

米兰国家肿瘤研究所提供的
华人社区免费戒烟项目

健康的未来触手可及！
戒烟不仅是为自己，
更是对家人的关怀！

我们的项目全程陪伴你，
完全免费！

你知道戒烟后可以延长十几年的
寿命吗？

你知道吸烟导致约90%
的肺癌吗？

为了自己和家人，
今天就行动吧！

无烟的明天，从现在开始

欢迎联系我们！

 3351799711

星期一、星期三、星期五 14:30 - 15:30
扫码注册，微信快捷报名！



IRCCS
Istituto Nazionale dei Tumori

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

**戒烟
回归健康！**

米兰国家肿瘤研究所提供的
华人社区免费戒烟项目

积极参与！
不要犹豫



相信自己，你可以成功！
相信我们，会给予你最大的帮助



IRCCS
Istituto Nazionale dei Tumori

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

为什么选择我们的项目？

- ✓ 免费提供金雀花碱药片，帮助您逐步减少尼古丁需求！
- ✓ 个性化心理咨询，提供中文文化交流支持！
- ✓ 量身定制的戒烟计划，我们的专业团队为您全程护航！
- ✓ 全程免费，无任何经济负担！

**迈出第一步
走向无烟新生活！**



如何参加

- **联系我们的团队**
扫描二维码通过微信注册，或在指定时间来电咨询！
- **预约您的咨询！**
医生和心理学家将帮助您制定独特的！
- **开启你的无烟自由之旅！**
按照计划进行，获得全方位支持！

吸烟严重危害健康

常见危害包括

呼吸问题 如慢性支气管炎和肺功能下降

心血管疾病 如高血压和心肌梗死

增加患多种癌症的风险 尤其是肺癌、喉癌和口腔癌

损害皮肤 加速衰老和产生皱纹

味觉和嗅觉减退

影响生育能力 并增加孕期并发症的风险

**戒烟越早，健康收益越大！
即刻见效，
并且越来越明显！**

20分钟后 血压和心率开始恢复正常

12小时后 血液中的一氧化碳水平下降，氧气供应改善

几周后 血液循环和肺功能明显改善

1年后 患冠心病的风险降低一半

长期来看 肺癌、心脏病及其他与吸烟相关疾病的风险持续降低，寿命更长，健康更有保障

