

Всемирный день без табака отмечается ежегодно 31 мая

Установлен решением Всемирной организации здравоохранения для того, чтобы защитить нынешнее и грядущее поколение от разрушительного воздействия табачного дыма и избавить мир от табака.

Этот день направлен на привлечение внимания жителей планеты и, в первую очередь, молодежи к проблеме табачной зависимости, к ухудшению здоровья и опасным последствиям, вызванным потреблением табачных изделий и другой никотинсодержащей продукции. Потребление табака представляет собой угрозу для любого человека, независимо от пола и возраста.

В табачном дыме содержится около 200 токсичных компонентов, из которых 50 являются канцерогенами. Основным компонентом табачного дыма – никотин, это яд медленного действия. Он разрушает организм на протяжении ряда лет и сокращает продолжительность жизни на 10 и более лет. Курильщик губит не только себя, но и людей, которые его окружают. Их называют пассивными курильщиками. Дым, который вдыхают пассивные курильщики, называется вторичным дымом, он более токсичен, в нем содержатся более высокие концентрации ядовитых веществ: никотина, угарного газа и других. Вторичный табачный дым никуда не исчезает, заполняет собой помещения, оседает и надолго остается на стенах, на коврах, на поверхности мебели, на обивке салона автомобиля. Все эти предметы начинают источать третичный табачный дым, не менее опасный для здоровья, так как в нем появляются новые токсичные вещества, обладающие мутагенными и канцерогенными свойствами.

Курение (активное и пассивное) является одним из основных факторов риска развития сердечно-сосудистых, бронхолегочных и онкологических заболеваний, включая инфаркт, инсульт и рак легких, приводящих к инвалидизации и смерти. Табакокурение в 90% случаев является причиной смерти от рака легких, в 25% - от ишемической болезни сердца. Табачный дым может стать причиной внезапной детской смертности на первом году жизни ребенка. У беременных женщин курение приводит к рождению детей с низкой массой тела и аномалиями развития.

Загрязняют окружающую среду, являясь источником вторичного и третичного дыма, и потребители электронных сигарет, вейпов, продуктов нагревания табака, кальянов.

Сейчас весь мир борется с пандемией коронавирусной инфекции. И уже доказано многочисленными исследованиями специалистов из Китая, США и других стран, что курение табака и потребление электронных сигарет делают людей более уязвимыми в отношении коронавируса, усугубляют тяжесть течения заболевания и ухудшают прогноз болезни. Курильщики в 2,5 раза чаще поступают в отделение интенсивной терапии, чаще нуждаются в искусственной вентиляции легких и чаще умирают по сравнению с некурящими. В такой же опасности находятся и пассивные курильщики.

Эксперты Всемирной организации здравоохранения считают, что из-за того, что химические компоненты электронных сигарет: пропиленгликоль, глицерин и ароматизаторы глубоко проникают в легочную ткань и вызывают ее повреждение, потребители электронных сигарет, которые особенно популярны среди молодежи, составляют группу высокого риска среди самых уязвимых в отношении COVID -19 слоев населения.

В этом году главной темой Всемирного дня без табака является защита молодых граждан от манипуляций со стороны табачной индустрии, которая использует пандемию COVID -19 для своих интересов, для наращивания продаж никотинсодержащей продукции.

Именно табачные компании распространяют ложную и опасную информацию о том, что курение и вейпинг защищают потребителей табака от COVID -19, игнорируя научные факты. Табачные компании стремятся манипулировать молодыми людьми, «приукрашивают» свою продукцию, делая ее более привлекательной за счет красивых упаковок. Они рекламируют свою продукцию через социальные сети, встраиваясь в другую информацию, которая размещена в сети «Интернет». Все это навязывание смертоносной зависимости рассчитано на молодежь, которая является активным пользователем Интернета.

Всемирный день без табака призывает всех потребителей табака и никотина решительно настроиться и как можно быстрее отказаться от курения. Только полный отказ от курения может благотворно повлиять на состояние своего здоровья, здоровья своих детей и близких людей, что особенно необходимо в условиях пандемии COVID -19.