

# LAYONG LIPAD. LABAN. MANALO. MATAAS



*Litrato ng U.S. Air Force ni Staff Sgt. Ramon A. Adelan*

**Ang misyon ng Air Force ay nakasalalay sa IYO. Ang paggamit ng tabako ay nakakaapekto sa iyong kalusugan at kahandaan.**

**Ang paninigarilyo o pagnguya ng tabako ay naglalagay sa iyong kalusugan at sa ating misyon sa panganib.** Ang paninigarilyo ay nagdudulot ng kanser, sakit sa puso, atake serebral [stroke], sakit sa baga, diyabetis at karamdaman na ang daanan ng hangin sa iyong baga ay barado [chronic obstructive pulmonary disease] (COPD), at pinapataas ang panganib para sa tuberkulosis, ilang sakit sa mata at mga problema ng sistemang imyuno.\*

\*Pinagmulan: Kagawaran ng Kalusugan at Mga Serbisyo sa Tao ng U.S. [U.S. Department of Health and Human Services] Ang mga Bunga ng Kalusugan ng Paninigarilyo-50 Taon ng Pag-unlad: Isang Ulat ng Siruhanong Heneral

Ang pagpapakita ng biswal na impormasyon ng Kagawaran ng Pagtatanggol ng U.S. [U.S. Department of Defense] (DoD) ay hindi nagpapahiwatig o bumubuo ng pag-endorso ng DoD.

ALASKA'S  
TOBACCO  
**QUITLINE**  
**1-800-QUIT-NOW**  
ITOY LIBRE. ITOY KOMPIDENSIYAL. AT ITOY GUMAGANA.

[alaskaquitline.com](http://alaskaquitline.com)