

## **31 мая 2019 г. - Всемирный день без табака!**

Ежегодно 31 мая по инициативе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) мировое сообщество отмечает Всемирный день без табака. Тем самым, привлекая внимание населения к рискам для здоровья, связанным с употреблением табака, призывая органы власти к проведению эффективной политики, направленной на уменьшение масштабов потребления табака.

Тема Всемирного дня без табака 2019 г. - «Табак и здоровье лёгких».

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. При этом табачный дым может задерживаться в воздухе в течение почти пять часов.

Отмечая с глубокой озабоченностью увеличение масштабов курения и решимость защитить нынешнее и будущее поколения, ВОЗ призывает к общественному диалогу и глобальному сотрудничеству по защите прав некурящего человека в целях защитить население от разрушительного воздействия потребления табака.

Всемирный день без табака направлен на то, чтобы особо обозначить общее значение этого вопроса, подчеркнуть обязательства стран-участников договора и способствовать поддержке усилий стран по выполнению обязательств.

Курение табака и воздействие вторичного табачного дыма повышают риск развития множества заболеваний. В частности, активное и пассивное курение сказывается на здоровье лёгких и может вызывать такие болезни, как:

- рак лёгких: с курением связаны более двух третей всех смертей от рака лёгких в мире, а воздействие вторичного табачного дыма повышает риск развития рака лёгких у некурящих. В большинстве стран Европейского региона ВОЗ рак лёгких является ведущей причиной смерти от онкологических заболеваний. Снизить риск развития рака лёгких можно, отказавшись от курения, через 10 лет после отказа от курения риск уменьшается примерно в два раза.

- хронические респираторные заболевания, такие как хроническая обструктивная болезнь лёгких (ХОБЛ) и астма: курение табака - главная причина развития ХОБЛ, которая характеризуется болезненным кашлем и мучительно затруднённым дыханием. Также курение приводит к обострению астмы, ограничивающей подвижность человека и способной привести к инвалидности. Скорейший отказ от курения - это самый эффективный способ замедлить развитие ХОБЛ и смягчить течение астмы.

Помимо этого, детям, которые подвержены воздействию вторичного табачного дыма, угрожает повышенный риск заражения инфекциями нижних дыхательных путей, а также развития и усугубления астмы, пневмонии и бронхита. Хорошо доказана связь между курением и туберкулёзом: в состав

табачного дыма входят химические вещества, которые могут провоцировать латентную инфекцию туберкулёза. У людей с активной формой туберкулёза курение увеличивает риск инвалидности и смерти вследствие дыхательной недостаточности.

Немалый вклад в охрану здоровья лёгких внесет осуществление Рамочной конвенции Всемирной организации здравоохранения по борьбе против табака (РКБТ ВОЗ), которая направляет усилия против табачной эпидемии во всем мире.

РКБТ ВОЗ налагает правовые обязательства на страны, которые официально присоединились к договору, а именно:

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

Российская Федерация входит в число стран с высокой (более 50%) распространённостью табакокурения среди всего населения, поэтому её участие в Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака является оправданным и целесообразным. В настоящее время в России масштабы употребления табака и распространённость, связанных с этим, заболеваний продолжают нарастать. Ежегодно растёт потребление сигарет, в связи с этим наносится значительный ущерб здоровью населения, так как употребление табака является одним из основных факторов риска развития сердечно-сосудистых, бронхо-лёгочных и желудочно-кишечных заболеваний. Особую тревогу вызывает стремительное увеличение курения среди детей, подростков и женщин, а также снижение возраста начала курения.

**31 мая — сделай первый шаг, проведи день без сигарет!**