

31. máj 2013

# „ Svetový deň bez tabaku “

vyhlasuje každoročne Svetová zdravotnícka organizácia



- na Slovensku fajčí 38 percent dospelých ľudí (55 percent mužov a 45 percent žien)
- až 52 percent ľudí do 30 rokov
- fajčenie ohrozuje aj pasívnych fajčiarov a deti.
- pasívne fajčenie spôsobuje veľa závažných detských ochorení a zhoršuje priebeh niektorých chorôb, napríklad astmy
- u dospelých ľudí spôsobuje nielen kardiovaskulárne a respiračné ochorenia

**Podľa WHO tabak v 20. storočí spôsobil smrť 100 miliónov ľudí na celom svete a odhaduje sa, že v 21. storočí to bude až jedna miliarda**

## Pár faktov o fajčení:

- každú 8. sekundu niekto zomrie na svete na chorobu, ktorá je zapríčinená fajčením cigariet
- na prelome storočí zomrelo ročne až 3 milióny obyvateľov pre fajčiarsku závislosť
- na Slovensku predčasne pre fajčenie zomiera ročne 12 000 obyvateľov
- fajčenie je 4. najčastejším rizikovým faktorom pri vývoji ochorení celosvetovo



## Nebezpečné a zdraviu škodlivé zložky cigaretového dymu:

- Nikotín
- Decht
- Potencionálne karcinogény (najmenej 40)
- Oxid uhoľnatý

## Chronické fajčenie zvyšuje riziko vzniku :

1. chronickej obštrukčnej choroby pľúc/ CHOCHP/ , ktorá vzniká dlhodobou inhaláciou škodlivín, najčastejšie cigaretového dymu ,na CHOCHP ročne zomiera takmer tri milióny ľudí , až 50% trpiacich na CHOCHP o svojej chorobe nevie
2. chronickej bronchitídy
3. emfyzému pľúc
4. karcinómu priedušiek a pľúc
5. ischemickej chorobe srdca



## Využite možnosť :

- Kedy ? - dňa 31.5.2013 t.j. v piatok - pracovníci Poradne zdravia RÚVZ Michalovce budú záujemcom na pešej zóne pred Mestským úradom Michalovce vykonávať **analýzu vydychovaného vzduchu** prístrojom Smokerlyzer v čase **od 8.00 do 10.00 hod**
- V čase od 10.30 do 12.30 hod. v Poradni zdravia RÚVZ Michalovce budú klientom v rámci uvedeného dňa poskytovať analýzu vydychovaného vzduchu a taktiež **odborné poradenstvo a cenné rady pri odvykaní od fajčenia**