

## Пресс-релиз на Всемирный день без табака 31 мая 2019 года



### ТАБАК И ЗДОРОВЬЕ ЛЕГКИХ

Каждый год 31 мая Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) и ее партнеры по всему миру отмечают Всемирный день без табака. Ежегодная кампания служит поводом для широкого информирования о вредных и смертельных последствиях употребления табака и пассивного курения, а также содействия сокращению употребления табака в любой форме. Тема Всемирного дня без табака 2019 г.: «Табак и здоровье легких». Кампания призвана повысить осведомленность о:

- пагубных последствиях употребления табака для легких человека, от рака до хронических респираторных заболеваний;
- важнейшей роли легких для здоровья и благополучия каждого человека.

Еще одна задача кампании — призвать заинтересованные стороны из различных секторов к практическим действиям, убедить их в необходимости эффективных мер по сокращению употребления табака и привлечь к борьбе за победу над табаком.

### Цели кампании по случаю Всемирного дня без табака 2019 года

Наиболее действенной мерой по улучшению состояния легких является сокращение потребления табака и вдыхания вторичного табачного дыма. Однако в некоторых странах широкие слои населения, и особенно курильщики, мало знают о последствиях курения табака и пассивного курения для здоровья легких человека. Несмотря на убедительные доказательства того, что табак наносит вред здоровью легких, потенциальная эффективность мер против табака в плане улучшения здоровья легких до сих пор недооценивается.

Кампания по случаю Всемирного дня без табака 2019 г. призвана повысить осведомленность в следующих вопросах:

- риски, связанные с курением табака и воздействием вторичного табачного дыма;
- информация о конкретных опасностях табакокурения для здоровья легких;
- глобальные масштабы смертности и заболеваемости от болезней легких, вызванных табаком, включая хронические респираторные заболевания и рак легких;
- новые фактические данные о связи между курением табака и смертностью от туберкулеза;

- последствия воздействия вторичного дыма для здоровья легких людей различного возраста;
- важная роль здоровья легких для достижения общего здоровья и благополучия;
- возможные действия и меры, которые могут быть приняты ключевыми сторонами, включая общественность и государственные органы, для уменьшения связанных с табаком рисков для здоровья легких.

Центральная тема «Табак и здоровье легких» имеет значение и для других глобальных процессов, включая международные усилия по борьбе с неинфекционными заболеваниями (НИЗ), туберкулезом и загрязнением воздуха в целях укрепления здоровья. Она служит поводом привлечь заинтересованные стороны из различных секторов и расширить возможности стран для более активного осуществления доказавших свою эффективность мер по борьбе против табака.

### **Призыв к действиям**

Здоровье легких не обеспечивается исключительно отсутствием заболеваний, и табачный дым имеет серьезные последствия для здоровья легких курильщиков и некурящих людей во всем мире.

Для достижения Цели устойчивого развития (ЦУР), предусматривающей сокращение преждевременной смертности от НИЗ на одну треть к 2030 г., борьба против табака должна стать приоритетом для правительств и населения во всем мире. На сегодняшний день выполнение этой задачи в срок находится под вопросом.

Родители и другие представители общественности должны также принимать меры по укреплению собственного здоровья и здоровья своих детей, защищая их от вреда, причиняемого табаком.

### **Профилактика и лечение табачной зависимости в Ростовской области**

В Ростовской области вопросами профилактики и лечения табачной зависимости занимается ГБУ РО «Наркологический диспансер». В арсенале специалистов наркологической службы многообразие современных программ и проектов по профилактике табакокурения, которые получили высокую оценку на региональном и федеральном уровнях. Курильщикам предлагается лечение никотиновой зависимости с использованием медикаментозных, психотерапевтических и акупунктурных методик. На вопросы, связанные с курением ответят по т. 8 (863) 240-60-70.

31 мая 2019 г. в ростовском парке им.М.Горького пройдет массовая профилактическая акция «Живи легко, дыши свободно!». Очередной курс бесплатной программы для желающих бросить курить «Бездымная жизнь» пройдет в Донской государственной публичной библиотеке с 4 по 9 июня 2019г.

## Как табак угрожает здоровью легких людей по всему миру

К негативным последствиям воздействия табака для здоровья человека относятся:

**Рак легких.** Табакокурение является ведущей причиной развития рака легких, и на его долю приходится более двух третей случаев смерти от этой болезни в мире. Воздействие вторичного табачного дыма в домашней обстановке и на работе также повышает риск рака легких. Отказ от курения может снизить риск заболеть раком легких: через 10 лет после прекращения курения риск развития рака легких сокращается примерно в половину по сравнению с риском для курильщика.

**Хронические респираторные заболевания.** Курение табака является ведущей причиной хронической обструктивной болезни легких (ХОБЛ) — заболевания, при котором накопление гнойной слизи в легких вызывает болезненный кашель и мучительное затруднение дыхания. Риск развития ХОБЛ особенно высок среди лиц, начинающих курить в молодом возрасте, поскольку табачный дым значительно замедляет развитие легких. Табак также усугубляет астму, которая ограничивает активность и способствует утрате трудоспособности. Скорейшее прекращение курения — наиболее эффективный способ замедлить развитие ХОБЛ и облегчить симптомы астмы.

**Последствия на различных этапах жизни.** У младенцев, подвергшихся внутриутробному воздействию токсинов табачного дыма в результате курения матери или ее контакта с вторичным табачным дымом, нередко наблюдается замедление роста и функционального развития легких. Детям младшего возраста, подвергающимся воздействию вторичного табачного дыма, угрожают возникновение и обострение астмы, пневмонии и бронхита, а также частые инфекции нижних дыхательных путей.

Согласно оценкам, от инфекций нижних дыхательных путей, вызванных пассивным курением, в мире умирают 165 000 детей, не достигших 5 лет. Те, кто доживают до взрослого возраста, продолжают ощущать воздействие вторичного табачного дыма на свое здоровье, поскольку частые инфекции нижних дыхательных путей в раннем детстве значительно повышают риск развития ХОБЛ во взрослом возрасте.

**Туберкулез.** Туберкулез (ТБ) поражает легкие и ослабляет легочную функцию, которая еще больше страдает от курения табака. Химические компоненты табачного дыма могут провоцировать латентную инфекцию ТБ, которая имеется примерно у каждого четвертого человека. Активная форма ТБ, осложненная пагубным воздействием табакокурения на состояние легких, значительно повышает риск инвалидности и смерти от дыхательной недостаточности.

**Загрязнение воздуха.** Табачный дым представляет собой крайне опасную форму загрязнения воздуха: в нем содержится более 7 000 химических веществ, из которых 69 веществ входят в число известных канцерогенов. Каким бы незаметным и лишенным запаха ни был табачный дым, он может задерживаться в воздухе в течение почти пяти часов, подвергая присутствующих риску развития рака легких, хронических респираторных заболеваний и снижения легочной функции.