**«Беларусь против табака»**

С 23 мая по 12 июня 2022 года Гомельский регион примет участие в ежегодной республиканской информационно-образовательной акции «Беларусь против табака».

Табакокурение является медицинской, социальной, экономической проблемой общества. Употребление табака является причиной нетрудоспособности, снижения производительности труда, преждевременной смертности, приводит к возникновению хронических неинфекционных заболеваний: сердечно-сосудистых, респираторных, онкологических, заболеваний пищеварительной, дыхательной, нервной и эндокринной систем, заболеваний половой сферы и репродуктивной системы женщин и мужчин, к ухудшению зрения, наносит вред здоровью кожи и волос и др. Дополнением ко всему - неприятный запах изо рта, от волос, от одежды, желтые зубы, аллергическая реакция глаз от постоянного раздражения дымом, искажение восприятие вкусов и многое другое. В первую очередь курение - это вредная привычка, формирующая зависимость от никотина. Никотин – это яд медленного действия, он разрушает организм изнутри, на протяжении многих лет. Мало того, ведь курильщик губит не только себя, но и окружающих людей. Неслучайно существуют термины «пассивное курение», «вторичный дым», «невольное курение») - вдыхание воздуха вместе с табачным дымом, которое оказывает на некурящего человека такое же негативное воздействие, как и на самого курящего. Человек невольно вдыхает все ядовитые вещества, находящееся в окружающем табачном дыме. Пассивные курильщики в значительной мере подвергаются опасности от выкуренных не ими сигарет. Около 60% сигаретного дыма выделяется в окружающую среду, тем самым обезображивая ее.

По оценкам Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) показатель смертности от болезней, спровоцированных курением, занимает вторую строчку в трагическом рейтинге, т.е. второе место в мире в списке причин преждевременной смерти. Соизмерима ли цена мнимому и минутному удовольствию. Все формы употребления табака вредят здоровью, и безвредной дозы не существует.

В табачном дыме присутствует более 4000 химических веществ, из которых, по меньшей мере, 250 известны как вредные, а более 50 как канцерогены. Среди них находятся цианиды, мышьяк, формальдегид, углекислый и угарный газ, синильная кислота, бензпирен, а также радиоактивные соединения (полоний, цезий, висмут, радий, свинец). Все они, дополняя друг друга действуют на организм разрушающе. Лучший способ избежать вреда от никотина — бросить курить и не разрешать другим людям курить рядом с вами.

Ставшие популярными в последнее время новые формы и виды табачных изделий Вейп, стики iQos и Glo, электронные сигареты, а также никотинсодержащие некурительные смеси (снюс и насвай) - так называемая альтернатива потреблению курительной продукции - тенденция, несущая реальные риски и опасность как для здоровья потребителя, так и для окружающих людей. Пользователи таких изделий подвергаются воздействию токсичных химических веществ, и являются заложниками молниеносного формирования зависимости (привыкания).

Курение губит: здоровье, время, деньги, благополучие семьи и детей, жизнь.

Задачей антитабачной политики нашего государства является осуществление права на жизнь и здоровье человека, будущего поколения,создание здоровьесберегающей среды и благоприятных условий для защиты здоровья граждан от последствий потребления табака и воздействия табачного дыма путем реализации мер, направленных на снижение потребления табака и уменьшение его воздействия на человека.

Основным принципом осуществления антитабачной политики является то, что каждый человек имеет право на чистый воздух и должен быть полностью проинформирован в отношении потребления табака.

Утверждение здорового образа жизни - важная общегосударственная задача. Всеми силами способствовать ее решению - долг всех людей, каждого жителя нашей страны.

 В период проведения акции получить консультации по вопросам профилактики табакокурения можно в следующих учреждениях:

**!** **учреждение «Гомельский областной клинический кардиологический центр»** 1 кардиологическое отделение – 30.05, 03.06 по тел. 8 (0232) 49-17-69; 2 кардиологическое отделение 01.06 по тел. 8 (0232) 49-17-99; 3 кардиологическое отделение 23.05, 25.05, 27.05 – по тел. 8 (0232) 49-18-02.

**! учреждение «Гомельский областной клинический онкологический диспансер»** поликлиническое отделение **-** 26.05, 30.05 по тел. 8 (0232) 49-11-72 с 14.00 до 16.00.

**! учреждение «Гомельский областной наркологический диспансер»** отделение наркологической помощи подросткам с 10.00 до 12.00 по тел. 8 (0232) 53-34-34 в мае - 23, 25, 27 и 30 числа, в июне - 1, 3, 6, 8 и 10 числа; диспансерное отделение с 14.00 до 15.30 по тел. 8 (0232) 34-01-66 в мае - 24, 26, 31 числа, в июне - 2, 7, 9 числа.

**! государственное учреждение «Гомельский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»** с 23 мая по 12 июня с 10.00 до 11.00 по тел. 8 (0232) 33-57-24, 33-57-29.