

Jag vill behålla mitt



fräscha leende.

Därför tackar jag **NEJ** till rökning och snus.



Snus orsakar frätskador och blottade tandhalsar

Tobaksrökning är en dominerande orsaksfaktor till en rad ohälsotillstånd och är orsak till 6500-7000 människors för tidiga död per år i Sverige. (C:a 500 personer omkommer årligen i trafikolyckor).

De allvarligaste rökrelaterade sjukdomstillstånden är cancer och hjärt-kärlsjukdomar.

Rökrelaterad cancer uppträder bl.a. i lungor, munhåla, strupe, bukspottkörtel och livmoderhals i klart ökad frekvens.

Bl.a. till följd av nikotineffekten sker en negativ påverkan på hjärt-kärlsystemet med en klar överrisk för blodtrycksförhöjning med mycket allvarliga konsekvenser.

**WHO och
Läkare mot Tobak
säger bl.a. om snus att:**

- Snus innehåller 2500 kemiska ämnen, varav 28 är cancerogena.
- Nikotinmängden i en tredjedels snusdosa motsvarar 20 cigaretter.
- Snusning utvecklar ett starkare nikotinberoende än rökning.
- Hjärtat slår 15000 fler slag per dygn om du snusar vilket stör hjärtrytmen och ökar risken för plötslig hjärtdöd.
- Snusning ökar risken att drabbas av diabetes.
- Snus fördubblar risken för skelett- och muskelskador vid idrottsutövning. Konditionen försämras med 6-8 procent.
- Om gravida kvinnor snusar ökar risken för tidig födsel, låg födelsevikt för barnet och plötslig spädbarnsdöd.
- Snusare riskerar att få cancer i munnen och bukspottkörteln.