

19 ноября Всемирный день некурения. Профилактика онкологических заболеваний.

«День отказа от курения» отмечается в третий четверг ноября. Он был установлен Американским онкологическим обществом в 1977 году. Эксперты ВОЗ подсчитали, что в развитых странах примерно треть всех опухолей человека и смертей от рака связано с курением. Неутешительны прогнозы специалистов и на будущее. В Беларуси, по статистике, в возрасте 30-40 лет вредная зависимость есть у 64% мужчин и 15% женщин.

Целью проведения этого мероприятия является повышение уровня информированности населения в отношении пагубных последствий потребления табака, приводящих к возникновению зависимости и ряда серьезных заболеваний.

Давно известна связь курения с раком губы, языка, гортани, бронхов и легких, так как табачный дым напрямую воздействует на них. Но кроме этого канцерогенные химические соединения табачного дыма, всасываясь в легких в кровь, разносятся по всему организму, вызывая рак пищевода, желудка, поджелудочной железы, печени, мочевого пузыря, почки и других органов. Кроме химических веществ, повреждающее действие оказывает и температура дыма, которая весьма велика при затяжке.

Рак чаще развивается там, где имеет место хроническое воспаление, именно поэтому у курильщиков чаще бывает рак.

Способность табакокурения вызывать злокачественные новообразования многократно доказана, как в экспериментах на животных, так и в многочисленных исследованиях заболеваемости в человеческой популяции.

Ученые предсказывают резкий всплеск онкологии у женщин. В последнее время женщины уверенно догоняют мужчин в пристрастии к табаку. Молодые девушки не задумываются о том, что курение негативно отразится не только на их внешности и здоровье, но и на здоровье их будущих детей - генофонде нации. Не все девушки знают, что количество женских половых клеток дано им от рождения и они не обновляются. А канцерогенные компоненты табачного дыма накапливаются в этих клетках и снижают способность к оплодотворению. Беременным женщинам категорически противопоказано не только курение, но и пребывание в накуренных помещениях, в связи с высокой чувствительностью плода к канцерогенным веществам табачного дыма и вследствие этого высоким риском развития у детей злокачественных опухолей и уродств.

Не менее опасно пассивное курение. Курящие люди ежедневно ставят под угрозу жизнь и здоровье окружающих, которые становятся пассивными курильщиками. Сегодня сплошь и рядом можно увидеть, как молодые родители одновременно дымят и ведут ребенка за руку или везут его в коляске. О каком

здоровье может идти речь? Дым, струящийся от зажженной сигареты,— это не тот же дым, который вдыхает курящий. Этот неотфильтрованный «побочный» дым, содержит в пятьдесят раз больше вредных веществ, чем дым, вдыхаемый через сигарету. Хотя некурящие обычно не вдыхают побочный дым в таких количествах, как курящий, но этой концентрации оказывается достаточно, чтобы оказать значительное воздействие на здоровье ребенка.

Государство несет огромные расходы, на диагностику и лечение болезней, причинно связанных с табакокурением. Помимо значительных расходов на здравоохранение нужно отметить, что табак убивает людей в самый продуктивный период их жизни, лишая семьи их кормильцев, а государство — здоровой рабочей силы.

Отказ от курения снижает риск умереть от рака или других причин, вызванных этой вредной привычкой. Курение ухудшает наше здоровье, порабощает нас, вредит окружающим и во многих случаях приводит к быстрому старению и ранней смерти.

В рамках акции запланировано проведение «круглых столов», выступлений в СМИ по вопросам профилактики табакокурения с привлечением представителей организаций здравоохранения, учреждений образования, культуры, спорта и туризма, общественных организаций; дней открытой информации; консультирования населения в учреждениях здравоохранения по вопросам профилактики табакокурения.

Врач-валеолог Войтешонок Н.И.