**Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае в городе Заринске, Заринском, Залесовском, Кытмановском и Тогульском районах»**

**ПРЕСС-РЕЛИЗ**



**31 мая – Всемирный день без табака!**

Ежегодно 31 мая отмечается Всемирный день без табака.

Данный праздник был учрежден государствами-членами Всемирной организации здравоохранения в 1987 г. с целью привлечения внимания всего мира к эпидемии табакокурения и вызываемыми ею губительными последствиями для здоровья.

 Мероприятия, проводимые в этот день направлены на популяризацию отказа от курения.

Курение вредит людям любого пола и любого возраста, курение приводит к опасным, часто смертельным заболеваниям, пассивное курение также опасно, особенно для детей.

В придачу к курению - болезни и преждевременная смерть.

О негативном влиянии табака важно регулярно напоминать и детям и взрослым.

Табачный дым содержит более 4000 химических веществ, минимум 250 из которых вредны для человека.

Курение ухудшает состояние кожи, ногтей, волос, разрушает зубы, приводит к неприятному запаху изо рта, от одежды. Курение находится в прямой связи с развитием часто несовместимых с жизнью заболеваний, таких как рак лёгкого, инфаркт. Вторичный табачный дым, вдыхаемый при пассивном курении, негативно влияет на дыхательную, сердечно-сосудистую системы, повышает риск развития инфаркта, ишемической болезни сердца и рака лёгких.

На фоне пандемии COVID-19 были проведены исследования, в ходе которых было доказано, что курильщики переносят заболевание в более тяжёлой форме, и имеют более высокий риск летального исхода от COVID-19, чем некурящие. Этот факт побудил миллионы курильщиков бросить курить.

Тема Всемирного дня без табака в 2021 г.: **Обязательство бросить курить**

Откажитесь от курения и ….

Через 20 минут нормализуется частота сердечных сокращений.

Через 12 часов уровень угарного газа в крови нормализуется.

Через 2 недели начнёт улучшить функция лёгких.

Через 1 месяц уменьшится кашель.

Через 5-15 лет риск инсульта станет таким же, как и у некурящих.

В Российской Федерации действует антитабачный закон.

Федеральный закон от 23.02.2013 N 15-ФЗ (ред. от 30.12.2020) “Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотинсодердащей продукции». Этот закон защищает права некурящих людей от воздействия табачного дыма, накладывая ряд ограничений для курящих.

**Меры по борьбе с курением в современной России**

Сегодня в России ведется целенаправленная работа по борьбе с курением. Она включает в себя:

- присоединение Российской Федерации к антитабачной конвенции ВОЗ от 16.04.2008 г.;

- принятие Федерального Закона «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» (от 23.02.2013 г. №15).

В соответствии с принятым законом и идеологией конвенции в России действуют: запреты и ограничения на продажу табака; меры по увеличению стоимости сигарет; налоги на торговлю табачной продукцией; ограничения рекламы табачной продукции и др.

Особая роль отводится организации медицинской и консультативной помощи тем, кто хочет избавиться от вредной привычки.

Мероприятия, приуроченные к Всемирному дню без табака, продемонстрируют подходы, помогающие молодым людям взять свое здоровье под собственный контроль и отвергнуть перспективу табачной зависимости.

Во Всемирный день без табака мы также призываем всех активных сторонников борьбы против табака принять меры для защиты этих возрастных групп, организовав проведение кампаний и мероприятий, направленных на все сферы общественной жизни, чтобы сформировать у следующего поколения молодых людей способность устоять перед соблазном попробовать табак и уверенно двигаться в будущее без табака.

Мероприятия, приуроченные к Всемирному дню без табака 2021 г. нацелены на привлечение внимания потребителей, в первую очередь молодежи, к ухудшению здоровья  и иным опасным последствиям, вызванных   потреблением табачных изделий и никотинсодержащей продукции.

 Консультационным пунктом для потребителей филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае в городе Заринске, Заринском, Залесовском, Кытмановском и Тогульском районах» будут проведены различные мероприятия, приуроченные к празднованию Всемирного дня без табака, а именно:  оформление информационных стендов, разработка и распространение информационного материала о вреде курения для широких масс населения, преимущественно для молодежи (памятки, информационные листки),  распространение которых будет осуществляться на Интернет-сайтах, в том числе  в социальных сетях.

**Призываем наше население ответственно отнестись к своему здоровью, пропагандировать здоровый образ жизни «Здоровое поколение – сильная Россия», «Бросай курить, чтобы жить в сильной стране»!**

***Телефон Единого консультационного центра Роспотребнадзора***

***8 800 555 49 43 (звонок по России бесплатный)***

***Филиал ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае в городе Заринске»***

***Тел.: 8 (38595) 99027 е-mail:*** [***zarinsk@altcge.ru***](mailto:zarinsk@altcge.ru)***, 2020 г.***