

# 500 نيتوكين ترزید رجتم ریثأت مییقت

## 2024 یی عیماج بلاط

ةلصفم دمدم

نیتوکین ترزید رجتم نع ییفلخ

ثحبلا ییجهنم

ةساردلای جئاتن

لبقتسملای تایی جی تارتساو تایی صوت

نیتوکین ترزید رجتم لوح ةلوادتملای ةلئیسألای

لاخو، بابشلای تایی نیتوکین ترزید رجتم راشتنای یی اظوحلم آدیازت اندهش، 2024 مای یی

مناعرس، ییغبتملای تاجتملای قوس یی ةدیج ةرهاظک تادیب یی، رجتملای هذی. نیتوکین عیماجلا بالطلای

تحت ییبلت یی، نیتوکینلای تاجتملای نم ةعونتم ةعومجم ةمدقم، بابشلای ةفاقث نم أزجتی ال آعزج

مهم ةیهمه یی ةوضلالا طلست اهم ییقت ددصب نحت یی، ةساردلای. ةیمرملای ةلئیسألای هذی تالیضفتو

محتجالای ییحاوونلای نم أضيأ نكلو ةیحصلالای ةیحانلای نم طقف سیل، نیتوکین عیماجلا بالطلای یی عیماجتملای هذی

ةیمی داکألای او.

سألای، ییغبتملای تاجتملای یی طاقن درجم دعت مل نیتوکین ترزید رجتم نأ فیکی کردن نأ مهملای نم

لوقی. مهم تایی حطم نم ةعزجک أضيأ نكلو تاجتملای ةارشلالا طقف سیل بابشلای اهداتری عیماجتملای زكارم

عشلای نإ: بابشلای یی عیماجتملای ریثأتو یی عیماجتملای سفنلالای ملع یی ریبخ، یی عیماجتملای روس یی فوربلا

هتسا وحن ةی عیماجتملای تاهجوتلالای یی ةقی مع تاریغت سکعت بابشلای نیتوکین عیماجتملای هذی ةدیازتملای

ةتاریثأتو ةرهاظلالای هذی مهم ةق مع ةسارد یی عیماجتملای، ییغبتملای تاجتملای او نیتوکینلای

تو أيجهنم آجهن بلطتي نيي عمجال بالطلا لى ل نيتوكين ترزید رجاتم ریثأتل قیق دلأ مهفلا نإ  
ا اذہ علم ىلإ فدهت ؤساردلأ هذہ . ؤی عمجال او ؤی سفنلأ او ؤی حصلأ بناوچلأ نم لك رابتعالأ یف ذخأی  
وكنی نلأ كالهتسا تارثأتب ؤقلعتملأ ؤی لمعللأ تای بدلألأ یف أمیق أمهسلأ كلذب ؤم دقم ، یفرع ملأ  
بابشلأ نیب .



## نیتوکنین ترزید رجتم نع ؤیفلخ

لأچم یف ؤدئار ؤی راجت ؤم ال عك نیتوکنین ترزید رجتم روهظ قاوسألأ تدهش ، ؤری خألأ تاونسلا یف  
م میدقت ؤركفب رجتملأ اذہ سسات . نیی عمجال بالطلا نیب ؤصاخ ، بابشلل هجوملأ نیتوکنینلأ  
ؤبئلل لئادب نع ثحبی یذلأ بابشلل لیج تالیضفتو تاجایتحا یبلت ؤركت بم نیتوکنین  
یدی لقتلأ

نیتوکنین ترزید رجاتم روهظ خیرات



تاما لول عملا عمجل عي عماج بل اط 500 نم قرات خم قعوم جم يلع اه عي زوت مت ق لصفم تانا يبتسا ري و طت مت  
ذ ي ل ا ق فاض ا ل اب . مهت حصو ق ي موي ل ا مهت ا ي ح ي لع اه ري ثأت و ني توك ي ن ترزي د تاجت نم مل مهم ادختسا  
مهت ا روصت و مهت ا راجت ل قمع أ مهف يلع ل و صحل ل بال طلا نم قني ع عم ق ي صخش تال باقم ءارج ا

## قمدختسم ل ا ثحبل ا تاودأ

تاجت نم مادختسا بنا و ج فل تخم ي طغت و ق ل ماش نوكت ل تانا يبتسا ل ا مي مصت مت : تانا يبتسا  
كول سل ا ي ف تاري غت ل او ، قظو ح ل م ل ا تاري ثأت ل ا ، مادختسا ل ا ءارو ع فاودل ا كل ذ ي ف ام ب ، ني توك ي ن ل ا  
ق ي مي د ا ك أ ل او ق ي ع ام ج ا ل ا .

ب طاع ل ا رث أ ل او ق ي صخش ل ا ب راجت ل ا س ك عت ق ي ع و ن تانا ي ب عمجل تال باقم ل ا مادختسا مت : تال باقم  
ني توك ي ن ترزي د تاجت نم مادختسا ل ا ي سفن ل او

ن ا ي ب ت سا ل ا نم قع م ج م ل ا تانا ي ب ل ا مي ق ت ل ق ي ا ص ح ل ا ل ي ل ح ت تاودأ تمدختسا : تانا ي ب ل ا ل ي ل ح ت  
ني توك ي ن ل ا تاجت نم مادختسا ب ق ط ب ترم ق د ح م تاه ج و ت و ط ا م ن ا دي د ح ت ب ح م س ام م ، تال باقم ل او

توك ي ن ترزي د ر ج ت م ري ثأت ل و ح ق ل ل ح م و ق ق و م ي و ر مي د ق ت ي ل ا ث ح ب ل ا ف د ه ي ، ق ي ج ه ن م ل ا ه ذ ه ل ا ل خ نم  
ب ق و ث و م ل او ق ق د ل ا ن ا م ض ل ق ي ا ن ع ب تاودأ ل ا مي مصت مت . ن ي ي ع م ا ج ل ا بال طلا ق ا ي ح ل ق فل تخم ل ا بنا و ج ل ا

ق ي ل ب ق ت س م ل ا ت ا ي ج ي ت ا ر ت س ا ل ا و ت ا ي ص و ت ل ل ا ن ي ت م ا س ا س ا ر ف و ي ام م ، ج ئ ا ت ن ل ا .

## ق س ا ر د ل ا ج ئ ا ت ن

د ر ج ت م ري ثأت ب ق ل ع ت ت ق م ه م ج ئ ا ت ن ن ع ق س ا ر د ل ا ت ر ف س ا ، ق ل ص ف م ل ا ث ح ب ل ا ق ي ج ه ن م ق ي ب ط ت د ع ب  
ق ي د س ج ل ا ت ا ر ي ث ا ت ل ا م ي ق ت ل قع م ج م ل ا تانا ي ب ل ا ل ي ل ح ت مت . ن ي ي ع م ا ج ل ا بال طلا يلع ني توك ي ن  
م ج ا ل ا كول سل او ي مي د ا ك أ ل ا ء ا د أ ل ا يلع اه ري ثأت ي ل ا ق فاض ا ل اب ، ني توك ي ن ل ا تاجت نم ل ا ق ي سفن ل او

## ق ي س ف ن ل او ق ي د س ج ل ا ق ح ص ل ا يلع ري ثأت

ت ن ع او غ ل ب أ ني توك ي ن ترزي د تاجت نم نوم دختسي ني ذل ا بال طلا ق ي ب ل ا غ ن ا ي ل ا ج ئ ا ت ن ل ا ري ش ت  
ج ا ل او ز ي ك ر ت ل ا ي ف ا ن س ح ت بال طلا ض ع ب رك ذ ام ني ب . ق ي س ف ن ل او ق ي د س ج ل ا مهت حص يلع ق ت و ا ف ت م

م ل ا ق ل ق ل ا ل ث م ق ي ب ن ا ج ر ا ث آ ق ظ ح ا ل م ب ن و ر خ آ د ا ف ا ، ني توك ي ن ل ا تاجت نم مادختسا د ع ب ءا خ ر ت س ا ل ا ب

مونللا في تابوعصو

## ي مي دالك ألاءا ألى ع ريثأت

ن ترزید تاجت نم مادختسا نبالطلا ضعب لاق. ةنيابت م جئاتنلانا تناك، ةي مي دالك ألاءا ةي حانلانا نم  
ف. يساردلانا مهئادأ في نسحت لىلإ دأ امم، ةساردلانا ءانثأ نيزكرمو نيزققيتسم ءاقبالا لىل ع مهءعاس  
نأ لىلإ ريشي امم، ي مي دالك ألاءا روهءتو زيكرتلانا في ةبوعص نع نورخآ بالط غلبأ، لباقملا  
دارفألانا نيب ريبك لكشب فلخت

## ي عامتجالا كولسلانا لىل ع ريثأت

لكي دق نيتوكين ترزید تاجت نم مادختسا نبالإ ةساردلانا تراشأ، ي عامتجالا كولسلانا ةبس نلانا  
نيتوكيتو ةي عامتجالا ءومجم في جامدنالا مهيلع لهسي هنا بالطلا ضعب دجو امنيب. ةدقعم تاريثأت  
نع لاصفانالا وأ ءلزلاب روعشب نورخآ دافأ، نيتوكينلانا مادختسا براجت ءكراشم لالاخ نم تاقااص  
نيتوكينلانا لىل ع مءختسم لاريغ

## تانايب لىل ع

تاريثأت لانا نيتوكينلانا تاجت نم مادختسا نيب ةدقعم ءقالع دوجو نع فشك تانايب لىل ع  
لىلإ ءجالا لىل ع ءكؤت جئاتنلانا هءه. نبي عامجالا بالطلا ءايح نم ءءءتم بناوج في اهليلع ءبترتملا  
نلانا مادختسا عم لمءتالانا دنع نزاوتم

# اكتشف الطريقة الجديدة للإقلاع عن التدخين



## ل بقت سمل ا تاي جي تارت سا و تاي صوت

، نني عم ا ج ل ا بال ط ل ا ل ع ن ي ت و ك ي ن ت ر ز ي د ر ج ت م ر ي ث أ ت ب ة ق ل ع ت م ل ا ة س ا ر د ل ا ج ئ ا ت ن ي ل ا أ د ا ن ت س ا م ي م ل ع ت ل ا ت ا س س ؤ م ل ل ة ح و م ت ا ي ص و ت ل ا ه ذ ه . ل ب ق ت س م ل ل ت ا ي ج ي ت ا ر ت س ا و ت ا ي ص و ت ة د ع م ي د ق ت س ا ي ف ة م ا ل س ل ا و ي ع و ل ا ز ي ز ع ت ف د ه ب ، ب ا ل ط ل ا و ، ه س ف ن ن ي ت و ك ي ن ت ر ز ي د ر ج ت م ، ة ي م ي ظ ن ت ل ا ت ا ه ج ل ا ن ي ت و ك ي ن ل ا ت ا ج ت ن م .

## ة ي م ي ظ ن ت ل ا ت ا ه ج ل ا و ة ي م ي ل ع ت ل ا ت ا س س ؤ م ل ل ت ا ي ص و ت

ل ا ع م ، ن ي ت و ك ي ن ل ا ت ا ج ت ن م د ئ ا و ف و ر ط ا خ م ل و ح ة ي ع و ت ج م ا ر ب ذ ي ف ن ت و ء ا ش ن ا ؛ ة ي ع و ت ل ا ج م ا ر ب ر ي و ط ت ة . ة د ي ا ح م و ة ق ث و م ت ا م و ل ع م م ي د ق ت ي ل ع

م ا د خ ت س ا ل ي ل ق ت ي ف ن و ب غ ر ي ن ي ذ ل ا ب ا ل ط ل ا ة د ع ا س م ل م ع د ج م ا ر ب ء ا ش ن ا ؛ ب ا ل ط ل ل م ع د ج م ا ر ب م ي د ق ت

ا ه ن ع ا ل ق ا ل ا و ا ن ي ت و ك ي ن ل ا ت ا ج ت ن م ل

## نيتوكين ترزید رجت مل تای صوت

برملا رطاخملا لیلقتو أناماً رثكاً تاجت نم ریوطت یف رامثتسالال: ریوطتلاو ثحبلا یلع زیکرتلا نیتوکینللا مادختساب.

مہتاجت نم تاریثأتو یوتحم لوح قیقیقدو ءحضاو تامولعم میدقت: میلعتلاو ءیفافشلا زیزت لوؤسملا مادختسالال لوح یعولال.

## بالطلل تای صوت

لبق اهتاریثأتو نیتوکینللا تاجت نم لوح ءقثوم تامولعم یلع لوصحلل یعسلا: ءفرعملاو یعولال اہمادختساب.

ییقیقتو نیتوکینللا تاجت نم مادختسارو بابسألایف ءیانعب ریکفتلا: ءلوؤسم تارارق ذاتا اہب ءطبترملا رطاخملاو ءئاوفلا.

## ءمتاخ

طلستو نییعماجال بالطلال یلع نیتوکین ترزید رجت ریثأت لوح ءلماش ءرظن ءساردلا ہذہ مدقت لوؤسمو أناماً رثكاً مادختسا نامضل راکتبالاو، معدلا، ءیعتلا لمشی لماکتم جن یلی ءجاجلا یلع بالطلالو ءیمیلعتلا تاعمتحملل نکمی، تایصوتلا ہذہ ذیفنت لالخنم. نیتوکینللا تاجت نم ل ءحص یلع ظافحل او نیتوکینللا تاجت نم بعات متسالال نیب نزوات

## نیتوکین ترزید رجت مل ءل وادتملا ءلئسأل

1. نیتوکین ترزید رجت م وہ ام.

ب، بابشلل ءصصخملا نیتوکینللا تاجت نم عیب یف صصختم رجت م وہ نیتوکین ترزید رجت م بوت یلی ءجت م ل فدهی. ءینورتک لئل لئ اوسل او، ءینورتک لئل لئ ا قأل، ءینورتک لئل لئ ا رءاجسلا کلذ ییدیلقتل نیخدتلل ءدوجو أناماً رثكاً لئ ادب.

2. مادختسالال ءنم نیتوکین ترزید تاجت نم لہ.

لذعمو .يديلقتالانيخدتلابنراقم أنامأ رثكألبيدب نوكتل ةممصم نيوتوكين ترزيد تاجت نم  
سمب اهم ادختساب حصنويو ،ةلمتحم ةيحص رطاخم كانه ،نيوتوكينلالي عيوتحي جتنم ي أعم لالحا  
ةلمتحم لاراآل اب يعوو .

3. فيرخأل رجاتم لاني أزي مم نيوتوكين ترزيد رجتم لعجي يذلا ام .

ةيلاعل ةدوجل اذ تاجت نم ل او تاهكنل نم ةعساو ةعومجم هم يدقتب نيوتوكين ترزيد رجتم زيمتي  
م اش تامولعم رفويو ةيلاعل احيصلل ربي اعلم ل اب رجتم ل مزتلي امك .بابشلل تاليفت يبلت  
ن امأب هتاجت نم مادختسا ةيفيكي لوح نيومدختسملل

4. تنترنإل ربع نيوتوكين ترزيد رجتم نم ءارشلل نكمي له .

ي امم ،ينورتكلإل هعقوم لالخ نم تنترنإل ربع ءارشلل ةيناكم نيوتوكين ترزيد رجتم رفوي ،معن  
رسيو ةلوهس لكب اهئارشو مهل ةلضفم ل تاجت نم ل رايتخا ءالمعلل

5. نيوتوكين ترزيد رجتم نم معدلا وأ ةدعاسم لالي لوصح لاني نكمي فيكي .

ل ربع معدلا قيرفب لاصتال ءالمعلل نكمي شيح ،ةزيمتم ءالمع ةمدخ نيوتوكين ترزيد رجتم مدقي  
لوح تاراسفتسال ،تاجت نم ل رايتخا في ةدعاسم لالي لوصح لاني نورتكلإل دي ربلا