

# உள்ளகப் புகைபிடிப்பினால் ஏற்படும் அபாயங்கள்

வீடுகள், வாகனங்கள் உள்ளே அல்லது  
அதனருகில் புகைபிடிக்கும்போது  
நச்சுத்தன்மைகொண்ட  
இரசயனப்பொருட்கள் படிவது  
'மூன்றாவது கை புகை' எனப்படும்.



துணிமணி



மரத்தளபாடம்



போர்வைகள்/  
திரைச்சீலைகள்



கம்பளம்



கடினமான  
மேற்பரப்பு



படுக்கை



மூன்றாவது கை  
புகை பின்வரும்  
விளைவுகளை  
ஏற்படுத்தும்:

புண்பட்ட மூக்கு மற்றும் தொண்டை

புற்றுநோய்கள்

நுரையீரல் நிலைமைகள், மற்றும் இதயநோய்

பக்கவாதம்

ஒழுங்காகச் சுத்தப்படுத்தும் வழிமுறைகள் தனக்கருகே புகைபிடிப்பவரால்  
வரும் நஞ்சை முற்றாக நீக்காது. இது குறிப்பாக குழந்தைகள், சிறுவர்களுக்கு  
ஆபத்தானதாகலாம்.

உங்களின் வீட்டிலுள்ள ஒருவர் புகைபிடித்தால், வீட்டிற்கு அப்பால்  
மிகத்தொலைவாகப் போகுமாறு தயவுசெய்து சொல்லவும்.

Tamil | தமிழ்

மேற்கு சிட்னி உள்ளூர் சுகாதார மாவட்டம்  
மக்கள் சுகாதார மையம்

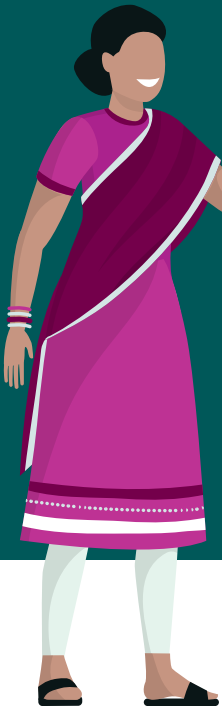


# خطرات دود دست

## سوم



سیگرت کشیدن دست سوم زمانی است که افراد در نزدیکی یا در محیط‌های سرپوشیده مانند خانه یا وسایط نقلیه سیگرت می‌کشند و مواد کیمیایی زهری را بالای موارد ذیل بر جای می‌گذارند:



پرده‌ها/جالی‌ها



فرنیچر



البسه



رخت خواب



سطوح سخت



فرش

سرطان‌ها

بینی و گلو دردی

سکته

امراض شش و امراض قلبی

دود دست سوم می  
تواند باعث مشکلات  
زیر شود:

روش‌های پاک کردن منظم نمی‌تواند به طور کامل دود دست سوم را پاک کند که می‌تواند خطرناک واقع شود، به خصوص برای نوزادان و اطفال.

اگر شخصی در خانواده شما سیگرت می‌کشد (سیگرت یا سیگرت الکترونیکی)، لطفاً از وی بخواهید که از خانه به طور کامل دور برود.

# مخاطر التدخين غير المباشر



**التدخين غير المباشر** هو عندما يدخن الافراد بالقرب منك أو في الأماكن المغلقة مثل المنازل أو المركبات، تاركين مواد كيميائية سامة على:



الستائر



الأثاث



الملابس



أغطية الأسرة



الأسطح الصلبة



السجاد

السرطانات

التهاب الأنف والحلق

يمكن أن يسبب  
التدخين غير  
المباشر:

السكتة الدماغية

أمراض الرئة والقلب

لا يمكن لطرق التنظيف المنتظمة التخلص من التدخين غير المباشر تمامًا مما قد يكون خطيرًا، خاصة بالنسبة للرضع والأطفال.

إذا كان شخص ما في منزلك يدخن (السجائر العادية أو السجائر الإلكترونية "Vape")، يرجى مطالبة بالابتعاد عن المنزل عند التدخين.