

**Всемирный день некурения.
Профилактика онкологических заболеваний.
17 ноября 2016 года**

Ежегодно по инициативе Международного союза по борьбе с раком в третий четверг ноября проводится День некурения. Республиканская антитабачная информационно-образовательная акция, инициированная Министерством здравоохранения Республики Беларусь, приуроченная к этому дню, пройдет в нашей стране с 14 по 17 ноября 2016 года.

Целью проведения акции является повышение уровня информированности населения в отношении пагубных последствий для здоровья потребления табака и воздействия табачного дыма, формирование у гражданского общества поддержки мер, направленных на борьбу с потреблением табака в соответствии с положениями Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака (РКБТ ВОЗ).

В рамках акции запланировано проведение пресс-конференций и «круглых столов», выступлений в СМИ по вопросам профилактики табакокурения с привлечением представителей организаций здравоохранения, учреждений образования, культуры, спорта и туризма, правоохранительных органов, общественных организаций; дней открытой информации, консультирования населения в учреждениях здравоохранения республики по вопросам профилактики табакокурения. Министерством здравоохранения инициировано проведение в органах государственного управления и подведомственных им организациях информационно-образовательных мероприятий, приуроченных к Всемирному Дню некурения. Организована трансляция социальной рекламы по профилактике табакокурения на каналах радио и ТВ.

Употребление табака является самой значительной предотвратимой причиной смерти, и в настоящее время, по данным ВОЗ, приводит к смерти каждого десятого взрослого человека в мире. По данным республиканского социологического исследования, проведенного в 2015 году, в республике курит 27,9% (в 2001г – 41,6%) населения в возрасте 16 лет и старше, из них: постоянно курит 17,8%, от случая к случаю – 10,1%. Доля респондентов, бросивших курить, составила 14,6%, из них 10,4% отказались от курения более 2-х лет назад, 4,2% – в течение последних 2-х лет. С 2001 года распространенность курения снизилась почти на 14 %.

Доля курящих мужчин составляет 43%, доля курящих женщин – 15,6%. Доля тех, «кто курит постоянно», в группе мужчин составляет 30,6%, в группе женщин – 7,2%; доля курящих «от случая к случаю»

среди мужчин составила 12,4%, среди женщин – 8,4%. В течение последних 1-2 лет смогли отказаться от курения 5,4% мужчин, 3,3% женщин.

По данным Международного союза по борьбе с раком (UICC) сегодня 30% всех случаев смерти от рака связаны с курением. Сокращение потребления табака наполовину даст возможность сохранить 170 миллионов жизней к 2050 году.

Курильщики теряют около 18 лет потенциальной жизни, это является огромной социальной потерей для нашего общества. Табачный дым вызывает и обостряет многие болезни, действуя практически на все органы. А продукты табачного происхождения вместе с другими канцерогенными веществами – главная причина возникновения онкологических заболеваний. Курение провоцирует развитие 18 форм рака у человека: рак легкого, пищевода, гортани и полости рта, мочевого пузыря, поджелудочной железы, почки, желудка, молочной железы, шейки матки и др. Кроме высокого риска возникновения различных форм злокачественных новообразований, продолжение курения негативно сказывается на проведении специального лечения при возникновении этих заболеваний. Установлено, что у курящих пациентов, по сравнению с некурящими, сокращается продолжительность жизни, возрастает риск рецидива или возникновения второй опухоли, снижается эффективность лечения, качество жизни. Прекращение курения гарантирует снижение заболеваемости.

Курение наносит существенный вред здоровью курильщика. Табачный дым опасен не только для курильщика, но и для тех, кто находится с ним рядом. Все еще значительная часть населения подвержена пассивному курению. В воздухе вокруг курящего человека содержится более 40 веществ, которые могут быть причастны к возникновению рака у человека и животных. Особенно страдают дети курящих родителей. Они в большей степени, чем дети, родители которых не курят, подвержены различным инфекциям дыхательных путей, есть информация о повышенном риске возникновения лимфом у таких детей.

По данным социологического исследования более половине опрошенных приходится находиться рядом с курящими в различных местах (на остановках общественного транспорта, в организациях общественного питания, на работе, в гостях, дома, и т.д.), тем самым, выступая в роли пассивного курильщика. Поэтому особое внимание при проведении акции будет уделено ограничению курения в организациях общественного питания и других общественных местах.

Не существует безопасной сигареты и безопасного уровня курения. Единственным наиболее эффективным способом снижения опасности для здоровья остается прекращение курения.

Отказ от курения в любом возрасте оправдан, поскольку:

через 8 часов уровень кислорода в крови возвращается к норме;

через 48 часов человек обретает обоняние и вкус;

через 1 месяц становится легче дышать, исчезают утомление, головная боль;

через 6 месяцев проходят бронхиты, восстановится сердечный ритм;

через 1 год вдвое уменьшается возможность умереть от ишемической болезни сердца;

через 5 лет в 2 раза сокращается вероятность заболеть онкологическими заболеваниями.

Курить или не курить в собственной квартире – это личный выбор каждого. Но курить в общественных местах – значит подвергать окружающих риску, причем значительно большему, чем для самого курильщика. Курение является одной из наиболее распространенных и массовых в мировом масштабе привычкой, наносящей урон как здоровью отдельного человека, так и обществу в целом. В курение вовлечены практически все слои населения и, что наиболее опасно, женщины и юношество. Для тех, кто уже курит, разработана целая система мероприятий по отказу от этой вредной привычки. Однако успех в борьбе с курением будет гарантирован лишь в том случае, если курящие сами придут к осознанному желанию бросить курить.

Прекращение курения даже в среднем и старшем возрасте даёт свой положительный результат: снижается риск возникновения опухолей, связанных с курением (от 5 до 15%), а также инфарктов и инсультов.

Мировой опыт свидетельствует, что добиться значительного снижения распространенности табакокурения возможно только при четком законодательном регулировании, проведении долгосрочных антитабачных программ.

В стране действует ряд нормативных правовых документов, в том числе:

Декрет Президента Республики Беларусь от 17 декабря 2002 г. № 28 «О государственном регулировании производства, оборота и потребления табачного сырья и табачных изделий»;

Закон Республики Беларусь от 10 мая 2007 года № 225-З «О рекламе»;

Кодекс Республики Беларусь об административных нарушениях от 21 апреля 2003 г. N 194-З.

С целью защиты нынешнего и будущих поколений от разрушительных последствий потребления табачных изделий для здоровья, снижения социальных, экологических и экономических последствий потребления табака и воздействия табачного дыма в республике проводится активная работа по профилактике табакокурения. Республика Беларусь ратифицировала РКБТ ВОЗ в 2005 году. РКБТ ВОЗ является основным документом, включающим самые важные направления борьбы против табака в мире, с участием 180 Сторон.

Координатором деятельности по реализации РКБТ в Республике Беларусь является Министерство здравоохранения Республики Беларусь.

РКБТ ВОЗ налагает правовые обязательства на свои Стороны – то есть на страны (и на Европейский союз), которые официально присоединились к договору. В ряду этих обязательств стоят следующие:

- защита политики общественного здравоохранения от коммерческих и других интересов табачной промышленности;
- принятие ценовых и налоговых мер по сокращению спроса на табак; защита людей от воздействия табачного дыма;
- регулирование состава табачных изделий; регулирование упаковки и маркировки табачных изделий;
- предупреждение людей об опасности табака; запрещение рекламы, стимулирования продажи и спонсорства табачных изделий;
- оказание помощи людям в предупреждении их привыкания к табаку;
- контроль за незаконной торговлей табачными изделиями;
- запрет на продажу табачных изделий несовершеннолетним и несовершеннолетними.

В соответствие с РКБТ ВОЗ планируется и проводится ряд мероприятий, охватывающих различные аспекты антитабачной деятельности.

Вместе с тем, по данным социологического исследования более половины респондентов (54,8%) полагают, что есть необходимость в дальнейшем ужесточении мер по борьбе с курением. На протяжении 2012-2015 гг. доля тех, кто выступает за ужесточение мер по борьбе с курением, остается довольно высокой.

Министерство здравоохранения Республики Беларусь активно выступает с инициативами по совершенствованию законодательства в отношении потребления табачных изделий. Среди них – расширение

перечня общественных мест, где курение запрещено, регулирование электронных систем курения, запрет курения в присутствии детей до 14 лет в автомобилях и помещениях.

Только совместные усилия всех заинтересованных, последовательная систематическая работа, направленная на сокращение потребления табачных изделий в нашей стране будут способствовать сохранению и укреплению здоровья граждан Республики Беларусь.

Заместитель директора РНПЦ онкологии и
медицинской радиологии им. Н.Н. Александрова
(по медицинской части), д.м.н., доцент

Н.Н. Антоненкова

Заведующий отделом общественного здоровья
ГУ «Республиканский центр гигиены,
эпидемиологии и общественного здоровья

О.В.Бартман