

Jeg har været ryger i 10 år. De sidste 3 år har jeg dog suppleret med e-cigarett.

Jeg er nede på halvt så mange cigaretter om dagen, i forhold til Før. Der er ikke tale om et rygestop, men det er dog et langt mere praktisk alternativ. Jeg kan mærke når jeg i perioder ikke bruger min e-cigarett at mit helbred bliver langt værre. Det optimale ville være at kvitte cigaretterne helt, men jeg elsker at ryge. Jeg er blot en af mange i min vennekreds der supplerer eller udelukkende bruger e-cigarett og der er stor enighed om at man kan mærke en forbedring i forhold tobak. Hvis i har den mindste logisk tankegang, burde i diskutere brugen af tobak, i stedet for at gå efter det uden tvivl bedste alternativ.

Nicklas Skov