

16
ноября



Информационный бюллетень отдела общественного здоровья
Гродненской областной ЦГЭОЗ

ЕДИННЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

Всемирный день некурения. Профилактика онкологических заболеваний

Ежегодно по инициативе Международного союза по борьбе с раком в третий четверг ноября проводится День некурения. Республиканская антитабачная информационно-образовательная акция, инициированная Министерством здравоохранения Республики Беларусь, приуроченная к этому дню, проходит в нашей стране с 13 по 17 ноября 2017 года.

Цель акции - профилактика заболеваний, причинно связанных с табакокурением, повышение уровня информированности населения в отношении пагубных последствий потребления табака, приводящих к возникновению зависимости и ряда серьезных заболева-

ний, формирование у гражданского общества поддержки мер, направленных на защиту населения от последствий потребления табака и воздействия табачного дыма.

В рамках акции запланировано проведение пресс-конференций и «круглых столов», выступлений в СМИ по вопросам профилактики табакокурения с привлечением представителей организаций здравоохранения, учреждения образования, культуры, спорта и туризма, правоохранительных органов, общественных организаций; дней открытой информации, консультирования населения в учреждениях здравоохранения республики по во-

просам профилактики табакокурения.

На информационном портале "Здоровые люди" и в газете "Медицинский вестник" проводится республиканский фотоконкурс "Дыши свободно!", касающийся организации бездымного пространства.

21 ноября состоится подведение итогов конкурса социальных флеш-мобов «Всемирно против табака», приуроченного ко Всемирному дню некурения.



Курение и рак

Употребление табака является одной из самых значительных угроз для здоровья, когда-либо возникавших в мире.

Радиация табачного происхождения вкупе с другими канцерогенными веществами – **главная причина возникновения онкологических заболеваний**. Доказана связь табакокурения с 18 формами рака. В первую очередь – легкого, трахеи и бронхов (85 %), гортани (84 %), полости рта (92 %), пищевода (78 %), поджелудочной железы (29 %), мочевого пузыря (47 %), почек (48 %).

Отказ от табакокурения, с учетом процессов дезинтоксикации с выведением из организма бывших курильщиков метаболитов соединений табака, включая канцерогены, значительно снижает вероятность заболевания раком – в сравнении с лицами, продолжающими курить. Так, прекращение курения снижает риск заболевания раком легкого: уже через 5 лет частота такой заболеваемости начинает падать, а через 20 лет после прекращения приближается к таковой у некурящих.

Для тех, кто уже курит, разработана целая система

мероприятий по отказу от этой вредной привычки. Однако успех в борьбе с курением будет гарантирован лишь в том случае, если курящие сами придут к осознанному желанию бросить курить.

При наличии проблемы с табакокурением и невозможности самостоятельно справиться с этой пагубной привычкой, необходимо обратиться в наркологический кабинет по месту проживания, где сможете получить профессиональную помощь в борьбе с зависимостью.

К сведению:

В Республике Беларусь
(по результатам STEPS-исследования)

- курит 29,6% населения;
- благодаря антитабачным мерам число потребителей табака снижается (на 12% с 2001 года).

Обратите внимание:

В Гродненской области
(по данным соцопросов)

- наметилась тенденция снижения (на 5,5 % в сравнении с 2013 г.) показателей распространенности табакокурения среди взрослого населения и в 2016 г. составила 26,7 %;
- наблюдается стабильное снижение курящих старшеклассников (2017 г. – 2,9 % и 2014 г. – 6,7 %), а также увеличение тех, кто никогда не пробовал курить (95,2 % и 73,2 %).