21 НОЕМВРИ 2024 г. - МЕЖДУНАРОДЕН ДЕН БЕЗ ТЮТЮНОПУШЕНЕ



„Месец без никотин! Изборът е твой!“

За поредна година Министерството на здравеопазването предстои да отбележи Международния ден без тютюнопушене с редица прояви в страната срещу никотиновата зависимост и за мотивация на активните пушачи за отказване от нея. Мотото на националната кампания е **„Месец без никотин! Изборът е твой!"**

По традиция денят се отбелязва всеки трети четвъртък на месец ноември, който през 2024 г. е на 21 ноември. Историята за отбелязване на Международния ден без тютюнопушене започва от 1971 година, в град Рандолф, САЩ американецът Артър Р. Мълейни убедил своите съграждани да спрат да пушат поне за един ден. По този начин те спестили средствата, изразходвани за ежедневната им нужда от цигари, и с тях основали фонд към местното училище за отпускане на стипендии. Денят се чества от 1977 г. по инициатива на Американската общност за борба с рака.

Тютюнопушенето е сред водещите рискови за здравето фактори и една от основните предотвратими причини за възникналите хронични незаразни болести, смърт и инвалидност. Всяка година употребата на тютюн убива над 8 милиона души по света.

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), а тютюнопушенето, като рисков фактор за здравето води до сърдечносъдови, ракови, белодробни, мозъчни и други тежки заболявания.

Проблемът с тютюнопушенето сред подрастващите продължава да е актуален. Резултатите от изследването показват, че 26.3% от анкетираните са правили опити да пушат цигари, с незначителен превес на момичетата (26.8%) над момчетата (25.6%). Почти всяко пето дете е настоящ пушач, като относителният дял на момичетата е малко по-висок (17.3% срещу 16.4%). Разпределението по възрастови групи показва, че тютюнопушенето е много по-разпространено сред 15-19-годишните (31.4%), отколкото сред тези на 10-14 години (4.0%). Сред пушачите и в двете възрастови групи преобладават момичетата, макар и незначително.

Дейностите по повод 21 ноември и тази година ще бъдат насочени към преодоляване на тютюневата зависимост и за мотивация на активните пушачи за отказване от нея.

Регионална здравна инспекция – Разград организира информационно-скринигова кампания под мотото „Месец без никотин! Изборът е твой!" през периода 11 - 22 ноември 2024 г. , като планира следните дейности:

1. Здравно - образователни обучения с мултимедийни презентации за негативните последствия от тютюнопушенето сред деца и ученици от детски и учебни заведения на Разградска област.

2. Популяризиране на дейностите на Кабинета за консултиране и отказване от тютюнопушене към РЗИ – Разград:

- ✓ безплатно измерване на въглероден монооксид в издишания въздух и количеството на карбоксихемоглобин в кръвта при пушачи чрез апарат Smoker lyzer;
- ✓ демонстрации с пушещата кукла Сю;
- ✓ консултиране на пушачи за преодоляване на тютюневата зависимост;

3. Разпространение на здравно - образователни материали в училища и други подходящи обекти;

4. През целия месец ноември 2024 г. всеки пушач може да се консултира безплатно как да откаже тютюнопушенето на Националната телефонна линия за отказване от тютюнопушенето 0700 10 323, както и в **Кабинета за консултиране и отказване от тютюнопушене към** РЗИ-Разград, след предварително записване на **телефон 084/ 611 151.**