

Курение и здоровье

В Республике Беларусь принимаются активные меры по профилактике зависимости потребления табака среди населения. В целях выполнения Беларусью положений Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака с 9 мая 2014 года проводится республиканская информационно-образовательная акция «Беларусь против табака». Одним из основных акцентов данной акции стало провозглашение чемпионата мира по хоккею с шайбой 2014 года в Минске мероприятием, свободным от табака. Завершится акция 31 мая 2014 г. Всемирным днем борьбы против табака.

Целью проведения акции является повышение уровня информированности населения о пагубных последствиях потребления табака, приводящих к возникновению зависимости и серьезных заболеваний, формирование в обществе поддержки мер, направленных на защиту людей от последствий потребления табака и воздействия табачного дыма.

Курение является одной из самых частых причин смерти, которую человек в силах предотвратить. По данным ВОЗ, ежегодно табак приводит почти к 6 миллионам случаев смерти, из которых более 5 миллионов случаев происходит среди потребителей и бывших потребителей табака, и более 600 000 — среди некурящих людей, подвергающихся воздействию вторичного табачного дыма. Если не будут приняты срочные меры, к 2030 году ВОЗ прогнозирует число ежегодных случаев смерти свыше 8 миллионов человек.

Только в странах Европы ежегодное число смертей, связанных с потреблением табачных изделий, составляет порядка 1,2 млн. (14% от всех смертей).

С курением связано до 40% смертей от ишемической болезни сердца, до 30% - от онкологических заболеваний. Курение напрямую связано с развитием рака легких, эмфиземы, хронического бронхита, стенокардии, инсульта, вызывает внезапную смерть, аневризму аорты и заболевания периферических сосудов, значительно увеличивает риск развития болезни Альцгеймера.

В Европе примерно 215 млн. человек являются курильщиками, из них 130 млн. мужчины; распространенность курения среди молодых людей в возрасте 15-28 лет составляет около 30%.

Длительное курение приводит не только к частым заболеваниям, но и к снижению работоспособности, внимания и физической выносливости, ухудшению памяти, слуха, быстрой утомляемости. У курящих людей повышается риск возникновения раковых заболеваний, которые ведут к преждевременной смерти или инвалидности.

Табачный дым вреден не только для самого курильщика, но и для тех, кто находится с ним рядом. Исследования показали реальную опасность пассивного курения. Дым, струящийся от зажженной сигареты – это неотфильтрованный дым, он содержит в 50 раз больше канцерогенов, в 2 раза больше смол и никотина, в 5 раз больше окиси углерода и в 50 раз больше аммиака, чем дым, вдыхаемый через сигарету. Для людей, работающих в сильно накуренном помещении, степень пассивного курения может достигнуть эквивалента в 14 сигарет в день, что приближает их к обычному курильщику. По данным Евросоюза, 19000 некурящих людей умирают ежегодно из-за пассивного курения.