

Verdrijft roken spanning of stress?

Dat is ook niet waar. De actieve bestanddelen in sigarettenrook verhogen juist je spanningsniveau vanwege het effect dat ze hebben op je lichaam. Je bloeddruk gaat omhoog, je hartslag en je ademhaling gaan sneller als resultaat van het roken. Dat zijn allemaal stressreacties in je lichaam!

Vriendelijke groeten,

Aytac Delen

<http://www.StopNuMetRoken.com>

Heb je de 34 pagina's tellende Stoppen Met Roken gids al geheel GRATIS aangevraagd? Ga naar <http://www.StopNuMetRoken.com> en vraag het nu aan!