

21 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 2019 году он приходится на 21 ноября. Международный день отказа от курения был установлен Американским онкологическим обществом («American Cancer Society») в 1970-е годы.

Проблема курения сегодня очень остро стоит во всем мире. Европа и Америка отказываются от сигарет. Во многих странах приняты законы, запрещающие подросткам курить. Норвегия твердо решила стать некурящей нацией. В Англии вычитают из зарплаты за время, проведенное в курительной комнате, в Дании запрещают курить в общественных местах, в Сингапуре отсутствует реклама табачных изделий, введен штраф 300 долларов за курение, в Финляндии врачи установили один день 17 ноября, когда курильщики приходят на работу без сигарет, в Японии в г. Ваки решено 3 дня в месяц без курения. День 31 мая объявлен как Всемирный день без табака.

Использованные табачные изделия содержат более 7 тыс. токсичных химических веществ, которые губят окружающую среду. Табачная промышленность ежегодно вырабатывает ежегодно более 2 млн. тонн твердых отходов. Для выращивания табака используется 4,3 млн. гектаров земли ежегодно, в результате чего возникает глобальное исчезновение лесов 2-4%.

В результате употребления табака в мире ежегодно умирает более 7 млн. человек, если не активизировать усилия, то по прогнозам ВОЗ в 2030 г. этот показатель достигнет 10 млн. человек в год. ВОЗ призывает правительства во всем мире ввести строгие меры контроля употребления табака.

Смертность у курящих намного выше, чем среди людей, которые не курят; которые курят долгое время; начавших курить в юном возрасте. **Чем больше выкуривается сигарет в день, тем выше смертность.**

В России ежегодно гибнет более 500 тыс. человек от болезней, связанных с потреблением табака, при этом трое из четырех умирают в возрасте 35-69 лет. Половина мужчин России не доживает до пенсионного возраста, по мнению специалистов – это связано с курением и алкоголизмом.

По данным Всемирной организации здравоохранения рак стоит на втором месте по смертности после заболеваний сердца, 30% смертельных исходов наблюдается у раковых больных, чью болезнь можно связать с курением.

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.

Из-за курения каждые 10 секунд умирает один человек на Земле.



В России последние годы активизировалась новая вредная привычка, разновидность курения – **«вейпинг»**. В электронных сигаретах происходит испарение раствора для его последующего вдыхания. Картридж содержат глицерин и может содержать никотин в концентрации 0-4,8%. Уровень никотина определяет пользователь, используя растворы с различной концентрацией. При термическом разложении глицерина выделяются токсичные вещества – акролеин, формальдегид и др. Некорректное использование электронных сигарет

взрослыми и, особенно, детьми, может привести к негативным последствиям. Как показывает ряд исследований, любители «безвредных» паровых ингаляций могут столкнуться со снижением иммунитета, проблемами поведения, нарушениями репродуктивной функции и болезнями сердца.

В последние годы наше государство ведет активную борьбу против курения. На территории Российской Федерации действует Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» № 15-ФЗ от 23.02.2013 г., который направлен на соблюдение статей 41 и 42 Конституции Российской

Федерации, согласно которой каждый имеет право на охрану здоровья и благоприятную окружающую среду.

С 15 мая 2016 г. 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. № 107.

**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!**