



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГБУ РО «МЕДИЦИНСКИЙ
ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР»
ИНН 6166052727
ОГРН 1056163019846
344029, г. Ростов-на-Дону, пр. Сельмаш, 14
Тел. (863) 218-58-81
E-mail: miacrost@miacrost.ru
WWW-сайт: www.miacrost.ru

Главным врачам ЦГБ, ЦРБ,
РБ, ГП, ДГП,
Руководителям центров
здравья

10 Ноябрь № 22.05-444/18

Уважаемые коллеги!

ГБУ РО «МИАЦ» и ГБУ РО «Наркологический диспансер» информирует, что ежегодный Международный день отказа от курения проводится в 2023 году 16 ноября.

Цель Международного дня отказа от курения – снизить распространенность этой пагубной привычки, а также привлечь к борьбе с курением представителей различных организаций, социальных слоев, медицинских работников. Этот день также призван повысить осведомленность граждан о вреде курения.

Согласно данным ВОЗ, курение является причиной 85% смертельных исходов от рака легких, бронхов, трахеи, 16% от ишемической болезни сердца, 26% смертей от туберкулеза, 24% инфекций нижних дыхательных путей.

Основные факты о табаке:

- табак убивает почти половину употребляющих его людей.
- От табака умирает более 8 миллионов человек в год, в том числе 1,3 миллиона некурящих, подверженных воздействию вторичного табачного дыма.
- Из 1,3 миллиарда потребителей табака в мире 80% проживают в странах с низким и средним уровнем дохода.

В России антитабачная программа действует уже более 10 лет (с 2013г.) и все это время распространенность курения снижалась. Одно из больших достижений - благодаря запрету курить в общественных местах ситуация с пассивным курением улучшилась в три-пять раз. В настоящий момент, по сравнению с 2010 годом, когда доля курящих составляла почти 40% взрослого населения, по данным опроса ВЦИОМ в нашей стране курит около 30% населения.

Благодаря хорошей осведомленности населения о вреде курения для здоровья и доступных методах избавления от этой вредной привычки, многие граждане стремятся избавиться от пагубной никотиновой зависимости.

В связи с этим, врачи всех специальностей должны информировать пациентов о вреде курения, последствиях употребления табака и способах отказа от курения всеми доступными методами. Большинство курильщиков впервые пробуют табачную продукцию еще в подростковом возрасте, поэтому важно уберечь молодое поколение от желания начать курить. Детям и подросткам необходимо прививать понимание ценности здоровья и здорового образа жизни. Ранняя профилактика достаточно эффективна, так как табачная зависимость еще не сформирована и отсутствуют стереотипы поведения.

В последние годы Минздрав России расширил спектр помощи людям, желающим бросить курить, включая создание специальной "горячей" телефонной линии. Каждый россиян может получить бесплатный совет по отказу от курения, обратившись на государственную горячую линию по телефону 8 800 200 0 200.

В Ростовской области вопросами профилактики и лечения табачной зависимости занимается ГБУ РО «Наркологический диспансер». Желающим отказаться от никотиновой зависимости предлагается лечение с использованием медикаментозных, психотерапевтических и акupунктурных методик. На вопросы, связанные с курением ответят по т. 8 (863) 240-60-70.

Информацию о проделанной работе просим направить на адрес электронной почты: prof@miacrost.ru до 23.11.2023г.

ПРИЛОЖЕНИЕ: Пресс-релиз к 16.11.2023г.

И.о. начальника ГБУ РО «МИАЦ»



Главный врач ГБУ РО «НД»



Пресс-релиз к Всемирному дню отказа от курения

Международный день отказа от курения отмечается каждый третий четверг ноября. В 2023 году он выпадает на 16 ноября. Праздник возник в 1977 году по инициативе Американского онкологического общества и со временем стал международным.

Цель Дня отказа от курения - способствовать снижению распространенности табачной зависимости, вовлечение в борьбу против курения всех слоев населения и врачей всех специальностей, профилактика табакокурения и информирование общества о пагубном воздействии табака на здоровье. В этот день устраиваются акции по отказу от курения, ведутся тематические передачи в теле и радио эфире, проходят спортивные соревнования, викторины и другие мероприятия по пропаганде здорового образа жизни.

В Донском регионе растет количество граждан, желающих расстаться с никотиновой зависимостью и вести здоровый образ жизни. Вопросами профилактики и лечения табачной зависимости в области занимается ГБУ РО «Наркологический диспансер». В 2022г. за помощью в отказе от курения к специалистам обратились 9812 человек, с начала 2023г. – более 8 000 человек.

В арсенале специалистов наркологической службы многообразие современных программ и проектов по профилактике табакокурения, которые получили высокую оценку на региональном и федеральном уровнях. Курильщикам предлагается лечение никотиновой зависимости с использованием медикаментозных, психотерапевтических и акupунктурных методик. На вопросы, связанные с отказом от курения ответят по тел. 8 (863) 240-60-70.

Также в Донской столице будет проходить программа для желающих бросить курить «Бездымная жизнь». Курс рассчитан на шесть дней. Занятия будут проводить специалисты областного наркологического диспансера. Курильщикам расскажут, как пережить трудный период отказа от никотина, как справляться со стрессом без сигарет, что делать, чтобы тяга к табаку не вернулась и как вести себя после срыва, чтобы вновь не закурить. Участников программы будут консультировать психиатр-нарколог, медицинский психолог и специалист по социальной работе. Программа «Бездымная жизнь» будет проходить с 28 ноября по 3 декабря с 18.30ч в Донской публичной библиотеке (ул.Пушкинская, 175а).

Международный день отказа от курения – это идеальная дата для начала свободной жизни без никотина!