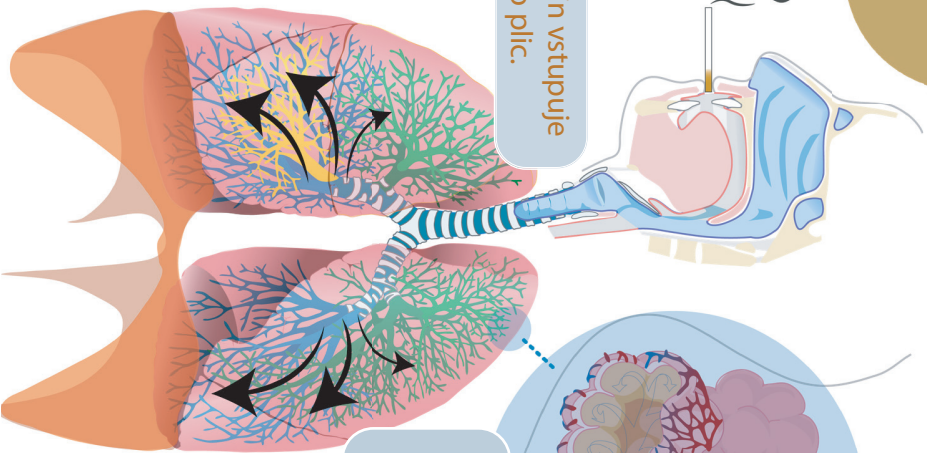




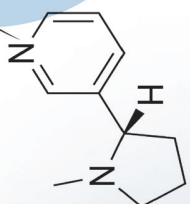
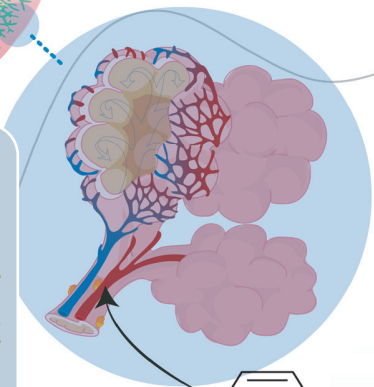
# NIKOTINOVÁ ZÁVISLOST

P42

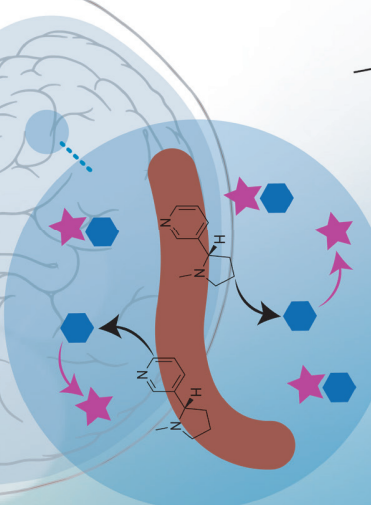
1. Nikotin vstupuje do plic.



2. V plicích sklípáček vstupuje nikotin do krve.



3. V mozku se nikotin váže na receptory a aktivuje sekreci dopaminu.



4. Sekrece dopaminu vyvolává pocit štěstí.

5. Přibývá počet nikotinových receptorů, které vyžadují více nikotinu.





# CO SE DĚJE V TĚLE, POKUD PŘESTANETE KOUŘIT

P37

riziko infarktu  
je takové jako  
u nekuřáka  
**ZA 15 LET**

klesne tlak a puls  
na úroveň jako před  
poslední cigaretou  
a zároveň se opět zvýší  
teplota pokožky  
**ZA 20 MINUT**

sníží se hladina oxidu  
uhelnatého v krvi  
a hladina kyslíku se  
tak zvýší na svou  
obvyklou úroveň  
**ZA 8 AŽ 12 HODIN**

významně se sníží  
riziko rakoviny plic  
a dalších orgánů (jícnu,  
hrtanu, hltanu, jater,  
močového měchýře)  
**ZA 10 LET**



zlepší se čich a chuť,  
dýchání se opět  
prohloubí  
**ZA 2 AŽ 3 DNY**

riziko srdečně-cévních  
onemocnění se sníží  
na polovinu  
**ZA 5 LET**

riziko srdečně-  
cévních onemocnění  
je o třetinu nižší než  
u kuřáka  
**ZA 1 ROK**

zlepší se oběh krve  
a funkce plic  
**ZA 2 TÝDNY AŽ  
3 MĚSÍCE**