20 НОЕМВРИ 2025 Г. МЕЖДУНАРОДЕН ДЕН БЕЗ ТЮТЮНОПУШЕНЕ

ТЮТЮНОПУШЕНЕТО - ФАКТОР НА РИСКА ЗА ВЪЗНИКВАНЕ НА ХРОНИЧНИ НЕЗАРАЗНИ БОЛЕСТИ

ДОСТОВЕРНАТА ЗДРАВНА ИНФОРМАЦИЯ – В ПОЛЗА НА ЗДРАВОСЛОВНИЯ НАЧИН НА ЖИВОТ



Тютюневите компании и картели агресивно рекламират разнообразни електронни цигари, нагреваеми тютюневи изделия, никотинови торбички и примамливи, но умело замаскирани никотинови търговски продукти.

Целта им е проста:

„ДА ПРИСТРАСТЯТ ОЩЕ ЕДНО ПОКОЛЕНИЕ КЪМ НИКОТИНА“.

Майкъм Блумберг, глобален посланик на Световната здравна организация (СЗО) по въпросите на хроничните незаразни болести и вредите за здравето и д-р Анджела Чобану, сътрудник по „Контрол на тютюна при Регионалния офис на СЗО за Европа“, прокламират превенцията на проблема и неговото ограничаване, на база всички приети действащи законови регламенти в отделните страни.



*Данните за употребата на нагреваеми тютюневи изделия сред ученици на възраст **13-15 години** в страни от европейския регион на СЗО сочат: 8.1% в Чешката република (2022г.); 4.6% в Литва (2022г.); **10.7%** в България, от които 12.0% сред момчетата и 9.6% сред момичетата(2023г.). Други национални проучвания по темата сред подрастващите, алармират за тревожна тенденция на нарастване на заплахата: **12%** в Дания сред **15-17-годишните** и **17,4%** сред **18-24 годишните** (2022г).*

Срещу този опасен здравен феномен, първо се отговаря на въпросите: „*Какво знаете за рисковете от тютюнопушенето за вашето здраве?*“; „Желаете ли да станете непушач?“; „*Кое ви тревожи най-много?“. Най-честите опасения включват набора*: никотинов глад, стрес, посягане към цигара, пропушване, спиране на пушенето, страх от напълняване, изолираност, астма, хронична обструктивна белодробна болест, болести на сърцето и мозъка, рак.

Логиката предполага вземане на осъзнатото решение: „Трудно е, но знам, че и в дигиталната ера мога да се справя с помощта на семейния лекар, терапевти и здравни специалисти.“ Решенията зависят от нивото на личната и обществена здравна осведоменост относно: „**Никотин - заместителна терапия“, с лечебно прилагане на никотин, през кожата, лигавиците на носа и устната кухина, а не в белите дробове“.** Такива са дозирани *никотинови лепенки, дъвки, бонбони, спрейове за нос, инхалатори и други проверени практики на здравеопазването*. Изборът за преодоляване на проблема е лична отговорност.

РЗИ-Софийска област

Дирекция Обществено здраве

Отдел Профилактика на болестите и промоция на здравето