

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ НЕКУРЕНИЯ

Ежегодно по инициативе Международного союза по борьбе с раком в третий четверг ноября проводится День некурения.

Целью проведения акции является повышение уровня информированности населения о пагубных последствиях для здоровья потребления табака и воздействия табачного дыма, формирования у гражданского общества поддержки мер, направленных на борьбу с потреблением табака, в соответствии с положениями Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака (РКБТ ВОЗ).

В рамках акций проводятся пресс-конференции и «круглые столы», выступления в СМИ по вопросам профилактики табакокурения с привлечением представителей организаций здравоохранения, учреждений образования, культуры, спорта и туризма, правоохранительных органов, общественных организаций; дни открытой информации, консультирования населения в учреждениях здравоохранения республики по вопросам профилактики табакокурения. Министерством здравоохранения инициировано проведение в органах государственного управления и подведомственных им организациях информационно-образовательных мероприятий, приуроченных ко Всемирному дню некурения. Организовывается трансляция социальной рекламы по профилактике табакокурения на каналах радио и ТВ.

Употребление табака является самой значительной предотвратимой причиной смерти, и в настоящее время, по данным ВОЗ, приводит к смерти каждого десятого взрослого человека в мире.

Доля курящих мужчин составляет 43%, доля курящих женщин – 15,6%. Доля тех, «кто курит постоянно», в группе мужчин составляет 30,6%, в группе женщин – 7,2%; доля курящих «от случая к случаю» среди мужчин составила 12,4%, среди женщин – 8,4%. В течение последних 1–2 лет смогли отказаться от курения 5,4% мужчин, 3,3% женщин.

По данным Международного союза по борьбе с раком (UICC) сегодня 30% всех случаев смерти от рака связаны с курением. Сокращение потребления табака наполовину позволит сохранить 170 миллионов жизней к 2050 году.

Курильщики теряют около 18 лет потенциальной жизни, это является огромной социальной потерей для нашего общества. Табачный дым вызывает и обостряет многие болезни, действуя практически на все органы. А продукты табачного происхождения вместе с другими канцерогенными веществами – главная причина возникновения онкологических заболеваний.

Курение провоцирует развитие 18 форм рака у человека: рак легкого, пищевода, гортани и полости рта, мочевого пузыря, поджелудочной железы, почки, желудка, молочной железы, шейки матки и др. Кроме высокого риска возникновения различных форм злокачественных новообразований, продолжение курения негативно сказывается на проведении специального лечения при возникновении этих заболеваний. Установлено, что у курящих пациентов, по сравнению с некурящими, сокращается продолжительность жизни, возрастает риск рецидива или возникновения второй опухоли, снижается эффективность лечения, качество жизни. Прекращение курения гарантирует снижение заболеваемости.

Курение наносит существенный вред здоровью курильщика. К сожалению, далеко не все понимают, что табачный дым опасен не только для курильщика, но и для тех, кто

находится с ним рядом. Все еще значительная часть населения подвержена пассивному курению. В воздухе вокруг курящего человека содержится более 40 веществ, которые могут быть причастны к возникновению рака у человека и животных. Особенно страдают дети курящих родителей. Они в большей степени, чем дети, родители которых не курят, подвержены различным инфекциям дыхательных путей. Есть информация о повышенном риске возникновения лимфом у таких детей.

Курить или не курить в собственной квартире – безусловно, выбор каждого. Но курить в общественных местах – это значит подвергать окружающих риску, причем значительно большему, чем для самого курильщика. Курение является одной из наиболее распространенных и массовых в мировом масштабе привычек, наносящих вред как здоровью отдельного человека, так и обществу в целом. В курение вовлечены практически все слои населения и, что наиболее опасно, женщины и юношество.

Для тех, кто уже курит, разработана целая система мероприятий по отказу от этой вредной привычки. Однако успех в борьбе с курением будет гарантирован лишь в том случае, если курящие сами придут к осознанному желанию бросить курить.

По данным Всемирной организации здравоохранения, табакокурение провоцирует 90% смертей от рака легких, хронического бронхита и ишемической болезни сердца.

Специалисты статистически достоверно связывают с курением рост различных серьезнейших заболеваний, приводящих к инвалидности: ишемическая болезнь сердца, туберкулез, эмфизема и рак легких, астматические бронхиты, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, заболевания нервной системы и пр. Медики доказали, что средняя продолжительность жизни курящего человека на 9 лет меньше, чем у некурящего. Исследования, проведенные в США и Европе, показали, что риск заболевания раком легкого возрастает прямо пропорционально количеству выкуренных сигарет. Тесная связь курения и рака прежде всего обусловлена образующимися при сгорании табака химическими веществами, получившими название канцерогенов. При курении их обнаружено свыше 1,5 десятка. Установлено, что опасность заболеть раком значительно (почти в 30 раз) выше у злостных курильщиков и рано начавших курить. Смертность от рака также возрастает параллельно потреблению сигарет. Показатель риска, связанный с курением, различен для опухолей различных локализаций и зависит от возраста на момент начала курения, длительности курения и количества сигарет, выкуриваемых в день.

Прекращение курения даже в среднем и старшем возрасте даёт свой положительный результат: снижается риск возникновения опухолей, связанных с курением (от 5 до 15%), а также инфарктов и инсультов.

Мировой опыт свидетельствует, что добиться значительного снижения распространенности табакокурения возможно только при четком законодательном регулировании, проведении долговременных антитабачных программ.

В стране действует ряд нормативных правовых документов, в том числе:

Декрет Президента Республики Беларусь от 17 декабря 2002 г. № 28 «О государственном регулировании производства, оборота и потребления табачного сырья и табачных изделий»;

Закон Республики Беларусь от 10 мая 2007 года № 225-З «О рекламе»;

Кодекс Республики Беларусь об административных нарушениях от 21 апреля 2003 г. № 194-З.

С целью защиты нынешнего и будущих поколений от разрушительных последствий потребления табачных изделий для здоровья, снижения социальных, экологических и экономических последствий потребления табака и воздействия табачного дыма в республике проводится активная работа по профилактике табакокурения.

Республика Беларусь ратифицировала РКБТ ВОЗ в 2005 году. РКБТ ВОЗ является основным документом, включающим самые важные направления борьбы против табака в мире, с участием 180 Сторон.

Координатором деятельности по реализации РКБТ в Республике Беларусь является Министерство здравоохранения Республики Беларусь. РКБТ ВОЗ налагает правовые обязательства на свои Стороны – страны, в том числе Европейский союз, которые официально присоединились к договору. В ряду этих обязательств стоят следующие:

- защита политики общественного здравоохранения от коммерческих и других интересов табачной промышленности;
- принятие ценовых и налоговых мер по сокращению спроса на табак; защита людей от воздействия табачного дыма;
- регулирование состава табачных изделий, в том числе упаковки и маркировки табачных изделий;
- предупреждение людей об опасности табака; запрещение рекламы, стимулирования продажи и спонсорства табачных изделий;
- оказание помощи людям в предупреждении их привыкания к табаку;
- контроль за незаконной торговлей табачными изделиями;
- запрет на продажу табачных изделий несовершеннолетним и несовершеннолетними.

В соответствии с РКБТ ВОЗ планируется и проводится ряд мероприятий, охватывающих различные аспекты антитабачной деятельности.

Вместе с тем, по данным социологического исследования, более половины респондентов (54,8%) полагают, что есть необходимость дальнейшего ужесточения мер по борьбе с курением.

Основным мотивом отказа от курения по-прежнему является когнитивный, т.е. «знание, понимание того, что курение вредит здоровью» (67,2%). Более трети респондентам (44,7%) надоело зависеть от вредной привычки. Ухудшение состояния здоровья мотивирует отказаться от курения треть курящих; «недовольство близких, родственников, коллег по работе» – каждого пятого курящего; влияние информации о здоровом образе жизни – каждого десятого. Главным фактором, который помог бы (или уже помог) отказу от курения, остается личностная мотивация, сила воли курящего (49,1%). Стремление стать примером для своих детей является мотивом отказа от курения 15,4% курящих и бросивших курить. Мотивом отказа от курения 14,7% респондентов является желание сэкономить деньги.

Отношение большинства респондентов к курению окружающих в различных местах можно определить как неодобрительное. Меньше всего одобряют курение в подъездах жилых домов и на остановках общественного транспорта. Не одобряют курение в парках,

скверах, местах отдыха 64,6% опрошенных, что на 15,5% больше ,чем в 2010 году. Не одобряют курение на балконах квартир 61,5% опрошенных.

Курение – это ЯД! Сделайте правильный выбор – переместитесь в Мир Вне Зависимости.

Использована информация с сайта Министерства здравоохранения РБ