



Единый день здоровья

31 мая 2018 года

Всемирный день без табака



Ежегодно 31 мая Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) и ее партнеры отмечают Всемирный день без табака, привлекая внимание к дополнительным рискам для здоровья, связанным с употреблением табака, и призывая проводить эффективную политику по уменьшению масштабов потребления табака. В 2018 году Всемирный день без табака посвящен теме «**Табак и болезни сердца**».

Цель кампании – повысить осведомленность о реально осуществимых действиях и мерах, которые могут быть предприняты основными целевыми аудиториями, в том числе органами государственной власти и общественностью, для сокращения рисков для здоровья сердца, обусловленных табаком.

Сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ), включая инсульт, входят в число основных причин смертности в мире, а употребление табака является второй по значимости причиной развития сердечно-

сосудистых заболеваний после повышенного артериального давления.

Курение – один из основных факторов риска. У заядлых курильщиков высокая вероятность перекрытия просвета коронарной артерии, питающей сердечную мышцу, тромбом или холестериновой бляшкой. Это называется инфарктом миокарда.

Сигаретный дым ухудшает реологические качества крови, повышая её вязкость и способствуя образованию тромбов.

Курильщики чаще страдают от артериальной гипертензии. Это связано со способностью никотина повышать тонус сосудистых стенок.

Обратите внимание:

По данным ВОЗ:

одна треть снижения смертности от ССЗ может быть обеспечена за счет развития лекарственных вмешательств, в то время как две трети снижения смертности обеспечит изменение привычек в образе жизни, среди которых можно назвать правильное питание, контроль за течением гипертонической болезни, физические упражнения и прекращение курения;

23 % смертей от ишемической болезни сердца обусловлено курением, сокращая продолжительность жизни курильщиков в возрасте 35-69 лет в среднем на 20 лет;

внезапная смерть среди лиц, выкуривающих в течение дня пачку сигарет и больше, наблюдается в 5 раз чаще, чем среди некурящих

Цели устойчивого развития и табак

Вопросы здоровья стоят в центре внимания Цели 3 в области устойчивого развития ООН «Обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте» – одной из 17 целей, которые все государства-члены ООН стремятся выполнить к 2030 г. Одна из задач касается усиления мер по осуществлению Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака (РКБТ ВОЗ) во всех странах. Республика Беларусь ратифицировала РКБТ

ВОЗ одной из первых стран постсоветского пространства в 2005 году. Тем самым государство взяло на себя обязательство принимать все ее условия на международном, национальном и региональном уровнях для того, чтобы постоянно и существенно сокращать потребление табака и табачного дыма. В стране запрещена реклама табачных изделий, изменены требования к их упаковке, в торговых объектах запрещена выкладка та-

бачных изделий в витринах и на ином торговом оборудовании, проводится работа по созданию территорий, свободных от курения, запрещено курение в ряде общественных мест: учреждениях здравоохранения, образования, культуры, спорта, объектах торговли и бытового обслуживания населения, организациях железнодорожного транспорта. Неоднократно повышались цены на табачные изделия.

К сведению

В Республике Беларусь по данным STEPS исследования :

курит 29,6 % населения в возрасте от 18 до 69 лет;

48,4 % мужчин и 12,6 % женщин являются курильщиками;

девять из десяти курильщиков курят ежедневно и выкуривают в среднем 14,9 сигареты в день; число курящих больше среди сельских жителей за счет курящих сельских мужчин (54,1%) по сравнению с городскими (43,3 %);

почти каждый пятый респондент подвергается воздействию табачного дыма дома (18,8 %) или на рабочем месте (14,9 %);

средний возраст начала курения составил 17,5 года (16,9 года у мужчин и 19,9 года у женщин)