Информационно-методическое письмо

В соответствии с приказом департамента здравоохранения и фармации Ярославской области от 26.12.2019 № 1349 «О реализации проекта «Здоровая Ярославия», в течение 2020 года каждый месяц посвящен определенной теме. Июнь – месяц отказа от табака, его слоган «Лето без табачного дыма!».

Всемирная Организация здравоохранения (ВОЗ) и активисты в сфере охраны общественного здоровья из разных стран 31 мая 2020 года отметят Всемирный день без табака. Целью даты является привлечение внимания всех людей к эпидемии табакокурения и ее губительным последствиям для здоровья.

Представителям табачной индустрии хорошо известно, что человек, который начал курить в возрасте около 20 лет, в большей степени рискует стать зависимым от табака, и, как правило, не может отказаться от опасной зависимости в старшем возрасте. Поэтому главной темой Всемирного дня в 2020 году является защита молодежи от табака. Производители ориентируют свою рекламу на эту потребительскую группу, у которой чаще формируется привыкание к табачной продукции, и намеренно навязывают опасную привычку молодым людям. Стремясь ими манипулировать, представители табачной индустрии делают свою продукцию более привлекательной для них, в том числе при помощи красивой фирменной упаковки или символики.

Производители табачных изделий все чаще переносят рекламные кампании в интернет, привлекают влиятельных пользователей социальных сетей к рекламе своей опасной для здоровья продукции. Зачастую это делается в обход традиционных правил и норм, регулирующих рекламу и сбыт табачных изделий, так как информация, скрыто продвигающая такую продукцию, не обозначается как рекламное объявление, а встраивается в другие материалы.

Беспокойство у специалистов вызывает формирование повышенного интереса к электронным сигаретам и системам нагревания табака. В антитабачной концепции Минздрава РФ особо подчеркивается, что новые способы курения табака стали очень популярны у подростков и молодежи, в том числе у тех, кто раньше не курил.

Отказ от вредной привычки особенно актуален в период пандемии новой коронавирусной инфекции. Главный нарколог Министерства здравоохранения Российской Федерации Евгений Брюн описывает процесс проникновения в легкие вируса COVID-19: «Смесь никотина, пепла и смолы проникает в альвеолы, забивая их гарью, вместе с которой оседает и вирус. Выздоровление замедляется, поскольку среда способствует удержанию и размножению вируса».

Курение, особенно многолетнее, приводит к уменьшению жизненного объема легких, провоцирует одышку и вызывает хроническую обструктивную болезнь легких, при которой любое респираторное заболевание становится особенно опасным. Новый коронавирус поражает именно легочную ткань, приводя к пневмонии, которая не позволяет человеку самостоятельно дышать. Кроме того, курильщик, доставая сигарету из пачки, берет ее пальцами за фильтр, а затем отправляет прямо в рот. Поэтому вероятность инфицирования COVID-19 чрезвычайно велика. Употребление табачной продукции вредит здоровью человека и без коронавируса, например, приводит к онкологическим заболеваниям, которые опаснее COVID-19. «Отказ от табака – это одна из лучших вещей, которую любой человек может сделать для своего здоровья», – заявил генеральный директор ВОЗ Тедрос Аданом Гебреисус.

КУРИТЬ ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ – НАНОСИТЬ СЕБЕ РЕАЛЬНЫЙ ВРЕД.

СЕЙЧАС НАСТУПИЛ МОМЕНТ ДЛЯ ОКОНЧАТЕЛЬНОГО ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ.

По данным Росстата, в нашей стране ежедневно курят 22,5% граждан, большинство из них – лица в возрасте от 40 до 50 лет.

В 2019 году Минздрав России в проекте государственной антитабачной концепции, предложил приравнять электронные средства доставки никотина (ЭСДН) к обычным сигаретам. В пресс-службе ведомства ссылаются на решение Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), принятое в октябре 2018 года – противостоять растущей популярности инновационных и новых видов табачных изделий. В измененной концепции Минздрав рекомендует регулировать продажу электронных сигарет, вейпов и систем нагревания табака так же, как и обычных сигарет.

Сегодня употребление табака является причиной смерти каждого десятого взрослого человека в мире. Доказано, что под воздействием курения ухудшается течение около 25 хронических заболеваний. Серьезные научные исследования свидетельствуют о связи рака легких и инфаркта миокарда с курением. Ежегодно от «табачной эпидемии» в мире умирает около 6 миллионов человек. К 2030 году эта цифра вырастет до 8 миллионов. Ежегодно более 600 тысяч человек в мире, не являясь курильщиками, умирают из-за воздействия вторичного табачного дыма (пассивного курения). В России от причин, связанных с курением, ежегодно преждевременно погибают около 300 тысяч человек. Это больше, чем от дорожно-транспортных происшествий, употребления наркотиков или от СПИДа. По статистике, в нашей стране курят около 40% населения.

В Ярославской области заболеваемость взрослого населения болезнями

органов дыхания увеличилась в 2019 году до 245,3 случаев на 1000 населения (2018 год – 243,6 случаев на 1000 населения) и занимает второе место в структуре общей заболеваемости. Рост числа случаев болезней органов дыхания можно объяснить, в том числе, влиянием активного и пассивного курения на организм человека. Смертность от болезней органов дыхания в Ярославской области в трудоспособном возрасте снизилась с 20,0 случаев на 100000 населения в 2018 году до 18,5 случаев на 100000 населения в 2019 году.

В нашем регионе реализуется план мероприятий по формированию здорового образа жизни у населения, в рамках которого созданы и оснащены центры здоровья и кабинеты медицинской профилактики в лечебных учреждениях, в том числе оказывающие помощь по отказу от табака. Специалисты Областного центра медицинской профилактики проводят работу, по информированию граждан о вреде потребления табака. Она ведется среди различных групп населения в городах и районах области, организациях и учреждениях, в том числе среди учащихся средних и высших образовательных учреждений. Организованы антитабачные акции: «Куришь? Проверь свои легкие!» и «Скажи курению – нет!» с использованием инструментальных методов определения функционального состояния легких и наличия угарного газа в крови, а также интерактивная игра «Вредные привычки». Проходит информационная кампания, призывающая отказаться от курения самостоятельно или обратиться за помощью к специалистам, демонстрируются видеоролики антитабачной направленности, предлагаются информационные печатные материалы по отказу от курения.