ทำไมต้องเลิกสูบ

เลิกสูบแล้วดีอย่างไร

สุขภาพดี

- ไม่ไอ หายใจโล่ง
- ไม่เหนื่อยง่าย
- ไม่เป็นโรคมะเร็งปอด
- ไม่เป็นโรคหัวใจ
- ไม่เป็นโรคหลอดเลือดสมอง
- ไม่เป็นโรคถุงลมโป่งพอง

เศรษฐกิจและสังคม

- ประหยัดเงิน
- ไม่ต้องซื้อบุหรี่
- ไม่ต้องซื้อยารักษาโรค
- ไม่ต้องซื้อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ไม่ต้องซื้ออาหารว่าง
- ไม่ต้องซื้อของฝาก
- ไม่ต้องซื้อของขวัญ
- ไม่ต้องซื้อของที่ระลึก

สุขภาพดี

- ผิวพรรณสดใส
- ไม่มีกลิ่นปาก
- ไม่มีกลิ่นตัว
- ไม่มีกลิ่นเสื้อผ้า
- ไม่มีกลิ่นบ้าน
- ไม่มีกลิ่นรถ
- ไม่มีกลิ่นที่ทำงาน

ครอบครัวและสังคม

- ไม่ทำให้คนที่รักเป็นทุกข์
- ไม่ทำให้คนที่รักเป็นโรค
- ไม่ทำให้คนที่รักเสียชีวิตก่อนวัยอันควร
- ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นนักสูบหน้าใหม่
- ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นโรคมะเร็งปอด
- ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นโรคหัวใจ
- ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นโรคหลอดเลือดสมอง
- ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นโรคถุงลมโป่งพอง

สุขภาพดี

- ไม่ไอ หายใจโล่ง
- ไม่เหนื่อยง่าย
- ไม่เป็นโรคมะเร็งปอด
- ไม่เป็นโรคหัวใจ
- ไม่เป็นโรคหลอดเลือดสมอง
- ไม่เป็นโรคถุงลมโป่งพอง

เศรษฐกิจและสังคม

- ประหยัดเงิน
- ไม่ต้องซื้อบุหรี่/บุหรี่ไฟฟ้า
- ไม่ต้องซื้อยารักษาโรค
- ไม่ต้องซื้อเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ไม่ต้องซื้ออาหารว่าง
- ไม่ต้องซื้อของฝาก
- ไม่ต้องซื้อของขวัญ
- ไม่ต้องซื้อของที่ระลึก

สุขภาพดี

- ผิวพรรณสดใส
- ไม่มีกลิ่นปาก
- ไม่มีกลิ่นตัว
- ไม่มีกลิ่นเสื้อผ้า
- ไม่มีกลิ่นบ้าน
- ไม่มีกลิ่นรถ
- ไม่มีกลิ่นที่ทำงาน

ครอบครัวและสังคม

- ไม่ทำให้คนที่รักเป็นทุกข์
- ไม่ทำให้คนที่รักเป็นโรค
- ไม่ทำให้คนที่รักเสียชีวิตก่อนวัยอันควร
- ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นนักสูบหน้าใหม่
- ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นโรคมะเร็งปอด
- ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นโรคหัวใจ
- ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นโรคหลอดเลือดสมอง
- ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นโรคถุงลมโป่งพอง