

31. мај 2019. – Светски дан без дувана

Сваке године, 31. маја, Светска здравствена организација (СЗО) и њени партнери широм света обележавају Светски дан без дувана.

Кампања има за циљ да различите циљне групе упозори на здравствене и друге ризике који се повезују са употребом дувана и подстакне доносиоце одлука да усвоје делотворне мере, засноване на доказима, којима се смањује употреба дувана и изложеност дувану.

Тема Светског дана без дувана 2019. године је „**Дуван и здравље плућа**”, а обележава се под слоганом „**Не дозволите да због дувана изгубите дах**”.

Ове године посебна пажња се посвећује негативном утицају дувана на плућа (од рака до хроничних плућних болести), због значаја овог органа за целокупно здравље и благостање људи.

Кампања Светски дан без дувана 2019. има улогу да укаже на:

- важност здравља плућа за постизање укупног здравља и благостања и последице пушења на здравље плућа;
- велики број смртних случајева и плућних болести широм света изазваних дуваном, укључујући хроничне респираторне болести и рак плућа;
- повезаност употребе дувана и туберкулозе;
- последице изложености дуванском диму на здравље плућа код људи свих узраста;
- мере контроле дувана засноване на доказима које треба предузети како би се смањиле последице употребе дувана на здравље плућа, као и на целокупно здравље.

Позив на акцију

Контрола дувана мора постати приоритет владама и заједницама широм света како би се остварио циљ одрживог развоја да се до 2030. године за трећину смањи превремена смртност улед незаразних болести.

У циљу смањења употребе дувана и изложености дуванском диму све државе треба да имплементирају Оквирну конвенцију о контроли дувана Светске здравствене организације, што подразумева имплементацију и спровођење најефикаснијих мера за смањење понуде и потражње дувана и дуванских производа.

Родитељи и остали чланови заједнице такође треба да предузму мере којима ће промовисати сопствено и здравље своје деце чувајући их од штете коју изазива дуван.

Значајне болести повезане са употребом дувана

Рак плућа. Пушење дувана је најважнији фактор ризика за рак плућа, који је глобално одговоран за две трећине смртних случајева услед ове болести. Изложеност дуванском диму у кући и на радном месту такође повећава ризик од рака плућа, а престанак пушења може да смањи ризик од настанка ове болести. Десет година након престанка пушења, ризик се смањује за отприлике половину у поређењу са особом која пуши.

Хроничне болести органа за дисање. Пушење дувана је водећи узрок хроничне опструктивне болести плућа (ХОБП), стања у којем нагомилана слуз у плућима доводи до болног кашља и тешкоћа при дисању. Ризик од појаве ХОБП је посебно изражен код особа које су у раном узрасту почеле да пуше, с обзиром да дувански дим значајно успорава развој плућа. Пушење такође погоршава симптоме астме. Рани престанак пушења је најефикаснији третман у успоравању прогресије ХОБП-а и смиривању симптома астме.

Болести које се јављају током читавог живота. Одојчад која су интраутерино изложена токсинима из дуванског дима, због тога што је мајка била пушач или изложена дуванском диму из окружења, често имају слабији развој плућа и њихове функције. Мала деца која су изложена дуванском диму су под ризиком за појаву и погоршање симптома астме, упале плућа и бронхитиса, као и чешће упале доњих дисајних путева. Глобалне процене су да око 165.000 деце умире пре пете године живота од инфекција доњих респираторних путева проузрокованих изложеношћу дуванском диму. Деца која су од најранијег доба изложена дуваском диму имају последице по здравље органа за дисање и у одраслом добу, а честе инфекције доњих респираторних путева у детињству значајно повећавају ризик од развоја хроничне опструктивне болести плућа у одраслом добу.

Туберкулоза. Пушење и изложеност дуванском диму су важан фактор ризика за инфекцију туберкулозом. Пушење такође повећава ризик од понављања болести и смртности. Подаци показују да је учесталост употребе дувана око два пута већа међу оболелима од туберкулозе у односу на општу популацију у Србији. Наставак пушења у току лечења туберкулозе чини лечење мање успешним.

Загађење ваздуха. Дувански дим значајно загађује ваздух у затвореним просторима јер садржи око 7000 хемијских састојака, од којих је најмање 69 канцерогено. Иако дувански дим може бити невидљив и без мириса, може се задржати у ваздуху дуже од пет часова. Значајан део честица дуванског дима се таложи у простору на различитим површинама и на тај начин излаже људе, а нарочито малу децу, штетним састојцима и канцерогенима (тзв. задржани дувански дим; енгл. *third hand smoke*).

Оквирна конвенција о контроли дувана

<http://www.batut.org.rs/download/izdvajamo/duvan/okvirnaKonvencijaOKontroliDuvana.pdf>

Контрола дувана - Кључне чињенице СЗО за Србију

<http://www.batut.org.rs/download/izdvajamo/duvan/Kontrola%20duvana%20kljucne%20cinjenice%20Srbija.pdf>

Пушење и малигне болести

<http://www.batut.org.rs/download/izdvajamo/duvan/Pusenje%20i%20maligne%20bolesti.pdf>

Постер Светски дан без дувана 31.мај 2019. године