

31 мая 2011 года – Всемирный день без табака.

23 года назад Всемирная организация здравоохранения признала 31 мая ежегодным Всемирным днем без табака – днем активной борьбы с явлением, которое унесло сотни миллионов жизней, сделало инвалидами множество людей.

Благодаря сигарете человека преследуют рак легких, полости рта, пищевода, различные болезни сердечно-сосудистой системы, хронические заболевания легких. Около 6млн. землян умирают ежегодно от болезней, связанных с табакокурением.

Каждые 6 секунд табак становится причиной смерти 1 человека, сокращая жизнь в среднем на 15 лет.

Ежедневно 80-100 тысяч молодых людей в мире попадают в зависимость от табака.

Сегодня употребление табака является единственной в наибольшей степени предотвратимой причиной смерти.

Табак – это единственный легальный потребительский товар, способный причинить вред любому, кто подвергается его воздействию. Каждый год Всемирный день без табака проходит под отдельным девизом. Тема Всемирного дня без табака 2011 года – гендерный фактор и табак с акцентом на женское курение.

В последние годы состояние здоровья населения Украины существенно ухудшилось. Возрастающая на протяжении последних лет смертность в Украине определяется прежде всего заболеваниями неинфекционной природы, связанными с широким распространением факторов риска поведенческого характера, к которым относится и курение.

Украина является второй страной в мире после Чили, где в возрасте 13-15 лет курят более 30% юношей и девушек. Украина занимает 1-е место в мире по количеству курящих мужчин.

За последние 20 лет количество курящих женщин увеличилось в 4 раза. В Украине курят каждый 2-й мужчина и каждая 5-я женщина.

Высокий уровень табакокурения в нашей стране связан с низкими налогами на табачные изделия. В странах с высоким уровнем доходов налоги на табачные изделия составляют две трети розничной цены одной пачки сигарет, когда в странах с низким уровнем доходов – не более половины. Украина относится к тем странам, где существует частичный запрет на рекламу табачных изделий. Реклама табака должна быть запрещена полностью, она может присутствовать только в специализированных изданиях.

Женский организм более уязвим перед курением, чем мужской. Увлекаются курением девушки и молодые женщины, они сильнее страдают от этого пристрастия из-за более нежной структуры женского организма.

Девушки, рано начавшие курить, физиологически хуже развиваются, чаще болеют, чем некурящие сверстницы. Действие никотина на половую сферу чаще всего проявляется в нарушении менструаций. Курящие женщины рано стареют, у них преждевременно наступает климакс.

За последние 10-15 лет с существенным ростом числа курящих женщин увеличилось число женщин, больных раком легких. Курящие женщины чаще страдают от сердечно-сосудистых заболеваний, в частности от инфаркта миокарда.

У беременных, которые курят, выкидыши и мертворождение детей встречается в 2-3 раза чаще, чем у некурящих. Подростковое курение для женщин в 21 раз увеличивает риск развития рака легких, в более взрослом возрасте – риск смерти от рака в 9 раз превышает подобные риски для жизни некурящего человека.

Вторичный табачный дым содержит несколько тысяч химических веществ, из которых 250 имеют подтвержденные канцерогенные и другие токсические вещества. В число этих химических веществ и токсинов входят смертоносный без запаха и цвета угарный газ, ацетальдегид, акролеин, формальдегид и многие другие вещества. При вдыхании эти яды накапливаются и быстро распространяются по всему организму, вызывая целый ряд серьезных болезней.

Пассивное курение – это опасность для здоровья. Оно является причиной смерти как минимум 200 000 человек в год только на рабочих местах.

В Украине приняты законодательные документы, направленные на уменьшение вредного влияния табака на здоровье населения. С 2005 года в стране действует Закон Украины «О мерах по предупреждению и уменьшению употребления табачных изделий и их вредного влияния на здоровье населения», 15 марта 2006 года Украина ратифицировала Рамочную конвенцию ВОЗ по борьбе против табака.

3 сентября 2009 года Постановлением Кабинета Министров Украины утверждена целевая социальная программа уменьшения вредного влияния табака на здоровье населения на период до 2012 года.

Бросив курить, Вы на много лет продлите свою жизнь, принесете большую пользу своему здоровью и здоровью близких Вам людей, укрепите свое финансовое состояние, потому что сомнительное удовольствие курить табак – сегодня не из дешевых!

Всем, кто курит 31 мая предоставляется возможность отказаться от курения.

Более заметный положительный эффект отказа от курения на женщинах. У многих из них кожа лица молодеет на 13 лет в течение первых 9 месяцев, они не полнеют, как считается, а в 75% случаев – худеют, или сохраняют тот же вес.