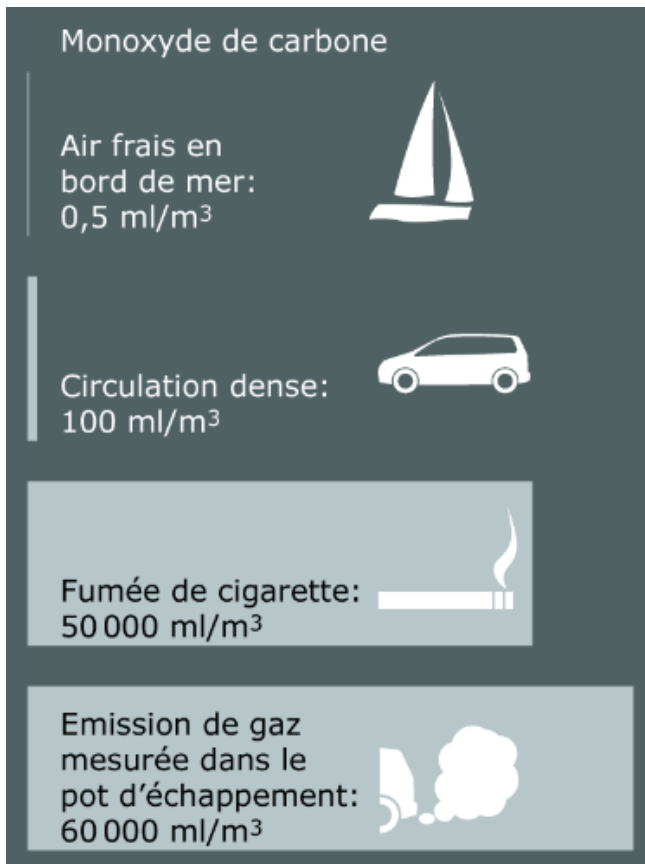


## Le tabac nuit à la santé

La combustion de tabac produit du monoxyde de carbone (CO). Le monoxyde de carbone est...

- un gaz toxique invisible et inodore,
- toujours présent dans l'air, mais la plupart du temps dans une concentration inoffensive.



### Bon à savoir

- C'est la dose qui fait le poison. Dans la fumée de cigarette, la concentration du monoxyde de carbone est nocive.
- Chaque cigarette allumée provoque une intoxication par la fumée. Les performances physiques (<https://coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Rauchen-mindert-die-Ausdauerleistung>) diminuent en conséquence.

**En savoir plus sur ce sujet :**

Fumer diminue la performance d'endurance (<https://coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Rauchen-mindert-die-Ausdauerleistung>)

Les additifs cachés dans le tabac (<https://coolandclean.ch/fr/themen/tabak/Versteckte-Zusatzstoffe-im-Tabak>)

Pour de plus amples informations: <https://www.coolandclean.ch>