



Единый день здоровья

Информационный бюллетень
отдела общественного здоровья



**21 ноября
2019 года**

Всемирный день некурения. Профилактика онкологических

Обратите внимание:

По данным ВОЗ:

на 7,5 млрд населения Земли приходится примерно 1 млрд курильщиков;

употребление табака является самой значительной предотвратимой причиной смерти, и в настоящее время приводит к смерти каждого десятого взрослого человека в мире;

каждые шесть секунд на планете от болезней, спровоцированных курением, умирает один человек;

30% всех случаев смерти от рака связаны с курением;

сокращение потребления табака наполовину даст возможность сократить 170 миллионов жизней к 2050 году

К сведению:

В Республике Беларусь:

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

9 из 10 курильщиков (91,5%) курят ежедневно.;

доля тех, кто курит каждый день, среди мужчин выше (94,4%), чем среди женщин (81,5%)

Ежегодно по инициативе Международного союза по борьбе с раком в третий четверг ноября проводится День некурения. Республиканская антитабачная информационно-образовательная акция, инициированная Министерством здравоохранения Республики Беларусь, приуроченная к этому дню, проходит в нашей стране с 18 по 21 ноября 2019 года.

Курильщики теряют около 18 лет потенциальной жизни, это является огромной социальной потерей для нашего общества. Табачный дым вызывает и обостряет многие болезни, действуя практически на все органы. А продукты

табачного происхождения вместе с другими канцерогенными веществ-



вами – главная причина возникновения онкологических заболеваний. Курение провоцирует развитие 18 форм рака у человека: рак легкого, пищевода, гортани и полости рта, мочевого пузыря, поджелудочной железы, почки, желудка,

молочной железы, шейки матки и др.

Курение является одной из причин рака поджелудочной железы, и риск возникновения рака у курящих повышен в 2-3 раза. Выявлен повышенный риск развития рака печени у курящих, особенно в сочетании с употреблением алкоголя или у инфицированных вирусами гепатита В и С. Риск рака мочевого пузыря и почки среди курящих повышен в 5-6 раз. Выявлена связь между курением и раком шейки матки у женщин, инфицированных вирусом папилломы человека.

Отказ от курения – профилактика онкозаболеваний

Главная мера профилактики вредного влияния курения на организм – полностью отказаться от курения и избежать длительного общения с курящими. Для тех, кто уже курит, разработана целая система мероприятий по отказу от этой вредной привычки. Однако необходимо подчеркнуть, что успех в борьбе с курением будет гарантирован лишь в том случае, если курящие сами придут к осознанному желанию бросить курить.

Прекращение курения снижает риск заболева-

ния раком легкого: уже через 5 лет частота такой заболеваемости начинает падать, а через 20 лет после прекращения приближается к таковой у некурящих.

Многие ведущие онкологи мира пришли к выводу, что победа над курением является залогом значительных успехов в борьбе со злокачественными опухолями, в частности обеспечит снижение заболеваемости раком легкого не менее чем на 30 %.

В настоящее время в нашей стране проводится активная работа в

рамках Европейской стратегии профилактики и борьбы с неинфекционными заболеваниями. Стоит задача снижения влияния всех основных факторов риска неинфекционных заболеваний, одним из которых является табакокурение. Первоостепенно – снижение распространенности потребления табака среди лиц в возрасте от 18 до 69 лет до 24,5 процента. Эта цель может быть достигнута путем реализации комплекса мер с учетом международного опыта и рекомендаций РКБТ ВОЗ.