIZKUŅĀ
DZIEDZERIS grib,
lai tu smēķē?

Nē!

«Smēķēšana bojā
aizkuņģa dziedzeri – tiek
ietekmēta apasiņošana,
un organismā tāpēc
nonāk toksiskas vielas.»

Profesors JURIS
POKROTNIEKS,
gastroenterologs.

Vai tavs
DIBENS grib,
lai tu smēķē?

Nē!

«Smēķēšana palielina
tavas izredzes iedzīvoties
hemoroidos.»

Dr. med. ANDRIS GARDOVSKIS,
proktologs.

Vai tavas
KRŪTIS ir
pelnījušas
saslimt ar vēzi
smēķēšanas
dēļ?

Nē!

«Smēķējot
divas reizes
pieaug risks
saslimt ar krūts
vēzi, jo tā izmaina
hormonu darbību.»

Dr. med. ARVĪDS IRMEJS,
ķirurgs un krūšu speciālists.

APTAUJAS REZULTĀTU APKOPOJUMS. Neraugoties uz to, ka visi tava ķermeņa orgāni apkūpināšanai saka kategorisku NĒ, diemžēl vadošais un tavu rīcību nosakošais orgāns – smadzenes – spītīgi izvēlas tevi indēt, jo smēķēt taču ir bauda, komunikācijas forma, pieradums. **KO DARĪT?** Varbūt mēģini vēlreiz parunāt ar savām ne sevišķi prātīgajām smadzenēm! Paskaidro, ka jaunība, kad cigarete slaidos pirkstos izskatās seksīgi, paiet ātri. **KAS NĀKOTNĒ?** 10 metrus no ieejas stāvoša kundzīte gados – ar čerkstošu balsi, grumbainu ādu, dzelteniem zobiem un nepatīkamai elpu, kas ar savu naudu turpina finansēt indes ražotājus, bet ārstiem pieprasa saglābt pašas sabojāto ķermeni. ☹