

Юлия Лаврова

**Как бросить
курить
во время
беременности**



Юлия Лаврова
Как бросить курить
во время беременности

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=43722180
ISBN 9785005034618

Аннотация

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.

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.