

31 мая

Всемирный день без табака





Всемирный день без табака празднуется во всем мире каждый год **31 мая**

Государства - члены Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) учредили Всемирный день без табака в 1987 году, чтобы привлечь глобальное внимание к табачной эпидемии и поддающимся предотвращению смертям и болезням, которые она вызывает

Перед мировым сообществом поставлена задача - добиться, чтобы в XXI веке проблема табакокурения исчезла

Это ежегодное событие информирует общественность об опасностях потребления табака, методах продвижения товара, используемых табачными компаниями, о том, что делает ВОЗ для борьбы с табачной эпидемией, и что люди во всем мире могут сделать, чтобы добиваться своего права на здоровье и здоровую жизнь и защитить будущие поколения.



- 1. В стране от болезней, связанных с курением, ежегодно умирают около 15,5 тысячи человек.**
- 2. Среди курящих мужчин около 64% и 20% женщин в возрасте старше 15 лет. Число курильщиков продолжает расти.**

По данным социологического исследования, в настоящее время курит треть взрослого населения страны (32,3 %).

Самый высокий процент курящих (43,1 %) отмечен в возрастной группе от 16 до 29 лет.

Среди учащихся 1-4-х классов пробовали курить 1,8 %, в настоящее время курят 0,7 %. В 5-8-х классах пробовали курить 15,2 % школьников, курят сейчас 2,8 %.

Среди старшеклассников в 9-11-х классах курят 14,9 %.

Благодаря работе по профилактике табакокурения 19,7 % старшеклассников бросили курить.



Бросить курить нелегко

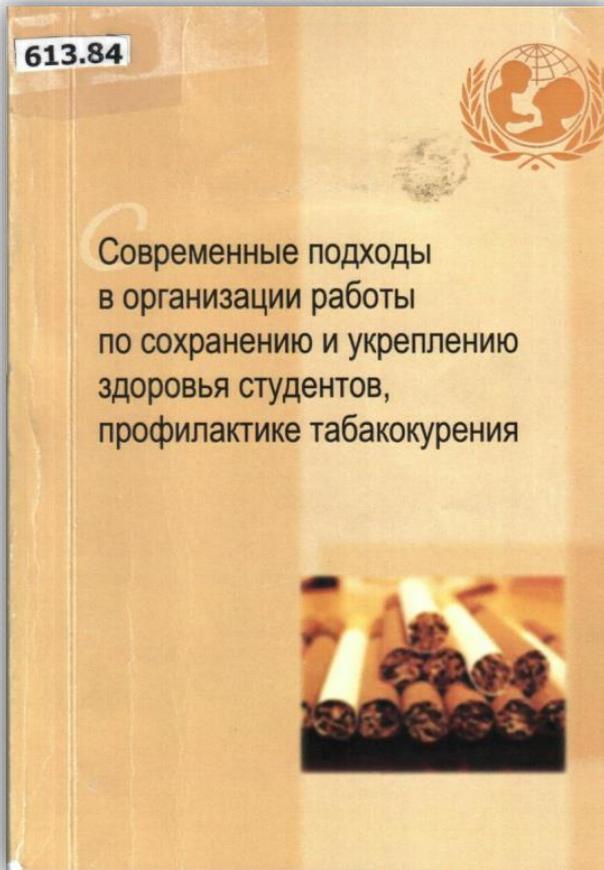
Никотин вызывает сильную зависимость, и все мы знаем людей, которые попытались бросить, но всего лишь через несколько месяцев снова начали курить

Сегодня мы знаем о существовании успешных и эффективных методах лечения, а также средствах, заменяющих никотин. Они должны стать более широко доступны, а их стоимость также должна снижаться, чтобы курильщики во всех странах могли себе позволить приобрести их.

Хорошей новостью является то, что можно обрести существенные преимущества для здоровья, бросив курить в любом возрасте. Те, кто бросил курить в возрасте 30-35 лет, имеют продолжительность жизни, подобную той, что и никогда не курившие люди.



Книги по теме



В издании освещаются современные подходы в организации работы по сохранению и укреплению здоровья студентов, профилактике табакокурения и иного зависимого поведения.

Адресуется педагогическим работникам из числа профессорско-преподавательского состава, научным работникам, организаторам воспитательного процесса и руководителям учреждений высшего образования.

Книги по теме



В пособии освещены мнения различных специалистов по проблеме табакокурения и современные методы заместительной терапии и лечения никотиновой зависимости.

Данное пособие предназначено для медицинских работников, занимающихся вопросами пропаганды здорового образа жизни и профилактики вредных пристрастий.

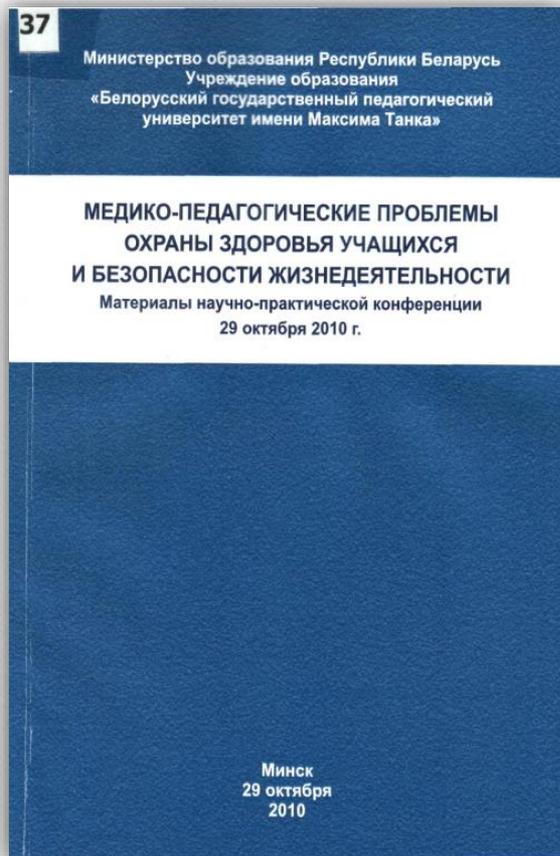
Книги по теме



В этой книге доктор Сайдман рассказывает, как можно перепрограммировать свое сознание, с максимальной отдачей использовать все имеющиеся в своем распоряжении средства и к концу месяца полностью избавиться от никотиновой зависимости.

Для широкого круга читателей.

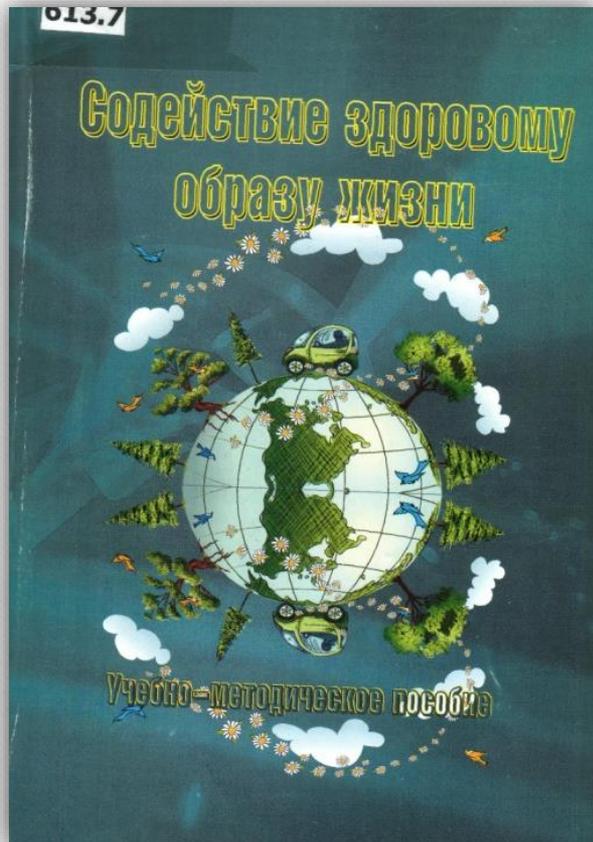
Книги по теме



В сборнике представлены материалы по медико-педагогическим проблемам охраны здоровья учащихся.

*Адресуется преподавателям, аспирантам,
студентам гуманитарных ВУЗов.*

Книги по теме



В учебно-методическом пособии рассмотрены вопросы сохранения здоровья в подростковом возрасте, определены методологические основы обучения здоровому образу жизни.

Адресовано педагогам и учащимся учреждений профессионально-технического и среднего образования и может быть использовано работниками социально-педагогической и психологической служб.

**Берегите себя и своё
здоровье!**

