



Efè Fimen ak Itilizasyon Sigarèt Elektwonik Genyen sou Sante Bèt Kay yo

Lè ou fimen oswa itilize sigarèt elektwonik, sa kapab afekte oswa menm nui bèt kay ou yo. Lè w kite, diminye, oswa evite fimen ak itilize sigarèt elektwonik nan kay la, sa kapab pwoteje ou menm, fanmi ou ak bèt kay ou yo.

Kijan fimen ak itilizasyon sigarèt elektwonik kapab afekte bèt kay yo?

- Bèt yo kapab rale **lafimen yon lòt moun pouse deyò**. Anpil bèt kay, tankou chat ak chen, pase pifò tan yo kouche atè a kote nivo nikotin ki nan lafimen an pi wo.
- **Bout sigarèt, katouch sigarèt elektwonik ak medikaman ki gen nikotin ki tonbe atè yo** ka genyen nikotin ak lòt pwodui chimik ladan yo ki kapab anpwazonnen bèt kay yo si yo vale yo.
- Chat oswa zwazo w yo ka vale pwazon ki soti nan lafimen oswa sigarèt elektwonik epi ki tonbe sou plim yo a lè w ap **fè twalèt yo oswa netwaye plim yo**.

Ki efè fimen ak itilizasyon sigarèt elektwonik genyen sou sante bèt kay yo?

- Chen k ap viv avèk moun ki fimen yo genyen plis risk pou yo fè kansè nan nen oswa nan poumon.
- Chat k ap viv avèk moun ki fimen yo genyen plis risk pou yo gen lenfòm (kansè nan sistèm lenfatik).
- Zwazo k ap viv avèk moun ki fimen yo kapab vin gen nemoni, kansè poumon, pwoblèm je, pwoblèm po, pwoblèm kè ak pwoblèm fètélite.
- Bèt kay yo ka tonbe malad grav oswa yo ka menm mouri akòz yo pran nan pwazon nikotin lan nan espas 15 a 30 minit lè yo fin vale likid ki nan katouch sigarèt elektwonik lan.

Kisa mwen kapab fè pou mwen pwoteje bèt kay mwen yo?

- **Pinga ou ni fimen ni itilize sigarèt elektwonik lakay ou.**
 - Gen plizyè opsyon tretman pou moun ki fimen tabak ki gratis epi ki bon mache, ki gen ladan yo medikaman ak konsèy, ki la pou ede w kite, diminye, oswa evite fimen oswa itilize sigarèt elektwonik nan kèk sitiyasyon espesifik (tankou lè w nan kay la avèk bèt yo).
 - Pale ak pwofesyonèl swen sante w la sou ki opsyon medikaman tretman pou moun ki fimen tabak (ki disponib nan lyen sa a on.nyc.gov/tobacco-treatment-guide) ki ka pi apwopriye pou ou. Pifò plan asirans sante (ki disponib nan lyen sa a on.nyc.gov/tobacco-insurance-guide), san wete Medicaid, kouvri fè tretman pou moun ki fimen tabak yo.

- Epitou, si ou pare pou w kite fimèn, men sa ou kapab fè:
 - Ale sou nysmokefree.com oswa rele nan 866-697-8487 pou w pale ak yon pwofesyonèl ki pou ede w kite fimèn. Pifò granmoun yo elijib pou yo jwenn yon kit demaraj ki genyen patch ak pastil ladan l gratis ti cheri.
 - Si lang ou pito a se Chinwa (800-838-8917), Koreyen (800-556-5564) oswa Vyetnamiyen (800-778-8440), rele Liy Kite Fimèn pou Fimè Azyatik yo (Asian Smokers' Quitline) oswa ale sou asiansmokersquitline.org.
- Epitou, moun New York ki gen ant 13 ak 24 lane yo kapab voye mesaj tèks **DROPTHEVAPE** nan 88709 pou yo ka jwenn sipò pou yo kite fimèn gratis, 24 sou 24, 7 jou sou 7, san yo pa di non yo epi nan sekre.
- **Elimine objè ki ka reprezante danje pou bèt kay ou yo**, piske bèt kay souvan eseye manje bagay yo ka mete lapat sou yo fasil.
 - Byen konsève medikaman ki gen nikotin yo yon kote bèt kay yo pa ka jwenn yo.
 - Voye bout sigarèt yo, katouch sigarèt elektwonik yo ak medikaman ki gen nikotin ou fin itilize yo, tankou patch nikotin yo, jete san yo pa reprezante danje. Pa egzanp, voye bagay sa yo jete nan poubèl ki gen kouvèti epi bèt kay yo pa kapab louveri, oswa mete yo anndan yon bwat oswa resipyan anvan w jete yo.
- **Siveye siy kansè kay bèt kay ou yo.**
 - Sosyete Ameriken pou Prevansyon Mechanste sou Bèt (American Society for the Prevention of Cruelty to Animals, ASPCA) bay yon lis siy kansè moun jwenn souvan nan lyen sa yo:
 - Chat: aspca.org/pet-care/cat-care/common-cat-diseases
 - Chen: aspca.org/pet-care/dog-care/common-dog-diseases
 - Mennen bèt kay ou a kay veterinè pou l fè tchèkòp regilye yo oswa si w remake nenpòt siy ki ba w kè sote.

Pou w jwenn plis enfòmasyon ak resous sou zafè fimèn ak itilizasyon sigarèt elektwonik, ale sou nyc.gov/nycquits. Pou w jwenn plis enfòmasyon ki gen pou wè ak bèt yo epi sante yo, ale sou nyc.gov/health/animals.