



Światowy Dzień Bez Tytoniu

31 maja 2012

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Kluczborku informuje, że tegoroczne Obchody Światowego Dnia Bez Tytoniu przebiegać będą pod hasłem: „**Działania marketingowe przemysłu tytoniowego**”. Adresatem akcji jest ogół społeczeństwa, ze szczególnym uwzględnieniem młodych kobiet i dziewcząt, do których skierowane są działania marketingowe przemysłu tytoniowego (np. w postaci atrakcyjnie wyglądających paczek papierosów, ubrań i innych akcesoriów z logo firm tytoniowych).

Hasło ma zwrócić szczególną uwagę na szkodliwe efekty marketingu przemysłu tytoniowego oraz na potrzebę zakazania wszelkich reklam, promocji i sponsoringu dotyczącego palenia tytoniu, w świetle art. 8 ustawy o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych.

Założenia przekazu treści tegorocznej kampanii to:

- Uwrażliwienie, szczególnie młodych kobiet, na działania marketingowe przemysłu tytoniowego (np. atrakcyjnie wyglądające paczki papierosów),
- Promocja zdrowego stylu życia bez palenia tytoniu,
- Promocja zysków płynących z niepalenia (umocnienie zdrowia własnego i swoich bliskich),
- Motywowanie do odpowiednich wyborów związanych z własnym zdrowiem i zdrowiem bliskich osób,
- Promocja alternatywnych sposobów spędzania wolnego czasu (ze szczególnym uwzględnieniem aktywności fizycznej),
- Kształtowanie postaw asertywnych ze zwróceniem uwagi na przestrzeganie prawa,
- Podnoszenie świadomości na temat prawa do życia w środowisku wolnym od dymu tytoniowego oraz obowiązku przestrzegania zakazu palenia w miejscach publicznych,
- Podnoszenie świadomości na temat skutków zdrowotnych biernego i czynnego palenia, w szczególności kobiet i ich potomstwa.

Dowody naukowe w jednoznaczny sposób wykazują, że zagrożenia związane z czynnym i biernym paleniem tytoniu są przyczyną śmierci, chorób i niepełnosprawności. Należy prowadzić działania zwiększające świadomość społeczeństwa odnośnie prawa do życia w środowisku wolnym od dymu tytoniowego, szczególnie w miejscach pracy i miejscach użyteczności publicznej

Załączone materiały informacyjno-edukacyjne (ulotki) w formie elektronicznej dostępne są również w formie papierowej w Powiatowej Stacji Sanitarno- Epidemiologicznej w Kluczborku, ul. Jagiellońska 8.

Nawet najmniejsze spożycie tytoniu stanowi **zagrożenie dla Twojego zdrowia.**

Ryzyko zawału serca u palacza jest co najmniej dwukrotnie większe niż u osoby niepalącej tej samej płci i wieku. **Po roku od zaprzestania palenia ryzyko to zmniejsza się o niemal połowę.**

Prawdopodobieństwo wystąpienia raka płuca u palących mężczyzn jest 23 razy większe niż u niepalących.

Ryzyko wystąpienia raka płuca zmniejsza się o połowę po 10 latach od całkowitego zaprzestania palenia*.

Palisz? Ryzykujesz!

*Kontynuuj dot. rozpoznawania i leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu, 2006.



Wydano ze środków finansowych Programu Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce. Cele i Zadania na lata 2010-2013.



Treść ulotki i projekt graficzny opracowano w ramach projektu „Odświeżamy nasze miasta. TOBSCIT (Tobacco Free Cities)”



Palenie powoduje **wiele chorób przewlekłych**, w tym choroby serca, ślepotę, kataraktę, miażdżycę obwodowych naczyń krwionośnych, przewlekłą obturacyjną chorobę płuc (POCHP), **zaburzenia płodności.***

Palisz? Ryzykujesz!

* Światowa Epidemiologia Palenia Tytoniu - Raport WHO, 2008.
Zdrowie Dzieci, Krajowa Sieć Szpitali - Koncepcja nowoczesnych szpitali specjalizujących się w pediatrii i onkologii.

Palacze nie są jedynymi **ofiarami** palenia tytoniu. Dym papierosowy wdychany przez osoby niepalące jest również **groźny dla zdrowia**, a często nawet **śmiertelny.***

Wiedz o tym!

* Światowa Epidemiologia Palenia Tytoniu - Raport WHO, 2008.
Zdrowie Dzieci, Krajowa Sieć Szpitali - Koncepcja nowoczesnych szpitali specjalizujących się w pediatrii i onkologii.

Wiedz o tym!

Narażenie na dym papierosowy jest **szczególnie niebezpieczne dla dzieci**, których rodzice palą papierosy. Wymuszone wdychanie dymu tytoniowego może prowadzić do wystąpienia u dzieci m.in. **infekcji dróg oddechowych, astmy, zapalenia ucha środkowego, nowotworów**, a także **nagłej śmierci łóżeczkowej** u niemowląt.

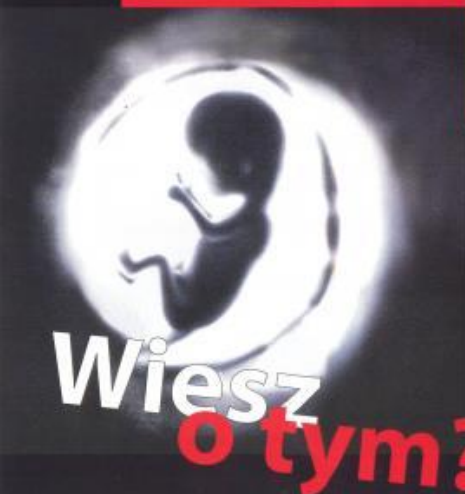
Palenie papierosów przez rodziców, a później rówieśników, znacznie zwiększa **prawdopodobieństwo regularnego używania wyrobów tytoniowych po osiągnięciu wieku dorosłego.***

*Kontynuuj dot. rozpoznawania i leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu, 2006.

Wydano ze środków finansowych Programu Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce. Cele i Zadania na lata 2010-2013.

Treść ulotki i projekt graficzny opracowano w ramach projektu „Odświeżamy nasze miasta. TOBSCIT (Tobacco Free Cities)”

Bierne palenie w czasie ciąży, związane z narażeniem na dym tytoniowy, wiąże się z podobnymi zagrożeniami dla ciąży, jak w przypadku palenia czynnego, czyli gdy kobieta ciężarna pali tytoń.*



Wiesz o tym?

* Konsensus dot. rozpoznawania i leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu, 2006.
Zdjęcie: Agnieszka Turpecka - Biobanki i nauki o zdrowiu, Biobanki i nauki o zdrowiu, Biobanki i nauki o zdrowiu

Wiesz o tym?

Palenie w ciąży może prowadzić do nagłej śmierci kłęczkowej niemowlęcia. Kluczowe znaczenie ma zerwanie z nałogiem palenia papierosów przed zajściem w ciążę. **Zaprzestanie palenia w trakcie ciąży również zmniejsza ryzyko wystąpienia stanów patologicznych.**

Masa ciała noworodków kobiet palących jest przeciętnie o 200-300 g mniejsza niż dzieci matek niepalących. **Rzucenie palenia w czasie ciąży o 50% zwiększa szanse na urodzenie dziecka o prawidłowej wadze.***

* Konsensus dot. rozpoznawania i leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu, 2006.
Zachowania zdrowotne kobiet w ciąży, Główny Inspektorat Sanitarny, 2003.



Wydano ze środków finansowych Programu Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu w Polsce. Cele i Zadania na lata 2010-2013.



Treść ulotki i projekt graficzny opracowano w ramach projektu „Odświeżamy nasze miasta. TOB3CIT (Tobacco Free Cities)”



Tytoń wypalany w dowolnej formie jest przyczyną do 90% wszystkich nowotworów płuc oraz istotnym czynnikiem ryzyka sprzyjającym udarom i śmiertelnym atakom serca. **Palacze umierają średnio o 15 lat wcześniej niż niepalący.***

Palenie zabija!



* Konsensus dot. rozpoznawania i leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu, 2006.
Zdjęcie: Agnieszka Turpecka - Biobanki i nauki o zdrowiu, Biobanki i nauki o zdrowiu, Biobanki i nauki o zdrowiu

Prawdopodobieństwo wystąpienia raka płuca u palących mężczyzn jest 23 razy większe niż u niepalących, a u palących kobiet 13 razy większe. **Ryzyko wystąpienia raka płuca zmniejsza się o połowę po 10 latach od całkowitego zaprzestania palenia.**

Palenie zabija!

Palenie tytoniu jest głównym czynnikiem ryzyka rozwoju przewlekłej obturacyjnej choroby płuc (POChP). **Czynność płuc zaczyna się poprawiać już po upływie 2 tygodni do 3 miesięcy od momentu całkowitego zaprzestania palenia.***



Ulotka wydana ze środków Światowej Fundacji ds. Walki z Chorobami Płuc (World Lung Foundation) z pomocą Finansowej Fundacji Bloomberg (Bloomberg Philanthropies) w ramach projektu „Odświeżamy nasze miasta. TOB3CIT (Tobacco Free Cities)”

* Konsensus dot. rozpoznawania i leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu, 2006.

0215267

Podczas palenia tytoniu zawarta w nim uzależniająca nikotyna **trafia do mózgu** - dzieje się to niemal tak szybko i skutecznie, jak gdyby była podawana **dożylnie**.*

Palenie uzależnia!

* Światowa Epidemia Palenia Tytoniu - Raport WHO, 2008.
Zob. także: "Nikotyna i nikotyna - Biologia i chemia" wydawnictwo Naukowe PWN, 2008.

Uzależnienie od tytoniu to przewlekła choroba, wymieniona w międzynarodowej klasyfikacji chorób jako zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania spowodowane paleniem.

Ryzyko zawału serca u palacza jest co najmniej dwukrotnie większe niż u osoby niepalącej tej samej płci i wieku.
Po roku od zaprzestania palenia ryzyko to zmniejsza się o niemal połowę.

Palenie jest główną, możliwą do uniknięcia, przyczyną udaru mózgu.
Ryzyko udaru mózgu u palaczy **zrównuje się z ryzykiem u osób niepalących po upływie 5-15 lat od zaprzestania palenia.***



Utwór wydatko ze środków Światowej Fundacji ds. Walki z Chorobami Płuc (World Lung Foundation) z pomocą Fundacji Bloomberg (Bloomberg Philanthropies) w ramach projektu "Odziewamy nasze miasta, TOBACOT (Tobacco Free Cities)".

Palenie uzależnia!

* Konsensus dot. rozpoznawania i leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu, 2006.