

**Sprawdź
swoją
wiedzę**





1. W Polsce co druga dorosła osoba pali papierosy.

PRAWDA

FAŁSZ

2. Istnieje jedna skuteczna metoda rzucania palenia.

PRAWDA

FAŁSZ

3. Nikotynowa Terapia Zastępcza polega na znalezieniu osobie palącej zastępczego zajęcia, tak by miała bardziej zajęty czas.


PRAWDA

FAŁSZ

4. Zwykle po upływie kilku tygodni dolegliwości, które pojawiły się po rzuceniu palenia, słabną

PRAWDA

FAŁSZ



5. Porady psychologa dotyczące rzucania palenia są prowadzone tylko odpłatnie.

PRAWDA

FAŁSZ

6. Palenie łatwiej jest rzucić samemu niż razem z innymi osobami

PRAWDA

FAŁSZ

7. Nie warto przygotowywać się do tzw. dnia zero (dnia wypalenia ostatniego papierosa).

PRAWDA

FAŁSZ



8. Po rzuceniu palenia zaleca się picie dużej ilości płynów.

PRAWDA

FAŁSZ

9. Większy apetyt po rzuceniu palenia spowodowany jest m.in. polepszeniem smaku i węchu.

PRAWDA

FAŁSZ

10. Większy apetyt po rzuceniu palenia spowodowany jest m.in. polepszeniem smaku i węchu.

PRAWDA

FAŁSZ

ODPOWIEDZI

Pytanie	Poprawna odpowiedź
1	Fałsz
2	Fałsz
3	Fałsz
4	Prawda
5	Fałsz
6	Fałsz
7	Fałsz
8	Prawda
9	Prawda
10	Prawda