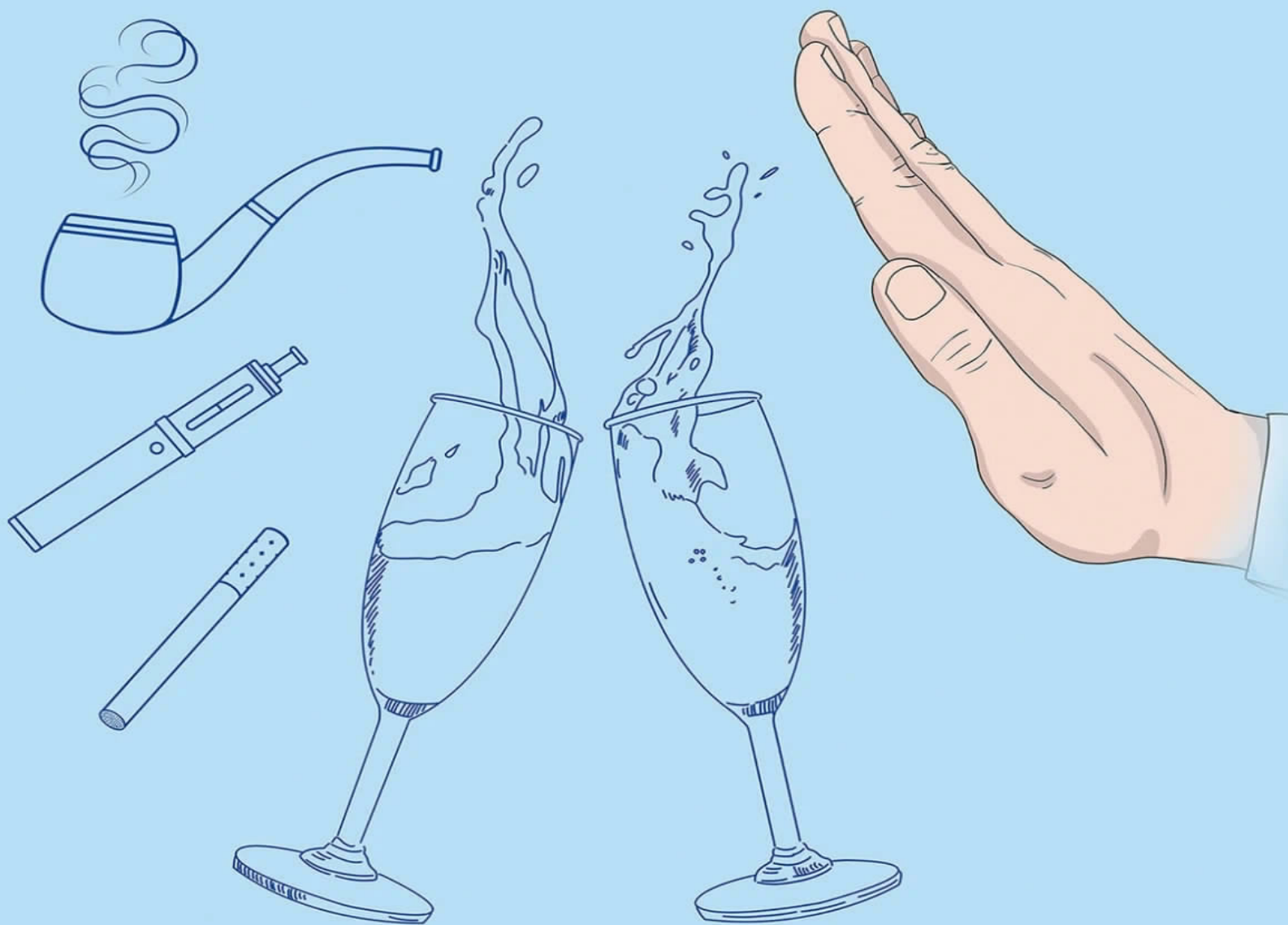


## 不吸烟 不酗酒

- \* 吸烟有害健康，戒烟越早越好
- \* 拒绝“二手烟”，电子烟不安全
- \* 儿童青少年、孕妇、乳母、慢性病患者不应饮酒
- \* 成年人如饮酒，一天饮用的酒精量不超过15克



来源：中国健康教育中心办