

21 ноября Международный день отказа от курения!

Международный день отказа от курения отмечается ежегодно каждый третий четверг ноября по инициативе Международного общества онкологов и при поддержке Всемирной организации здравоохранения.

Курение табака одна из наиболее серьезных проблем современного общества и основная причина преждевременной смерти, которой можно избежать сказав: «НЕТ КУРЕНИЮ!» Табачный дым вызывает и обостряет многие болезни и является основным фактором риска развития целого ряда хронических болезней, включая рак, болезни легких и сердечно-сосудистые заболевания.

Бросить курить может каждый — нужно лишь пожелать. Это важно для тех, кто очень хочет продолжать жить, полноценной здоровой жизнью. Есть много платных и бесплатных способов справиться с вредной привычкой - таблетки, спорт, и др.

Создана «Горячая линия» тел. **8-800-200-0-200** (звонок по России бесплатный) для оказания квалифицированной помощи и психологической поддержки с целью отказа от потребления табака. В Консультативном телефонном центре помощь оказывают психологи и врачи, выбирая наиболее эффективный способ отказа от курения, с учетом имеющихся проблем со здоровьем.

Благодаря различным мероприятиям и акциям, посвященным отказу от курения, можно добиться позитивных изменений и в будущем иметь здоровую нацию.

Управление экономики и
прогнозирования АМС МО
Пригородный район