

TUPAKKA- JA NIKOTIINITUOTTEET VAIKUTTAVAT KOKONAISVALTAISESTI



Nukahtamisvaikeudet,
heikko unen laatu ja heräily

Uni



Keskittymisvaikeudet,
mielialaoireet ja oppimisen haasteet

Mieli



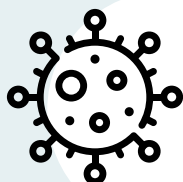
Heikompi rasituksen sietokyky ja
palautuminen liikunnasta

Liikunta



Ravintoaineiden imeytyminen sekä
haju- ja makuaisti heikkenevät

Ruokailu



Altistuminen sairastumisille ja
vammojen paranemisen hidastuminen

Terveys

LOPETTAMISEN
TUKI



FRESSISEDU.FI