

9 ŞUBAT

SİGARAYI BIRAKMA GÜNÜ



Sigara bağımlılığı BIRAKILABİLİR/TERK EDİLEBİLİR !

Kişiler kendi kendilerine sigarayı bırakabilirler.

Kendi kendine başarı sağlanamadığında EN YAKIN SAĞLIK KURULUŞUNA ve SAĞLIK
ÇALIŞANLARINA/HEKİMLERE başvuru yapılmalıdır.

Bırakma sürecinde kanıta dayalı bilimsel yaklaşımlar dışında seçenek BULUNMAMAKTADIR !