

DADAFO bad 1600 e-dampere om at give et svar på nedenstående spørgsmål...



Jeg holdt med at ryge, og skiftede til e-damp - fordi ...

Charlotte Jeg fik et sæt e-cigaretter af mine børn i julegave i 2012... 3 uger efter kunne jeg ikke klare hverken lugt eller smag af tobak... har kun oplevet positive "bivirkninger" ved dampen 😊

Christian Hade aldrig tænkt mig af stoppe med af ryge og nu virker røg for mig utænkeligt. men købte en e cigaret fordi jeg da ville prøve af spare lidt penge på smøger og nu har jeg ikke røget i 1 år og 8 måneder, måden jeg stoppede på var ved jeg helt simpelt hellere ville bruge min e cigaret en mine smøger og mistede lysten til dem. og nu har jeg et bedre helbred, fået min lugte sans og smags sans og generelt har jeg det bare meget bedre.

Susanne En mere hensynsfuld måde at ryge på, både for mig og mine omgivelser. En ekstra bonus jeg er sluppet af med hosten og den hivende vejtrækning!

Michael Stopped med at ryge, og begyndte at dampe, for at forbedre helbredet. Og må sige at det virker

Gitte Jeg holdt med at ryge, og skiftede til e-damp- fordi ... 1.- cigaretterne blev for dyre.. 2.- mit helbred.. 3.- leddegigt og rygning ikke godt! det er nu her den 3 september to år siden både min mand og jeg stoppede med at ryge cigaretter.. og e-damp lugter ikke fælt 👍

Lisbeth Fordi at jeg skulle på sygehus, og være indlagt i 5 dage, kunne jeg lige så godt vænne mig til at jeg ikke måtte ryge 😊 e-damp er det bedste ryge stop der findes, har ikke røget siden januar 2013, damper stadig og nyder at være fri for cigaret os 😊 har det meget bedre 😊 derfor 😊

Anne-Christina Fordi rygning er ulækkert, dyrt og helt vildt old-school ;D (ryger i 35år & fuldtids damper i snart et år)

Robin For snart 2 år siden var det et godt alternativ til at holde op; lige så meget for at svigermor ku tåle at være i huset uden at hoste lungerne ud (o:

John Fornuften sejrede 22 mdr siden jeg skiftede og røg min sidste cigaret, efter 52 år med cigaretter.. en af mine bedste beslutninger..

Kenneth Mine lunger ikke kunne tåle mere tjære nu damper jeg og alt er godt igen

Frank Jeg holdt op med at ryge fordi jeg har set hvad KOL - Kronisk Obstruktiv Lungesygdom gør ved et menneske, og det havde jeg ikke selv lyst til at opleve. Har dampet ca 4 år og ingen bivirkninger hidtil

Brian ... fordi jeg var kørt træt i cigaretter, og skulle have dampens hjælp til at stoppe. Nu har jeg dampet i ca 14 måneder, hvor jeg stoppede helt med smøger fra den ene dag til den anden. Resultat: helbredet har det meget bedre, det samme med pengepungen 😊

Jacob Fordi det er så let at det næsten er snyd. Jeg klarede uden problemer at holde op midt i en livskrise - så effektivt er det. 30 års rygning med en cig per time er nu skiftet ud med damp. 😊

Maria Følte lede v cigaretter dum lugt og dårligt immunforsvar, skiftede til e cig, har nu været røg fri 1 1/2 år fra at være stor ryger

Ole Jeg stoppede fordi jeg var træt af at ryge.. Har været røgfri i snart et år.. Men det med at sparre penge holder ikke helt hos mig.. Er blevet en kæmpe damp nörd.. Sidder og vikler coils hele tiden og finder tit et nyt mod eller en rba eller noget jeg lige skal have 😊 så jeg er blevet meget sunder og har fundet mig en dejlig hobby 😊

Helle Jeg har dampet siden 2/6/2012 - så det er efterhånden godt 2 år siden, jeg startede.

Eftersom jeg ikke ville holde op med at ryge, tændte jeg til at begynde med en smøg en gang i mellem med dages mellemrum - og hver gang smagte de skrækeligt. En enkelt gang røg jeg med velbehag en hel mentholcigaret, men TRANGEN til smøger var totalt væk, dagen efter jeg modtog mit startset, og selvom jeg med velbehag røg en hel mentholcigaret, var TRANGEN til den næste der ikke!

Jeg prøver stadig en gang i mellem at tænde en smøg - men kan ikke lide det - så får jeg lyst til at tænde en smøg - så gør jeg da det, jeg er en "ufrivillig x-ryger", der ind i mellem lige ska tjekke, om det nu også kan passe, at mine elskede smøger smager aht . . .

Var jeg før glad for at ryge (og det var jeg vældig begejstret for 😊) - så er jeg endnu mere begejstret for at dampe.

Jeg bruger dampen som alternativ til røgen, og jeg har absolut ingen planer om at holde op med at dampe.

Nina At min kæreste tog mig med til dampfestival 070913 og jeg har ikke røget siden 😊

Thomas För att jag mår bättre fått mindre rökhosta fått bättre ekonomi och hälsoläget är totalt mycket bättre

Joye Følger interesseret med. Er lige begyndt at skifte til damp da jeg er irriteret over at cigaretter styre min hverdag. Mangler lige at slippe de sidste par stykker 😊

Dieter Jeg er 67 og har været storryger i mange mange år. Mine lunger havde det ikke helt godt, min appetit var væk og jeg vejede 69. Kg. Startede med e-damp for godt et år siden og droppede smøgerne efter en 14 dages tid. Mine lunger er ifølge lægerne bedre min appetit er tilbage og ups jeg vejer 79 kg. Og jeg fortsætter med e-damp helt sikkert.

Dorthe Jeg ville prøve e-damp fordi det lød interessant, men havde ikke tænkt mig at droppe cigaretterne. Efter et par dage med damp, smagte cigaretterne frygteligt og efter mere end 30 år som ryger stoppede jeg. Har nu været ex-ryger i over 2 år 😊

Jette I dag er det 5 år og 6 måneder og 22 dage siden at jeg sluttede med at ryge cigaretter, jeg startede med at dampe, mest for sjov men da jeg opdagede det havde en helbredende virkning på min astma, gik det som en leg at stoppe rygeriet, jeg var dengang afhængig af astma medicin, dag og nat. Jeg har ikke taget medicin efter ryge ophør 😊. Så jeg er en glad NIKOTIN DAMPER 😊

Connie Holdt med at ryge for snart 4 år siden, men hygger mig med lidt damp, har fået meget mere luft 😊👍

Michael Havde ikke råd til at ryge cigaretter mere.

Frank svær kol igennem mange år

Sonja Jeg hostede døgnet rundt, kunne ikke få luft, havde det skidt, så efter 45 år, besluttede jeg, at begyndte jeg på Damp. Det har jeg, nu gjort i 2½ år, jeg har ikke hostet siden, og har fået mit liv tilbage. Jeg har ikke røget en eneste cigaret siden, jeg startede på E- Damp.

Helle Hej havde en del i min bekendtskabs kreds der dampede i 2011. Smøger blev dyrer og dyrer. Alt det lort der er i en cigaret og læste omkring hvordan damp laves og hvad e.cigaret. købte et sæt. Har dampet siden. Dampede en hel dag uden nikotin uden abstinenser. Som jeg har prøvet ved ik at ryge i 8 timer.

Lisbeth Smager ikke grimt, lugter ikke i tøj, hår, hjem, er betydelig billigere. 👍

Kasper Startede for at få min gamle krop tilbage, fik ingen kold tyrker ved overgangen til e-cigaretter. 1 uge på rent damp og lugte- og smagssans kom tilbage efter så mange år, virkede uvirkeligt. Jeg har dampet i 2 1/2 uden én eneste synde og mærker stadig forbedringen på åndedrættet, søvnen, restitution, pengepungen og så er det bare mega sjovt og hyggeligt 😊

Mai-Britt Jeg stoppede fordi jeg blev gravid. Men det var næsten umuligt for mig at holde mig fra cigaretterne, så for at undgå stress, og fordi jeg aldrig ville udsætte mit barn for alt det gift i cigaretter, begyndte jeg at dampe uden nikotin, og det har jeg gjort siden. 😊

Hella Skiftede cigaretterne ud, da jeg havde set flere venner og bekendte dampe, det viser sig at jeg er den eneste der stadig damper og kun damper. I morgen er det 16 mdr. siden jeg røg min sidste cigaret.

Har du også en god historie - så del den med os andre på www.facebook.com/DanskeDamperForening



DADAFO
Dansk e-Damper Forening
Danish Vapers Association