

Pujortartarneq - meeqqat inuusuttullu

PAASSISSUTISSAT

Pujortartarneq peqqissutsinnut akornutaanerpaasut ilagaat timinnillu navianartorsiortitsinerpaat ilagalugu. Naak inuusukkaluarlutit pujortartarnerup isikkut sunnissavaa, imaassinnaavorlu ammit qasikuluttunngorlunilu isikkumarunnaartoq, kigutitit sungaartissapput, nutsatit atisatillu tupasunnilerlutik. Tamakkua saniatigut pujortartarnerup kingunerisinnaavaa navianartorsiortitsisumik nappaateqalernerit, inuunerpit naleqassusaa appartoq, toqujaarpallaartutillu. Cigaretit tamarmik inuuninni minuttinik 14-inik naleqarput.

Inuusuttuaraatillutit pujortartaleruit pujortartartunit utoqqaanerusunit tupamik atuinerunissat ilimanarluinnarpoq. Tamatuma saniatigut nikotinimik pinngitsuuisinnaajunnaarnissannik, taamaalillutillu unitsitsinissavit ajornakusoornerneranik kinguneqartarpoq.

Nikotinip qaratsat sunnertarpar, pingaartumik inuusuttuuguit. Qaratsat suli inerilluarsimanngimmat inuusuttuaraatillutit pujortartalerikkut cellit timip sananeqaatai iluarsineqarsinnaanngitsumik akornuserneqarsinnaapput. Pujortartaliaarneq ajoqusernerup annertuneruneranik kinguneqartarpoq, eqqaamallaqqigunnaarnerumillu kinguneqartarluni.

Ilisimatusarnerup ilaatigut takutippaa 18-inik ukioqalersinnak pujortartaleruit ukioqatinnit pujortartanngitsunit eqqaamanerlunnerussaasutit.

NEQEROORUT

Pujortartarunnaarnissamat kaammattorneqarusukkuut ikiorneqarusullutillu, taava [uani annertunerusumik paasisaqarsinnaavutit](#).

NAMMINEQ QANOQ ILIUUSEQARSINNAAVUNGA

Pujortartakkavit ikilisinnissaat unitsitsivinnissalluunniit misilittuartarsinnaavat – kingusinaanngisaannarpoq! Aammalumi misilittakkat takutippaat misiliinerit tamaasa pujortarunnaarnissamat pikkorissiartuinnartussaasutit.

QANIGISAT

Inuusuttumut pujortartartumut angajoqqaatut, ikinngutitut qanigisatulluunniit pingaaruteqarpoq unitsitsiniarnerani tapersersuinissat, naak illit nammineq ajornakusoortikkaluarlugu. Misissuinerit arlallit tikkuussipput meeqqat inuusuttullu killilersorneqarnissartik aammalu susinnaanerminnut susinnaannginnerminnullu ersarissunik malittarisassaqaartinneqarnissartik pisariaqartikkaat. Taamaattumik meeqqatit oqaaqqissaarsinnaavatit pujortartaqqunagit, aammalu pujortartarneq peqqissutsimut qanoq akornutaatigisoq, naak illit nammineq pujortartuugaluarlutit. Meeqqat inuusuttullu amerlasuut toqqakkaminnut ileqquminnullu inersimasut akisussaassuseqarnissaat ujartortuuaat.

SAAFFIGINNINNISSAMUT PAASSISSUTISSAT

Najukkanni pujortartarneq pujortarunnaarsitsiniarnermilu neqeroorutit pillugit apeqqtissaqaruit – pinaveersaartitsinermi siunnersortersi saaffigiuk.

-->