**現在戒煙對你和寶寶都是好時機**

懷孕期間吸煙或吸電子煙可能會傷害你和你的寶寶。

一系列專門支援可以幫助你永久戒煙，改善你的健康並保護你的寶寶。

向你的健康專業人員尋求建議或致電戒煙專線（Quitline)。

與健康專業人士交談，獲取免費戒煙工具和支援

health.gov.au/GiveUpForGood/translated