

# HIGARNIUP AKTUMANIA AANNIAQTAILINIRMUT



## Kansa

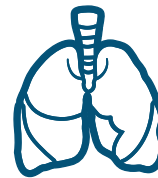


Higarniq qulvautiniaqtuq kansaniktaarnirmik amihuni timimi:

- + irriak
- + qaniq
- + taqtu
- + nakahuk
- + tinguk
- + nigvik
- + aqiaruq
- + igliap
- + apqutaa
- + iqhuq
- + itiq
- + hauniit

Higaayuktut 25turlugu puvangmi kansanikniatqiyayut inungnit higaayuittunit.

## Puvaglirniq



Higaarniq puvagliutivaktuq COPD-tut.

Higaarniq anirnikhailliutiuyumiqpaqtuq.

Higaarniq qulvautivaktuq namuunianingmik aallaniglu puvagliutinik.

## Uummanmi taqanilu aanniarut



Higarniq taqanik tualititjutivaktuq himikhugillu. Hamna himiutiuq aungmik nutqautivaktuq ahiit ummaliutiapluni niaqurmiluuniit himiutiluni taqanik.

Higaayuktut malruiqturlutik hita-maikturlutigluuniit ummatigligtaqtut niaqurmingniluuniit taqarlirlutik higaayuittunit.

## Aallat aanniarutiuttaqtut

Nigaarniq hunngiyaivaktuq timiup aanniaqtailitjutainnik. Timi ayurhaliqpaqtuq aanniaqtailinirmi.

Higaarniq type 2-mik auklutiniutittaqtuq ahiit ayurnarhitipluni ingattaqtailiyangani. Higaayuktut 30%-mit 40%-mut aukluutiniktatqiat higaayuittunit.

## Natjiniq nutarannuanullu



Higaarniq nutaranigahuarnirmi ayurnautivaktuq angutini arnanilu.

Hingaiyat higaayuktut nutarakhaiqtatqiat nutarakhaaluuniit huirluni ibluami, piipinnuanigluniluuniit uqitpallaamik mikkauvallaamik uvvaluuniit aallanik ayurhautiqarluni.

Higaarniq ingattamik aktumayuq nutaqqanut nautiqatunut.

# ILIHIMAYAKHAT TAIMAQTIRNIRMUT



## Nakuutqiat higaaruirutikhat

Uqaqatiqarniq havautiturniglu tamarmik taimarutautqiyauniaqtuk. Atauttimi aturlugik.

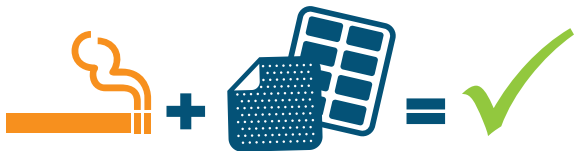
Havautinut ilayut nikutiinmut himmautit munaqhinillu havautit.



## Himmautinik aturniq higaarnirmi

Champix™ and Zyban™ aturhugik, higarnaqtuq hivullinngni malrunngni pinarhuarnirmi havautit nalauttirlugit- ahiit higaaruirluni.

Aturhuni nipitqaqtumik mattunmik, nunngulaanik, kutturmik, anirhaqtaunmiglu, higaaruirniarungnaqhiutit higaayukhinngitkuvit. Kihimi atuqtaqtutit himmautinik higaaqtillutit higaaqpallaarnaittumik nutqarnirnut.



## Uilaqturniq taimarutiginahuaqhugu



Imannaq! Tipaakuut nakuunngittut. Puyuitullu tipaakut ayurinnaqtut aanniaruniutauttaqhutiglu aanniarutauyariaqanngitunik.

## Higaannguaqturniq taimarutiginahuaqhugu

Titigaqhimayuqanngittuq takuhiuriumik higaannguaqturniq nutqautauniaqtumik. Akuni higaannguanik higaarnirmit aktumayut ilihimayaunngittut.



Uktuqqarlugik uqaqatiqarniq havautiniglu.

## Atuqtauvaktut higaaruiaqtunit

Qanurinniq atjiginngittuq inungmit atauhirmut aallamut, hivullinilu kulini ubluni higaaruiaharuarnirmit.

- iqihuliniq inggumaqattarniq
- higaarumaliqpiarniq
- hapirniq inggumaniq
- ayurharniq ihumakhakhiurnirmi hinarhiyamilu
- kaangniq

Aturlugit havautit, himmautit uqaqatiqarniglu piuminaqtumik.