



ETAPA 1

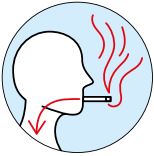
Ajrosja dhe fshehja e erës.

ETAPA 2

Të presësh 5 vjet që pjesëzat të zhiduken nga divani i sallonit.

TRI LLOJET E TYMIT

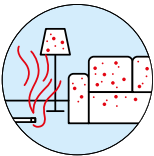
Pirja e duhanit është me pasoja për duhanpirësit dhe rrethin e tyre. Nuk ka nivel « sigurie » në vënien në prani të tymit të duhanit. Sipas tipit të tij, tymi ka rrjedhoja të drejtpërdrejta e/ose të tërthorta:



Tymi i dorës së parë thithet drejtpërdrejt prej duhanpirësve. Flitet për duhanpirje vepruese.



Tymi i dorës së dytë del prej lëndëve të duhanit që digjen gjatë thithjes. Këtij tymi i shtohet edhe ai që nxirret prej duhanpirësve. Thithja padashje e këtij tymi mjedisor është shkaktar i duhanpirjes jovepruese.

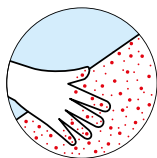


Tymi i dorës së tretë vjen nga rënia e tymit të dorës së dytë në sipërfaqet e ndryshme të mjedisit (flokë, lëkurë, mobilje, tekstile, pluhur, etj.). Për më tepër, disa mbetje tymi mund të ndërveprojnë me elemente të mjedisit për të formuar përbërje të reja të dëmshme. Lëndët helmuese të tymit të dorës së tretë nuk ikin prej ajrimit të lokaleve, por grumbullohen. Ato gjenden në vendet e caktuara për duhanpirësit, por edhe në mjedise të tjera, ku nuk pihet më duhan prej shumë kohësh. Në fakt, mbetjet helmuese mund të qëndrojnë gjatë disa viteve në sipërfaqe të ndryshme, edhe pasi era e duhanit të ketë ikur. Duke pasur parasysh përthithjen « e heshtur » të këtyre helmeve, nganjëherë flitet për duhanpirje jovepruese të tejskajshme.

VËNIA NË PRANI TË TYMIT TË DORËS SË TRETË

Tymi i dorës së tretë është po aq i rrezikshëm sa edhe tymi i dorës së dytë. Ai prek njerëzit joduhanpirës, fëmijët e të rriturit, që vihen në prani të tij pa dashur dhe pa e ditur.

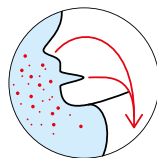
Ka tri mënyra të vënies në prani të tymit të dorës së tretë:



Me anën e prekjës, duke prekur sipërfaqet që ndodhen ne prani të tymit të dorës së tretë



Me gëlltitje të pjesëzave të vendosura mbi sipërfaqe të ndryshme



Me thithje të përbërësve që qëndrojnë pezull

RREZIQET PËR SHËNDETIN

Kontakti me tymin e dorës së tretë përmban rreziqe të shumta e me pasoja të rënda për shëndetin. Fëmijët janë më të prekshëm në prani të këtij lloji tymi. Ata përthithin 20 herë më shumë përbërës helmues sesa të rriturit, për arsye të hollësisë së lëkurës së tyre, të kontaktit më të shpeshtë me sipërfaqet e prekura nga tymi dhe prirjen për të vënë në gojë edhe sende të ndotura. Tymi i dorës së tretë:

Tek të rriturit

Mund të shtojë rrezikun e sëmundjeve të veshkave, të kancereve, të sëmundjeve të zemrës e të gjakut, të fibrozave, të sëmundjeve të mahisjes së mushkrive, apo të mbylljes me vonesë të plagëve.

Tek fëmijët

Mund të shtojë rrezikun e shkaktimit të astmës, të alergjive, të infeksioneve në veshë, hundë e laring, të kolikeve te fëmijët e vegjël e të turbullirave të sjelljes, si hiperaktiviteti.

**Ajrosja nuk mjafton, as fshehja e erës!
Tymi i dorës së tretë është i padukshëm.
Mbetjet helmuese të krijuara nga djegia
e cigareve ndërfiten gjatë muajve,
madje viteve.**

**Për të kufizuar vënien e të afërmve tuaj në
prani të tymit të dorës së tretë, është mirë
të dilni jashtë makinës, për të pirë duhan
në ajër të pastër.**

Për të mësuar më shumë : fumeetertiaire.ch

Lënia e duhanit :



Stop-tabac.ch



**Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis**

ADDICTIONS – CIPRET
SUCHT – CIPRET