



**31 мая - 21 июня 2019 года**

**В РАМКАХ РЕСПУБЛИКАНСКОЙ АКЦИИ**

# **БЕЛАРУСЬ** ПРОТИВ **ТАБАКА**

на Брестчине проходит антитабачная  
информационно-образовательная акция  
ПОД ДЕВИЗОМ:

*Табак и здоровье легких*

**КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ**  
по вопросам профилактики и борьбы с табакокурением



Учреждение здравоохранения  
“Брестский областной наркологический диспансер”

**31 МАЯ - 21 ИЮНЯ**

**ВРАЧ-ПСИХОТЕРАПЕВТ 8 (0162) 53-47-02**

*Звонить в рабочие дни с 13.00 до 19.00*

Государственное учреждение “Брестский областной центр  
гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья”

**31 МАЯ - 14 ИЮНЯ**

**ПСИХОЛОГ 8 (0162) 20-15-55**

*Звонить в рабочие дни с 9.00 до 12.00*

**3 ИЮНЯ - 21 ИЮНЯ**

**ВРАЧ-ВАЛЕОЛОГ 8 (0162) 97-43-63**

*Звонить в рабочие дни с 16.00 до 18.00*

**С 27 ИЮЛЯ 2019 ГОДА  
ЗАПРЕЩАЕТСЯ**



**курение (потребление) табачных изделий,  
за исключением мест, специально предназначенных для этой цели!**

В торговых объектах  
и объектах бытового  
обслуживания населения,  
торговых центрах  
и на рынках.



В объектах общественного питания,  
на территории летних площадок  
(продолжений залов).



В помещениях и на территориях, занимаемых государственными органами, организациями культуры и здравоохранения, санаторно-курортными и оздоровительными организациями, организациями, оказывающими услуги связи, социальные, банковские, страховые, гостиничные и иные услуги, а также организациями, индивидуальными предпринимателями, которым в соответствии с законодательством Республики Беларусь предоставлено право осуществлять образовательную деятельность.

В помещениях, предназначенных для приема граждан, в том числе по вопросам осуществления административных процедур.

В производственных зданиях (помещениях).

В помещениях и на территориях железнодорожных станций, предназначенных для обслуживания пассажиров железнодорожного транспорта общего пользования.



В помещениях пассажирских терминалов автомобильного транспорта, портов и аэропортов.



На морских судах,  
судах смешанного (река-море) плавания.



На территориях и в помещениях, занимаемых организациями физической культуры и спорта, физкультурно-спортивными сооружениями.

В границах территорий,  
занятых пляжами.



Государственное учреждение «Брестский областной центр гигиены,  
эпидемиологии и общественного здоровья»  
Брест, 2019

**Помните!  
Курение вредит вашему  
здоровью!**

# ГДЕ НЕЛЬЗЯ КУРИТЬ?

В Республике Беларусь разработан и действует ряд нормативных документов, которыми можно воспользоваться, чтобы защитить себя и своих близких от табака.

## До 27 июля 2019 года

Декрет Президента Республики Беларусь от 17.12.2002 №28 «О государственном регулировании производства, оборота, рекламы и потребления табачного сырья и табачных изделий»

### Запрещается

курение (потребление) табачных изделий:

-  в учреждениях (организациях) здравоохранения, культуры, образования, спорта, на объектах торговли и бытового обслуживания населения;
-  на объектах общественного питания, кроме объектов, реализующих табачные изделия и имеющих предназначенные для обслуживания граждан (потребителей) помещения с действующей системой вентиляции;
-  в помещениях органов государственного управления, местных исполнительных и распорядительных органов, организаций;
-  на всех видах вокзалов, в аэропортах, подземных переходах, на станциях метрополитена;
-  во всех видах общественного транспорта, вагонах поездов, на судах, в самолетах, за исключением поездов дальнего следования, пассажирских судов и самолетов, в которых предусмотрены места, специально предназначенные для курения.



## С 27 июля 2019 года

Декрет Президента Республики Беларусь от 24.01.2019 №2 «Об изменении декретов Президента Республики Беларусь»

### Запрещается

курение (потребление) табачных изделий, использование электронных систем курения, систем для потребления табака:

-  в лифтах и вспомогательных помещениях многоквартирных жилых домов, общежитий;
-  на остановочных пунктах на маршрутах автомобильных перевозок пассажиров и перевозок пассажиров городским электрическим транспортом, на посадочных площадках, используемых для посадки и высадки пассажиров;
-  во всех видах транспорта общего пользования, за исключением морских судов, судов смешанного (река-море) плавания;
-  в помещениях и на территориях, занимаемых учреждениями образования, организациями, реализующими образовательные программы послевузовского образования;
-  на территориях и в помещениях, занимаемых спортивно-оздоровительными и иными лагерями;
-  в подземных переходах, на станциях метрополитена;
-  на рабочих местах, организованных в помещениях;
-  в автомобилях, если в них присутствуют дети в возрасте до 14 лет;
-  на детских площадках;
-  в иных местах, определенных законодательными актами Республики Беларусь.

**Защити свое право дышать свежим воздухом, свободным от табака!**





## Табак и здоровье легких – Всемирный день без табака

31 мая 2019 г.

Ежегодная антитабачная кампания служит поводом для широкого информирования о вредных и смертельных последствиях употребления табака и пассивного курения, а также содействия сокращению употребления табака в любой форме.

Тема Всемирного дня без табака 2019 г.: «**Табак и здоровье легких**». Кампания призвана повысить осведомленность людей:

о пагубных последствиях употребления табака для легких человека, от рака до хронических респираторных заболеваний;

о важнейшей роли легких для здоровья и благополучия каждого человека.

Еще одна задача кампании — призвать заинтересованные стороны из различных секторов к практическим действиям, убедить их в необходимости эффективных мер по сокращению употребления табака и привлечь к борьбе за победу над табаком.

Курение табака и воздействие вторичного табачного дыма повышают риск развития множества заболеваний. В частности, активное и пассивное курение сказывается на здоровье легких и может вызывать такие болезни, как **рак легких**: с курением связаны более двух третей всех смертей от рака легких в мире, а воздействие вторичного табачного дыма повышает риск развития рака легких у некурящих. В большинстве стран Европейского региона ВОЗ рак легких является ведущей причиной смерти от онкологических заболеваний. В 2018 г. от рака легких в Регионе умерли приблизительно 430 000 человек, и в этот же период было диагностировано больше полумиллиона новых случаев болезни. Снизить риск развития рака легких можно, отказавшись от курения: через 10 лет после отказа от курения риск уменьшается примерно в два раза.

**Хронические респираторные заболевания**, такие как хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ) и астма: курение табака – главная причина развития ХОБЛ, которая характеризуется болезненным кашлем и мучительно затрудненным дыханием. Также курение приводит к обострению астмы, ограничивающей подвижность человека и способной привести к инвалидности. Согласно последним данным, в 2017 г. на ХОБЛ приходилось 3,6% всей смертности в Европейском регионе. Скорейший отказ от курения – это самый эффективный способ замедлить развитие ХОБЛ и смягчить течение астмы.

**Последствия, связанные с табакокурением, имеют место на различных этапах жизни.** У младенцев, подвергшихся внутриутробному

воздействию токсинов табачного дыма в результате курения матери или ее контакта с вторичным табачным дымом, нередко наблюдается замедление роста и функционального развития легких. Детям младшего возраста, подвергающимся воздействию вторичного табачного дыма, угрожают возникновение и обострение астмы, пневмонии и бронхита, а также частые инфекции нижних дыхательных путей. Согласно оценкам, от инфекций нижних дыхательных путей, вызванных пассивным курением, в мире умирают 165 000 детей, не достигших 5 лет. Те, кто доживают до взрослого возраста, продолжают ощущать воздействие вторичного табачного дыма на свое здоровье, поскольку частые инфекции нижних дыхательных путей в раннем детстве значительно повышают риск развития ХОБЛ во взрослом возрасте.

Хорошо доказана связь между курением и туберкулезом (ТБ): в состав табачного дыма входят химические вещества, которые могут провоцировать латентную инфекцию ТБ. У людей с активной формой туберкулеза курение увеличивает риск инвалидности и смерти вследствие дыхательной недостаточности.

Табачный дым представляет собой крайне опасную форму загрязнения воздуха: в нем содержится более 7 000 химических веществ, из которых 69 веществ входят в число известных канцерогенов. Каким бы незаметным и лишенным запаха ни был табачный дым, он может задерживаться в воздухе в течение почти пяти часов, подвергая присутствующих риску развития рака легких, хронических респираторных заболеваний и снижения легочной функции.

**Вторичный табачный дым убивает.** Это дым, заполняющий рестораны, офисы или другие закрытые помещения, где люди сжигают такие табачные изделия, как сигареты, биди и кальяны. В табачном дыме присутствует более 4000 химических веществ, из которых, по меньшей мере, 250 известны как вредные, а более 50 как канцерогены. Безопасного уровня воздействия вторичного табачного дыма не существует.

Среди взрослых людей вторичный табачный дым вызывает серьезные сердечно-сосудистые и респираторные заболевания, включая ишемическую болезнь сердца и рак легких. Среди детей грудного возраста он вызывает внезапную смерть. У беременных женщин он приводит к рождению детей с низкой массой тела.

Почти половина детей регулярно дышат воздухом, загрязненным табачным дымом в местах общественного пользования.

Вторичный табачный дым является причиной более 890 000 случаев преждевременной смерти в год.

В 2004 году на долю детей приходилось 28% всех случаев смерти, связываемых с вторичным табачным дымом.

Более 1,3 миллиарда человек, или 18% населения мира, защищено всесторонними национальными законами по обеспечению среды, свободной от табачного дыма.

Необходимо, чтобы каждый человек мог дышать воздухом, свободным от табачного дыма. Законы по обеспечению среды, свободной от табачного дыма, защищают здоровье некурящих людей, пользуются популярностью, не вредят бизнесу и способствуют тому, чтобы курильщики бросали курить.

Кампания по случаю Всемирного дня без табака 2019 г. призвана повысить осведомленность в следующих вопросах:

риски, связанные с курением табака и воздействием вторичного табачного дыма;

информация о конкретных опасностях табакокурения для здоровья легких;

глобальные масштабы смертности и заболеваемости от болезней легких, вызванных табаком, включая хронические респираторные заболевания и рак легких;

новые фактические данные о связи между курением табака и смертностью от туберкулеза;

последствия воздействия вторичного дыма для здоровья легких людей различного возраста;

важная роль здоровья легких для достижения общего здоровья и благополучия;

возможные действия и меры, которые могут быть приняты ключевыми сторонами, включая общественность и государственные органы, для уменьшения связанных с табаком рисков для здоровья легких.

Наиболее действенной мерой по улучшению состояния легких является сокращение потребления табака и вдыхания вторичного табачного дыма. Однако в некоторых странах широкие слои населения, и особенно курильщики, мало знают о последствиях курения табака и пассивного курения для здоровья легких человека. Несмотря на убедительные доказательства того, что табак наносит вред здоровью легких, потенциальная эффективность мер против табака в плане улучшения здоровья легких до сих пор недооценивается.

**Тема «Табак и здоровье легких»** имеет значение и для других глобальных процессов, включая международные усилия по борьбе с неинфекционными заболеваниями (НИЗ), туберкулезом и загрязнением воздуха в целях укрепления здоровья. Она служит поводом привлечь заинтересованные стороны из различных секторов и расширить возможности стран для более активного осуществления доказавших свою эффективность мер по борьбе против табака MPOWER, предусмотренных в Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака (РКБТ ВОЗ).

Для достижения Цели устойчивого развития (ЦУР), предусматривающей сокращение преждевременной смертности от НИЗ на одну треть к 2030 г., борьба против табака должна стать приоритетом для правительств и населения во всем мире.

Родители и другие представители общественности должны также принимать меры по укреплению собственного здоровья и здоровья своих детей, защищая их от вреда, причиняемого табаком.

Стасевич Г.С., заведующий  
организационно-методического  
обеспечения отдела общественного  
здоровья Брестского областного ЦГЭиОЗ