

Jeg stoppede med at ryge cigaretter samme dag jeg begyndte at dampe på min E-cigaret. Idag har jeg ikke røget i 2 år, og damper stadig mindre. I starten var nikotin på 24 mg., men nu er jeg nede på 6. Mg.

Jeg har ikke problemer med hoste mere, og kan mærke at jeg har meget mere luft når jeg er fysisk aktiv. Dampen har hjulpet mig ud af slaveriet af cigaretter og tjæren.

Lars Grandal