

# Tak nak! Merokok!

## Jangan biarkan rokok hentikan pernafasan anda

90% kes kanser paru-paru dikaitkan dengan amalan merokok.  
Merokok meningkatkan risiko 5 hingga 10 kali ganda  
terhadap berbagai jenis kanser.



INFOLINE BERHENTI MEROKOK  
**03-8883 4400**

Bahagian Pendidikan Kesihatan, Kementerian Kesihatan Malaysia  
<http://www.myhealth.gov.my> • <http://www.infosihat.gov.my>