



19 ноября 2015 года -

Можно ли курить без вреда для здоровья?.

Ежегодно в третий четверг ноября в мире отмечается *День отказа от курения (No Smoking Day)*.

Впервые этот день был установлен Американским онкологическим обществом (American Cancer Society) в 1977 году и связан с постоянно ухудшающимися данными статистики смертности населения в разных странах в результате табакокурения.

На сегодняшний день **данные статистики** выглядят следующим образом:

- По данным Всемирной организации здравоохранения каждый год от болезней, связанных с табаком, умирают 5 миллионов человек;
- Каждые 10 секунд в мире погибает 1 никотиновый наркоман;
- Россия- одна из самых курящих стран мира. В России курят 77% мужчин, 27% женщин и 42% детей и подростков;

- 90% курильщиков гибнет от рака легких;
- 75% курильщиков умирают от хронического бронхита;
- 25% курильщиков становятся жертвами ишемической болезни сердца, заработанной в результате злоупотребления никотином.

По прогнозам к 2020 году каждые 3 секунды в мире будет умирать один курильщик.

Установлено, что 90% людей начинают курить в молодом возрасте. Средний возраст начинающих курильщиков в России – 11 лет. Американские исследователи утверждают, что именно молодые курильщики в дальнейшем испытывают трудности при расставании с этой вредной привычкой, и далеко не всем из них удастся избавиться от никотиновой зависимости.

Цели проведения Международного дня отказа от курения:

- *Привлечь внимание общественности всех стран к негативным последствиям курения;*
- *Вовлечь в борьбу с никотиновой зависимостью все слои населения;*
- *Информировать детей, подростков и молодежь о губительном влиянии табакокурения на здоровье;*
- *Осуществлять пропаганду среди всех слоев населения здорового образа жизни и необходимости отказа от курения лиц с табачной зависимостью;*
- *Добиться снижения распространения табачной зависимости среди населения.*



Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) широко поддерживает проведение Международного дня отказа от курения. Сегодня в более 140 странах мира приняты законы, ограничивающие употребление табака.

В России принят ряд мер по усилению борьбы с табачной

зависимостью населения. Нанесен ощутимый удар по кошелькам курильщиков (сегодня пачка сигарет стоит недешево), принят

закон, запрещающий курение в общественных местах, в том числе на работе, в парках, на автобусных остановках, на транспорте, в образовательных учреждениях, в больницах, поликлиниках, в санаторно-курортных учреждениях, в учреждениях культуры, спорта, в учреждениях социального назначения и др. Наложено «табу» на продажу табачных изделий лицам, не достигшим совершеннолетия. Хочется верить, что все эти меры в скором будущем дадут свои плоды, иначе XXI век обещает унести миллиарды жизней хронических курильщиков.

Антитабачный закон

С 1 июня 2013 года вводится запрет на курение:



- в образовательных учреждениях;
- на спортивных и культурных объектах;
- в медицинских и санаторно-курортных заведениях;
- в городском и пригородном транспорте;
- внутри и ближе 15 метров от входов на вокзалы и в аэропорты, станции метро;
- на детских площадках и пляжах;
- в лифтах и подъездах;
- в зданиях соцслужб и органов власти;
- на автозаправочных станциях.

Штраф от 1500 рублей
в зависимости от вида нарушения

(ФЗ РФ от 23.02.2013 г. N 15-ФЗ)





Поэтому в рамках Международного дня отказа от курения во многих странах активистами, волонтерами, представителями учреждений здравоохранения, образования, культуры организуются и проводятся различные

просветительские, благотворительные и другие мероприятия, призванные информировать население о вредном влиянии курения на организм человека и способах избавления от этой пагубной привычки.

В День отказа от курения проводится множество мероприятий в учебных заведениях и на улицах города.

Школьники рисуют плакаты, выпускают стенгазеты, иллюстрирующие последствия



потребления табака. На классных часах им рассказывают о вреде курения и о том, как прекрасна жизнь без сигарет, демонстрируют фильмы.

Во многих городах принято проводить конкурсы, дарить памятные подарки. Приоритетной для профилактических и агитационных мероприятий является молодая аудитория (школьники, подростки, молодежь).

19 ноября 2015 года- Международный день отказа от курения- день поддержки всех, кто захотел изменить свою жизнь.

Если вы равнодушны к судьбе сограждан, примите участие в мероприятиях этой даты!

Каждый из нас может внести свою посильную лепту в дело освобождения мира от никотинового рабства!

Откажитесь от курения! Сделайте это сегодня!



Подготовлено специалистами Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиенического образования населения» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по материалам, взятым из открытых источников.