

Юлия Лаврова

---

**Как бросить  
курить  
во время  
беременности**



Юлия Лаврова

**Как бросить курить  
во время беременности**

«Издательские решения»

**Лаврова Ю.**

Как бросить курить во время беременности / Ю. Лаврова —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-503461-8

Если вы пытаетесь зачать ребенка или уже беременны, никотин следует категорически исключить из употребления. На первый взгляд может показаться, что бросить курить очень трудно. Но с правильным подходом и хорошими советами это сделать проще, чем вы думаете.

ISBN 978-5-00-503461-8

© Лаврова Ю.  
© Издательские решения

# Содержание

Чем опасно курение	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

# Как бросить курить во время беременности

**Юлия Лаврова**

© Юлия Лаврова, 2019

ISBN 978-5-0050-3461-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Если вы пытаетесь зачать ребенка или уже беременны, никотин следует категорически исключить из употребления. На первый взгляд может показаться, что бросить курить очень трудно. Но с правильным подходом и хорошими советами, это сделать проще, чем вы думаете.

Вот все, что нужно знать, чтобы бросить курить во время беременности и обеспечить оптимально здоровое будущее Вам и Вашему ребенку.





## **Чем опасно курение**

Курение имеет много отрицательных воздействий на организм и отвечает за различные заболевания. Когда вы думаете о связанных с курением заболеваниях, рак легких, вероятно, первое, что приходит на ум.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.