

SVETOVNI DAN BREZ TOBAKA 2019

»Brez tobaka za zdravje pljuč«

Spoštovani.

Svetovni dan brez tobaka vsako leto obeležujemo 31. maja. Uporabi tobaka in pasivnemu kajenju (izpostavljenosti tobačnemu dimu drugih) pripisujemo veliko breme bolezni in prezgodnjih smrti, zato na ta dan po vsem svetu opozarjamo na hude posledice obeh, spodbujamo k opustitvi uporabe tobačnih izdelkov, zmanjševanju pasivnega kajenja ter spomnimo na ukrepe, ki zmanjšujejo uporabo tobaka in tako varujejo zdravje ljudi.

Letošnji Svetovni dan brez tobaka obeležujemo pod geslom »**Brez tobaka za zdravje pljuč**«. Tobačni dim ima hude posledice na zdravje pljuč kadilca in nekadilca v vseh življenjskih obdobjih. Je vodilni vzrok pljučnega raka in kronične obstruktivne pljučne bolezni. Še nerojeni otroci, izpostavljeni tobačnemu dimu zaradi kajenja matere ali njenega pasivnega kajenja, pogosto izkusijo zmanjšano rast pljuč in zmanjšanje pljučnih funkcij, majhni otroci pa imajo zaradi pasivnega kajenja zvišano tveganje za astmo ali njeno poslabšanje, pljučnico, bronhitis in pogoste okužbe spodnjih dihal. Čim zgodnejša opustitev kajenja oziroma izogibanje pasivnemu kajenju je ključno za ohranitev zdravja pljuč ali izboljšanje, kadar je zdravje pljuč že okvarjeno.

V Sloveniji še vedno kadi znaten delež prebivalcev, tobačnemu dimu so izpostavljeni številni nekadilci. Zdravstveni delavci imate ključno vlogo pri preprečevanju in zmanjševanju uporabe tobaka in pasivnega kajenja. Vabimo vas, da se pridružite našim prizadevanjem za preprečevanje in zmanjševanje kajenja. To lahko storite na številne načine in z izvedbo različnih aktivnosti, kot so ozaveščanje o škodljivosti uporabe tobaka in pasivnega kajenja, rutinsko preverjanje kadilskega statusa vaših pacientov, rutinsko preverjanje pasivnega kajenja, spodbujanje k opuščanju kajenja, spodbujanje k vzpostavitvi pravil glede kajenja v zasebnih zaprtih prostorih in zasebnih prevoznih sredstvih, spodbujanje spoštovanja in prijavljanja kršitev obstoječe zakonodaje ter podporo učinkovitim ukrepom za zmanjševanje razširjenosti in posledic uporabe tobaka.

Prepričani smo, da lahko s skupnimi močmi pomembno zmanjšamo razširjenost in posledice kajenja ter tako izboljšamo zdravje prebivalcev Slovenije.

S spoštovanjem.

Nacionalni inštitut za javno zdravje

Na spletni strani Nacionalnega inštituta za javno zdravje (www.nijz.si) lahko najdete objave s področja kajenja v zavihku Področja dela/Kajenje (<http://www.nijz.si/sl/podrocja-dela/moj-zivljenjski-slog/kajenje>) ali pa v zavihku Publikacije (<http://www.nijz.si/sl/publikacije>), področje kajenje. Vabljeni na spletno stran Nacionalnega inštituta za javno zdravje.