

Tobakksrøyk er farlig for barn  
Ikke røyk i nærheten av barn



## Barn som puster inn tobakksrøyk

- er oftere syke fordi barns lunger er små og ikke ferdig utviklet
- får oftere ørebetennelse, hoste og luftveisinfeksjoner
- får oftere astma og mer alvorlige astmaanfall
- har økt risiko for plutselig spedbarnsdød (krybbedød)



Hos legen med ørebetennelse

Barn som puster inn tobakksrøyk,  
må oftere til legen enn andre barn



Barn med hoste, irriterte øyne og astma



Ikke røyk i nærheten av barn hjemme eller i bilen



Ikke i stuen



Ikke under kjøkkenvifta



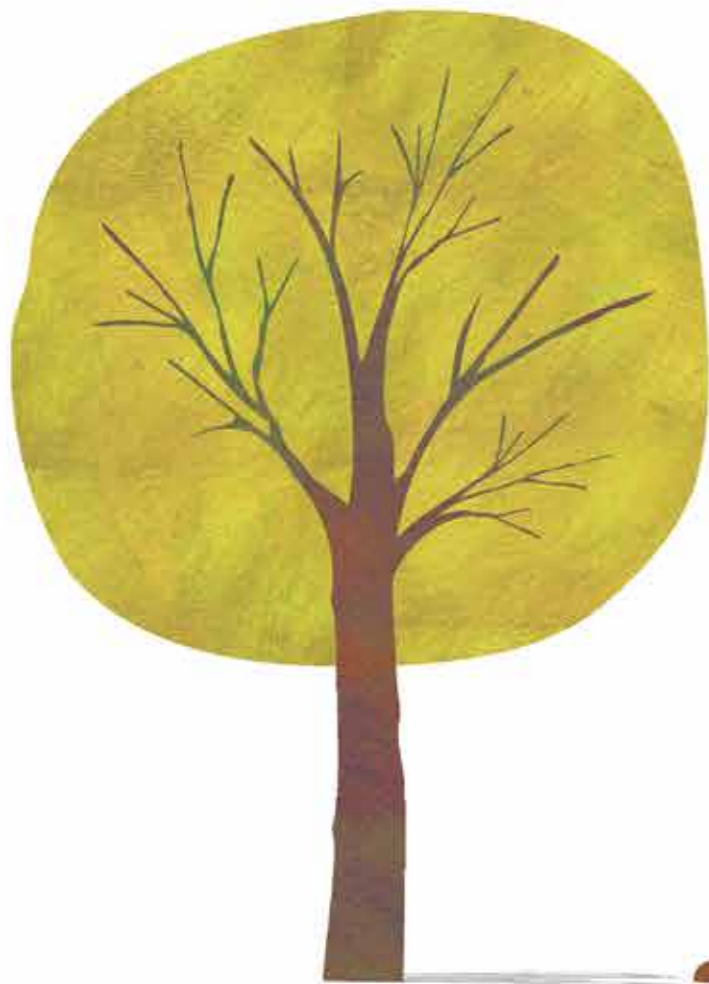
Ikke ut av vinduet



Ikke i bilen



Vannpiperøyking er også farlig



Hvis du skal røyke, må du gå ut.  
Finn et sted der det **ikke** er barn.

### Er du en IKKE-RØYKER?

Da er det større sjanse for at dine barn aldri begynner å røyke.

### Røyker du, men har et ønske om å slutte?

Det er aldri for sent å slutte.







## Trenger du hjelp til å slutte?

- se [www.slutta.no](http://www.slutta.no)
- ta kontakt med helsesykepleier på helsestasjonen eller fastlegen din
- sjekk tilbudet på nærmeste frisklivssentral
- ring Kreftforeningen 21 49 49 21
- [kreftforeningen.no](http://kreftforeningen.no)