



Международен ден без тютюнопушене - 16 ноември

Международният ден без тютюнопушене се отбелязва всеки трети четвъртък на месец ноември. На този ден Министерство на здравеопазването и РЗИ призовават всеки пушач да постави началото на отказването от тютюнопушенето в името на

собственото си здраве, както и здравето на близки и приятели, които присъстват в обкръжението му като пасивни пушачи.

В България 34,5% от населението на възраст над 20 г. са ежедневни пушачи по данни от проведеното през 2020 г. Национално проучване на факторите на риска за здравето на НЦОЗА. Тютюнопушенето е една от причините за приблизително 18% от всички смъртни случаи (по данни от Здравния профил на страната за 2021 г.).

По данни на Световната здравна организация в световен мащаб тютюнопушенето убива един човек на всеки четири секунди и е една от най-големите заплахи за общественото здраве. Повече от 7 милиона от тези смъртни случаи са резултат от директна употреба на тютюн, докато около 1,2 милиона са в резултат на пасивно пушене (непушачи, изложени на тютюнев дим). Всички форми на употребата на тютюневи изделия са вредни и няма безопасно такова ниво.

Тютюнопушенето, като рисков фактор за здравето, е пряко свързано с четирите най-разпространени незаразни заболявания: сърдечносъдови заболявания, рак, хронични респираторни заболявания и диабет.

През целия месец ноември всеки пушач може да се консултира безплатно как да откаже тютюнопушенето в кабинетите за консултиране и отказване от тютюнопушенето, които са разположени в регионалните здравни инспекции в областните градове. Повече информация може да получите на Националната телефонна линия за отказване от тютюнопушенето 0700 10 323 и на интернет страниците на РЗИ

През 2023 г. Регионална здравна инспекция - Русе проведе **проучване на тема: „Знания, нагласи и навици относно употребата на тютюневи и никотинови изделия”** сред учениците от 8-11 клас.

В проучването участваха 696 ученици от 8 до 11 клас от седем училища в област Русе: СУЕЕ „Св. Константин Кирил Философ”, СУ „Христо Ботев”, СУ „Панайот Волков” гр. Бяла, СУ „Васил Левски” гр. Ветово, ПГ по транспорт, ПГСАГ „Пеньо Пенев”, НУИ „Проф. Веселин Стоянов“. Учениците отговаряха на 14 въпроса, свързани с употребата на никотинови изделия - разпространение, достъп и оценка на риска. Целта на изследването е да констатира отношението на учениците към посочените явления и степента на честота на употребата на тютюневи изделия.

Резултати от проучването:

- 46,12% от участниците са заявили, че са употребявали тютюневи изделия някога;
- 29,59% признават, че пушат редовно;
- 86,2% са запознати с рисковете за тялото, които настъпват при редовна употреба на тютюневи изделия;
- 49,71% от участниците са използвали електронни устройства за пушене;

- 42,9% от учениците са наясно, че употребата на ел. устройства за пушене носят риск за здравето, както и конвенционалните цигари;
- 3,01% от запитаните са използвали никотинови торбички (снус) „често“, 12,06% са опитвали, а никога не са проявявали интерес – 81,03% от учениците;

Цялото проучване може да намерите на електронната страница на РЗИ- Русе.

Дейности, свързани с кампанията по повод Международния ден без тютюнопушене:

- през целия период на кампанията се провеждат образователни лекции с видеопокази на тема: „Вредата от тютюнопушенето” сред ученици от 10 до 18 г. в русенските училища;
- разпространение на информационни брошури сред широката общественост и младите хора в учебни заведения;
- изнесена акция на Консултативния кабинет за отказ от тютюнопушене за мониториране на издишвания въглероден монооксид и карбоксиемоглобин;
- провеждане на здравно – образователни мероприятия с демонстрация на „Пушешката кукла Сю“ с ученици.

За всички желаещи РЗИ - Русе целогодишно извършва безплатни консултации в Кабинета за отказване от тютюнопушенето след предварително записване на тел.082610357.

РЗИ – Русе призовава пушачите да се включат в националното предизвикателство „Да спечелим заедно! Един месец без никотин!“, организирано от Министерство на здравеопазването, съвместно със Сдружение „България без дим“ - bgbezdim@gmail.com.

