

タバコは百害あって一利なし

—タバコを吸えば吸うほど老け顔になる！—

東北文化学園専門学校 保健室 2020年 11月発行 Ver. 4



喫煙者は全身の病気のリスクや死亡率が高くなる・他に…

長年タバコを吸えば吸うほど、病気のリスクだけではなく、5年後、10年後…、**実年齢より老けた顔になる**。見た目が、変わるのには、想像以上にショックなはず！

スモーカーズフェイスを招く2つの原因は…

- ①喫煙によって美肌生成に大切なビタミンCを破壊してしまう
- ②喫煙によって血流が悪くなり血液ドロドロになる……です。

そんな顔になる前だったら大変！

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の重症化にも、喫煙は大きく影響しているといわれています。タバコは吸わない方がいい！！

もし、すでに喫煙している方がいたら、早めの禁煙をお勧めいたします。禁煙方法はいろいろあります。保健室でいつでも相談対応いたします。

禁煙相談希望の方は2号館1階 専門学校保健室に来てくださいね。