

15 НОЯБРЯ – МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ



С целью привлечения внимания общественности к негативным последствиям курения табака каждый год в третий четверг ноября отмечается Международный день отказа от курения. В 2018 году он приходится на 15 ноября. Международный день отказа от курения был установлен Американским онкологическим обществом (American Cancer Society) в 1970-е годы.

Курение табака - серьезная медико-социальная проблема и одна из главных предотвратимых причин смертности и инвалидности во всем мире.

В результате употребления табака ежегодно в мире умирает около 6 миллионов человек, и если не активизировать усилия, то согласно прогнозам ВОЗ к 2030 г. Этот показатель превысит 8 миллионов человек в год. Для выращивания табака используется 4,3 миллиона гектаров земли ежегодно, в результате чего глобальное обезлесение достигает от 2% до 4%. Кроме того, табачная промышленность ежегодно вырабатывает свыше 2 миллионов тонн твердых отходов.

В России ежегодно гибнут более 300 тысяч человек от болезней, связанных с потреблением табака, при этом трое из четырех умирают в возрасте 35 - 69 лет.

По данным Всемирной организации здравоохранения: в мире 90% смертей от рака легких, 75% — от хронического бронхита и 25% — от ишемической болезни сердца обусловлены курением.

Каждые десять секунд на планете умирает один заядлый курильщик, а к 2020 году, по прогнозам, один курильщик будет умирать каждые три секунды.

Смертность от рака легких у курящих людей в 20 раз выше, чем у некурящих. Любители табака в 13 раз чаще страдают стенокардией и в 10 раз чаще язвой желудка.

Вместе с тем в России активизировалась новая форма употребления продуктов табака и разновидность курения – «вейпинг». В электронных сигаретах вместо сжигания табачного листа происходит испарение раствора для его последующего вдыхания. Картридж с раствором содержит глицерин и может содержать никотин в концентрации от нуля до 4,8%. Уровень никотина определяет не производитель, а пользователь, используя растворы с различной концентрацией. Однако при термическом разложении глицерина происходит выделение токсичных веществ – акролеина, формальдегида и других химических соединений. Некорректное использование электронных сигарет взрослыми и, особенно, детьми, может привести к негативным последствиям.

В последние годы наше государство активно ведет борьбу против курения. На территории Российской Федерации действует Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» N 15-ФЗ от 23.02.2013г, который направлен на соблюдение статей 41 и 42 Конституции Российской Федерации, согласно которым каждый имеет право на охрану здоровья и благоприятную окружающую среду.

С 15 мая 2016г вступил в силу Технический Регламент Таможенного союза «Технический регламент на табачную продукцию» (ТР ТС 035/2014), принятый Решением Совета Евразийской экономической комиссии от 12 ноября 2014 г. N 107.

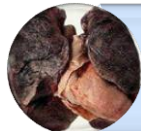


World Health Organization



А что выбираешь ты?

Негативные последствия от курения



Развитие тяжелых заболеваний, в том числе со смертельным исходом: онкологические заболевания бронхов, легких, трахеи, гортани, пищевода и т.д.



Заболевания сердечно-сосудистой системы: ишемическая болезнь сердца, инсульты, тромбозы и др.



Заболевания органов пищеварения: образование полипов толстого кишечника, язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, гастрит.



Заболевания дыхательной системы (затруднение дыхания, одышка, дыхательная недостаточность, развитие эмфиземы легких)



ХОБЛ - среди причин, вызывающих развитие хронической обструктивной болезни легких, 90-95% отводится табакокурению.



Заболевания полости рта: некротический язвенный гингивит, пародонтит, онкологические поражения слизистых оболочек.



Раздражительность, плохое настроение



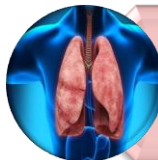
Ослабление иммунитета и кашель



Ухудшение памяти, слабость и рассеянность.



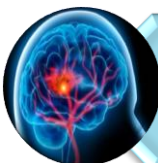
Увеличение веса.



Уменьшение риска возникновения рака легких, риска развития инсульта головного мозга, риска возникновения коронарной болезни сердца.



Отсутствие одышки, «кашля курильщика» и дыхательной недостаточности.



Улучшение памяти и настроения.



Улучшение обоняния, способности различения вкусовых оттенков.



Здоровый внешний вид (для внешности курильщика характерны: возраст старше биологического, сухая морщинистая кожа, желтый налет на зубах, желтоватый оттенок кожи и склер).



Ежедневные расходы на сигареты и иные траты связанные с курением — еще один хороший повод отказаться от этой пагубной привычки

Управление Роспотребнадзора по Республике Бурятия, ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Бурятия призывает сделать правильный выбор – выбор в пользу здоровья и долголетия. Откажитесь от курения!

В рамках проведения Всемирного дня без табака открыта «Горячая линия» с 15 по 22 ноября 2018г: 8-9021-43-70-83 (с 09.00ч до 16.30ч).