

Svetový deň BEZ TABAKU

31. máj 2024: „Ochrana detí pred vplyvom tabakového priemyslu“

Zámerom kampane je upozorniť na **zákerné praktiky tabakového priemyslu**, ktorý produkuje neustále nové inováívne výrobky využívajúc pri tom všetky dostupné prostriedky propagácie, ktorými sú dobre platený marketing, reklama, známe osobnosti a influenceri a ich cieľom je získať nových pravidelných užívateľov.

Podľa údajov WHO z roku 2022 celosvetovo užíva nejakú formu tabaku najmenej 37 miliónov mladých ľudí vo veku 13 – 15 rokov. **V európskom regióne užíva tabak 11,5 % chlapcov a 10,1 % dievčat vo veku 13 – 15 rokov, čo sú štyri milióny mladistvých.**

Za posledných 10 rokov došlo k zníženiu počtu mladých fajčiarov klasických cigariet, ale **vzrástol počet užívateľov iných nikotínových výrobkov** ako sú **e-cigarety, žuvací tabak a nikotínové vrecúška**. Dôvodov prečo začali deti a mladí ľudia viac používať moderné bezdymové výrobky je viacero. Je to dizajn, ľahšia dostupnosť, pestrosť príchuťí, neznalosť dopadu škodlivých látok na ich zdravie a klamlivé prezentovanie ako zdravšia alternatíva klasických cigariet. V niektorých krajinách je miera používania elektronických cigariet medzi školákmi 2 až 3-krát vyššia ako miera fajčenia cigariet.



Fajčenie je celosvetovo druhou príčinou úmrtí na chronické ochorenia a zodpovedá za úmrtie jedného z desiatich dospelých ľudí. **Vďaka tejto „zhubnej záľube“ môže stratiť priemerný fajčiar až osem rokov života v porovnaní s nefajčiarom.**

Na Slovensku fajčí približne 34% populácie – 43% mužov a 26% žien.

Užívanie tabaku je hlavným prispievateľom k vzniku mnohých druhov rakoviny, vrátane tých, ktoré postihujú ústnu dutinu, pľúca, pečeň, žalúdok, črevá, vaječníky a niektoré typy leukémie.

TABAK JE ZODPOVEDNÝ ZA 25% VŠETKÝCH ÚMRTÍ NA RAKOVINU NA CELOM SVETE, ČO PREDSTAVUJE ODHADOM 2,5 MILIÓNA ÚMRTÍ ROČNE. Predovšetkým fajčenie má za následok **85% úmrtí na rakovinu pľúc, čo poukazuje na kritickú potrebu spoločného úsilia na zníženie spotreby tabaku na celom svete.**



Každá nezapálená cigareta vedie k predĺženiu života a zmierneniu zdravotných následkov dlhoročného fajčenia. Prestať fajčiť nie je ľahké, ale nie je to nemožné.

Tým, ktorí by radi skoncovali s fajčením, dávame do pozornosti **„PORADŇU NA ODVYKANIE OD FAJČENIA“**

zriadenú na Oddelení podpory zdravia a výchovy k zdraviu pri RÚVZ so sídlom v Starej Ľubovni, príp. **anonymnú telefonickú linku č. 052/4280113**, pre záujemcov o rady a konzultácie pri odvykaní od fajčenia.

