

**ОГБУЗ «Детская клиническая больница»
Санитарно-просветительная работа**

21 ноября - Международный день отказа от курения



Ежегодно в третий четверг ноября в ряде стран мира отмечается Международный день отказа от курения. Он был установлен Американским онкологическим обществом в 1977 году.

Основные цели Международного дня борьбы с курением

Международный день борьбы с распространением и курением табачных изделий преследует одну цель – снижение числа никотинозависимых во всем мире. По данным социологического опроса удалось выяснить отношение большинства людей к данной проблеме.

Согласно мнению большинства людей, табакокурение является:

- пагубной привычкой – 48%;
- наркотической зависимостью – 37%;
- неизлечимым недугом – 10%.

Во всем мире день борьбы с никотиновой зависимостью отмечают 31 мая. На территории РФ просветительные мероприятия, направленные на борьбу с табакокурением, отмечают в 3-й четверг ноября.

Цели антитабачной кампании:

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Информирование людей о разрушительной силе табачного смога и его влиянии на организм человека.
3. Вовлечение всех слоев населения в активную борьбу с никотиновой зависимостью.

Следует отметить, что при хорошей осведомленности о вреде табакокурения для здоровья, немногие горожане стремятся избавиться от никотиновой зависимости. Либо человек не осознает всей тяжести последствий употребления табака для своего здоровья или считает, что болезнь его не коснется, либо привычка курить настолько сильна, что нет возможности от нее отказаться. Поэтому в рамках Дня отказа от курения во многих странах активистами и представителями учреждений здравоохранения проводятся различные просветительские, благотворительные и другие мероприятия, призванные просвещать население о вреде никотина и способах отучения от курения.

Позитивные перспективы

Большинство систем организма человека страдает от пагубного воздействия никотина, канцерогенов и других токсических веществ. Уже через несколько лет регулярного употребления сигарет возникают хронические заболевания ЛОР-органов и сердечно-сосудистой системы, а через 10 лет развиваются онкологические заболевания органов дыхания.

Чтобы искоренить вредную привычку, медики оповещают курильщиков о «радужных перспективах», которые их ждут в случае отказа от сигарет:

- уменьшение частоты инфекционных заболеваний лор-органов на 40%;
- снижение риска развития онкологических недугов на 30%;
- уменьшение шансов развития сердечно-сосудистых заболеваний на 50%.

Родители детей, которые по каким-либо причинам не могут бросить курить, имеют возможность обратиться за помощью в «Центр здоровья», в котором расположен кабинет по отказу от курения. В кабинете оказывается бесплатная медицинская и психологическая помощь подросткам, которые страдают от никотиновой зависимости.

«Центр здоровья» расположен по адресу: г. Смоленск, ул. Шевченко, д. 71.

Запись по телефону регистратуры: 31-07-67