



В третий четверг ноября с 1977 года по инициативе Американского онкологического общества и по предложению Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) - отмечается **Международный день отказа от курения. В 2019 году он приходится на 21 ноября.**

По данным Всемирной организации здравоохранения:

- в мире 90% смертей от рака легких, 75% — от хронического бронхита и 25% — от ишемической болезни сердца обусловлены курением;
- каждые десять секунд на планете умирает один заядлый курильщик (к 2020 году этот уровень может повыситься до одного человека за три секунды) ;
- в России курит минимум каждая десятая женщина;
- заядлыми курильщиками сегодня можно назвать 50-60% российских мужчин (среди некоторых категорий граждан эта цифра достигает 95%).
- курение и вызываемые им заболевания ежегодно становятся причиной смерти не менее чем миллиона граждан России.

Цель - проведение мероприятий в этот день, направленных на широкое информирование общества о вредном и пагубном воздействии табака на здоровье курильщика и окружающих его людей, что будет способствовать снижению распространенности табачной зависимости.

По информации ВОЗ немногие люди знают, в чем конкретно заключается риск, связанный с употреблением табака.

Основные факты:

- Употребление табака является одним из важнейших факторов риска развития ишемической болезни сердца, инсульта и болезни периферических сосудов.
- От последствий употребления табака ежегодно гибнет более 8 миллионов человек. Более 7 миллионов случаев смерти происходит среди потребителей и бывших потребителей табака, и более 1,2 миллиона — среди некурящих людей, подвергающихся воздействию вторичного табачного дыма.
- Вторичный табачный дым — это дым, которым наполнен воздух в закрытых помещениях, где люди потребляют такие табачные изделия, как сигареты, папиросы и кальянный табак. В табачном дыме присутствует более 7000 химических веществ, из которых, по меньшей мере, 250 наносят вред здоровью, а не менее 69 — являются известными канцерогенами.
- У взрослых вторичный табачный дым вызывает серьезные сердечно-сосудистые и респираторные заболевания, включая ишемическую болезнь сердца и рак легких. У детей грудного возраста он увеличивает риск возникновения синдрома внезапной смерти младенца. У беременных женщин он приводит к осложнениям беременности и рождению детей с низким весом.

- Почти половина детей во всем мире регулярно вдыхают воздух, загрязненный табачным дымом, в общественных местах.
- Вторичный табачный дым является причиной более 1,2 млн. случаев преждевременной смерти в год.
- Ежегодно 65 000 детей гибнет от болезней, ассоциируемых с воздействием вторичного табачного дыма.

Безопасного уровня воздействия вторичного табачного дыма не существует.