

# COMMENT LE TABAGISME AFFECTE-T-IL VOS POUMONS ?

Le tabagisme augmente le risque de :

- toux chronique
- mucosités plus abondantes
- essoufflement
- respiration sifflante (*wheezing*)
- cancer du poumon
- pneumonie
- asthme

## ARRETEZ DE FUMER ET VOUS :


- respirerez plus facilement
- aurez moins de mucosités
- remarquerez une diminution de la respiration sifflante (*wheezing*)
- réduirez le risque de cancer du poumon


Consultez votre médecin pour savoir comment le tabagisme peut avoir affecté votre santé et celle de vos enfants.



### Ressources pour arrêter de fumer:


**New York State Smokers Quitline**  
(numéro pour les fumeurs désirant arrêter de fumer dans l'État de New York)

 1-866-NY QUILTS


 1-866 697-8487

Ressources locales

**Queens Hospital Center**

 718-883-4209

**Elmhurst Hospital Center**

 718-334-2550