

Passiivinen tupakointi

Sähkösavuke=Sähkötupakka,
Vape

Tupakoitsija

Tupakanhimo

Tapa

Tupakoida

Lääkkeet tupakoinnin
lopettamiseen

Apu tupakoinnin
lopettamiseen

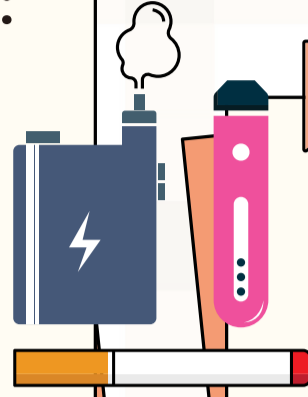
Tupakointi aiheuttaa:

Esim.
Keuhkosairauksia,
esim.
Keuhkoahauma.
Erilaisia syöpiä,
esim. keuhkosyöpä,
suusyöpä,
kurkunpäänsyöpä.
Iho vanhenee,
verenkierto
huononee.



Erilaisia ongelmia:

Esim. Haavat
paranevat
huonommin.
Hengitys haisee.
lensairauksia.
Tupakkayskä.
Hapenottokyky
huononee.



Riippuvuus

Fyysinen
riippuvuus

Psyykinen
riippuvuus

Sosiaalinen
riippuvuus

Häkä

Savu

**TUPAKKA
NUUSKA
SÄHKÖSAVUKE**

Haju- ja
makaisti

Nikotiinivalmiste

Nikotiini

Riippuvuus.
Lopettaminen
voi
olla vaikeaa.

Mielihyvä

Terveysongelma

Motivaatio

Vieroitusoireet

Riskiraja

Päihde

ALKOHOLI

Runsas käyttö

Maksa

Aivot

Riippuvuus

Alkoholi aiheuttaa:

Esim.
Keskushermosto
lamaantuu,
koordinaatio
huononee.
Huimausta.
Iho vanhenee.
Tapaturmariski
kasvaa.



Erilaisia ongelmia

Esim.
Runsas alkoholin
käyttö voi
aiheuttaa maksan
ja aivojen
ongelmia,
syöpää, ylipainoa,
aivosolujen
kuolemista.

Alkoholiriippuvuus
Alkoholiongelma

Alkoholisti

Humalahakuisuus

Sosiaalinen haitta

Vaikeus hallita
juomista.

Kohtuukäyttö

Huimaus

Haitallinen

Alkoholimyrkytys

Apu alkoholin käytön
vähentämiseen tai lopettamiseen

Humalatile

Haitta

Promille

salpaus

Koulutuskeskus | Further Education

Rahoittaja
Jatkuvan oppimisen ja
työllisyyden palvelukeskus

Suvi Koistinen
Kuvat: Canva