

МЕЖДУНАРОДНЫЙ
ДЕНЬ



**ОТКАЗА ОТ
КУРЕНИЯ**

ОТКАЖИСЬ
ОТ
Курения
раз и
навсегда!

**Нормативная база
по противодействию
курению**



Д-р Вера Луиза да Коста э Сильва, Руководитель Секретариата Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака:

«Болезни, связанные с табаком, являются одной из самых больших опасностей для здоровья людей, когда-либо угрожавших миру. Примерно каждые шесть секунд от болезней, связанных с табаком, умирает один человек, что равнозначно почти шести миллионам человек в год. По прогнозам, к 2030 году это число превысит восемь миллионов человек...табак является самой серьезной отдельно взятой причиной заболевания раком в мире и ведущей причиной предотвращаемых случаев смерти. Ежегодно 8,2 миллиона человек умирают от рака; по крайней мере 1,6 миллиона или 20% этих случаев смерти связаны с табаком. В текущем году в общей сложности умрут более 6 миллионов человек от болезней, связанных с табаком, в том числе от сердечно-сосудистых заболеваний, хронических болезней легких и рака».

Рамочная конвенция ВОЗ по борьбе против табака (РКБТ ВОЗ)

представляет собой свод юридически обязательных положений, основанных на фактических данных, который устанавливает план действий для успешной борьбы против табака во всем мире

- ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ ОТ ТАБАЧНОГО ДЫМА
- УВЕЛИЧЕНИЕ НАЛОГОВ
• НА ТАБАК
- СОЗДАНИЕ НАЦИОНАЛЬНЫХ МЕХАНИЗМОВ КООРДИНАЦИИ ПО КОНТРОЛЮ
- ЗАПРЕТ НА ПРОДАЖУ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМ
- ЗАПРЕТ НА РЕКЛАМУ, ПРОДВИЖЕНИЕ И СПОНСИРОВАНИЕ;
- РАЗМЕЩЕНИЕ ЗАМЕТНЫХ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЙ НА УПАКОВКАХ
- БОРЬБА С НЕЗАКОННОЙ ТОРГОВЛЕЙ ТАБАКА

**РКБТ ВОЗ
(с 2005 г.)
180 сторон**

Нормативно-правовые акты РФ, направленные на противодействие курению

Соответствуют основным положениям РКБТ ВОЗ

ЗАПРЕТ КУРЕНИЯ В МЕСТАХ, ОБОЗНАЧЕННЫХ
ЗАКОНОМ

ОРГАНИЗАЦИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ
НАСЕЛЕНИЮ ПО ОТКАЗУ ОТ ПОТРЕБЛЕНИЯ ТАБАКА

ИНФОРМИРОВАНИЕ О ВРЕДНОМ ВОЗДЕЙСТВИИ
ТАБАЧНОГО ДЫМА

ЗАПРЕТ ОТКРЫТОЙ ВЫКЛАДКИ ТАБАЧНОЙ
ПРОДУКЦИИ В МЕСТАХ ПРОДАЖ

ЗАПРЕТ РЕКЛАМИРОВАНИЯ И СПОНСОРСТВА ТАБАКА

ЦЕНОВЫЕ И НАЛОГОВЫЕ МЕРЫ

ЗАПРЕТ ПРОДАЖИ ТАБАКА НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМ

ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ НЕЗАКОННОЙ ТОРГОВЛИ
ТАБАЧНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

- ❑ *Федеральный закон от 24 апреля 2008 г. № 51-ФЗ «О присоединении Российской Федерации к Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака».*
- ❑ *Концепция осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2010 - 2015 годы, утверждена Правительством РФ от 23 сентября 2010 г. № 1563-р.*
- ❑ *Федеральный закон от 23 февраля 2013 г. № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».*
- ❑ *Приказ Минздрава России №338 от 30 мая 2013 г. «О соблюдении норм законодательства в сфере охраны здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака на территориях и в помещениях».*
- ❑ *Приказ Минздрава России №677 от 30 сентября 2013 г. «Об утверждении информационно-коммуникационной стратегии по формированию здорового образа жизни, борьбе с потреблением алкоголя и табака, предупреждению и борьбе с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ на период до 2020 года».*
- ❑ *Приказ Министра России N 756/пр, Минздрава России N 786н от 28.11.2014 "О требованиях к выделению и оснащению специальных мест на открытом воздухе для курения табака, к выделению и оборудованию изолированных помещений для курения табака».*



ПРАВИТЕЛЬСТВО ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

РАСПОРЯЖЕНИЕ

04 февраля 2013 г.

г. Тюмень

№ 110-рп

Об утверждении региональной целевой программы «Формирование здорового образа жизни и профилактика неинфекционных заболеваний населения в Тюменской области» на 2013–2017 годы

В соответствии со статьей 12 Федерального закона от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»:

1. Утвердить региональную целевую программу «Формирование здорового образа жизни и профилактика неинфекционных заболеваний населения в Тюменской области» на 2013–2017 годы (далее – Программа) согласно приложению.

2. Контроль за исполнением распоряжения возложить на заместителя Губернатора Тюменской области, координирующего и контролирующего деятельность департамента здравоохранения Тюменской области.

Губернатор области



В.В. Якушев

Подпрограммы:

1. *«Комплексные меры по ограничению потребления табака и алкоголя в Тюменской области на 2013 - 2017 годы».*
2. «Формирование культуры здорового питания населения Тюменской области на 2013 - 2017 годы».
3. «Повышение уровня физической активности населения Тюменской области на 2013 - 2017 годы».
4. «Выявление и профилактика факторов риска основных хронических неинфекционных заболеваний в учреждениях первичной медико-санитарной помощи Тюменской области на 2013-2017 годы».
5. «Профилактика вредных привычек, формирование основ здорового образа жизни, рационализация питания среди детей и подростков в Тюменской области на 2013 - 2017 годы».

Подпрограмма 1

«Комплексные меры по ограничению потребления табака и алкоголя в Тюменской области на 2013 - 2017 годы»

Цель: снижение уровня распространенности потребления табака и алкоголя среди населения Тюменской области

Совершенствование механизмов исполнения действующего федерального законодательства об ограничении потребления табака в целях создания благоприятной общественной среды для отказа от курения и ограничения потребления табака.

Совершенствование системы подготовки медицинских кадров, педагогов, психологов для обеспечения помощи в профилактике и прекращении потребления табака, а так же отказа от злоупотребления алкогольной продукцией населением.

Повышение информированности населения о вреде активного и пассивного потребления табака, о злоупотреблении алкоголем и о способах их преодоления. Формирование в общественном сознании установок о неприемлемости потребления табака и чрезмерного потребления алкоголя в обществе.

Внедрение программ борьбы с табакокурением и злоупотреблением алкоголем, лечения табачной зависимости в региональную систему здравоохранения и создание налаженной службы помощи в преодолении потребления табака в системе здравоохранения.

МЕЖДУНАРОДНЫЙ
ДЕНЬ



**ОТКАЗА ОТ
КУРЕНИЯ**

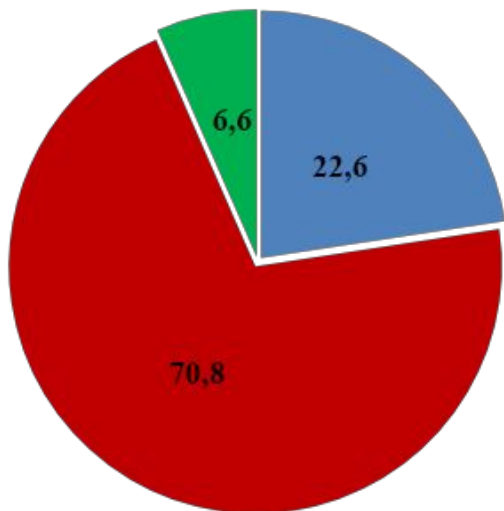
**ОТКАЖИСЬ
ОТ
Курения
раз и
навсегда!**

**Опрос взрослого населения
Тюменской области
об отношении
к табакокурению**

Соотношение ответов респондентов на вопросы (%)

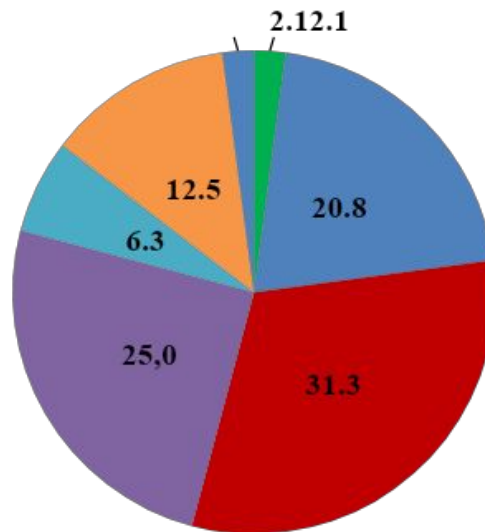
«Курите ли Вы?»

- да
- нет
- бросил



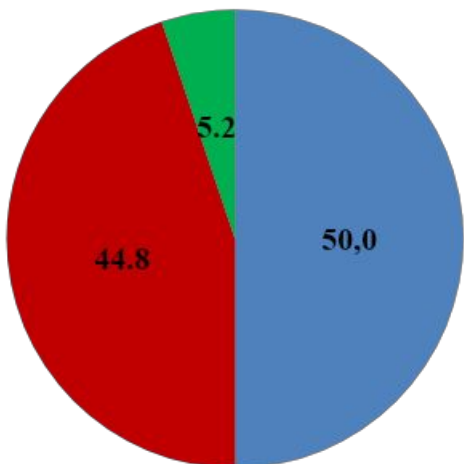
Стаж курения респондентов

- до 1 года
- 1-5 года
- 6-10 лет
- 11-20 лет
- 21-30 лет
- более 30 лет
- другое



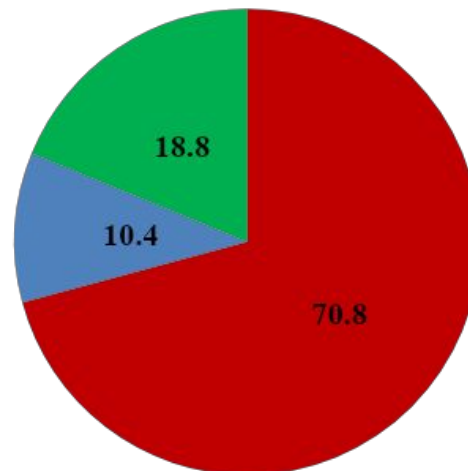
«Если Вы курите, то сколько сигарет в день?»

- до 10 шт.
- 10 - 20 шт.
- более 20 шт.

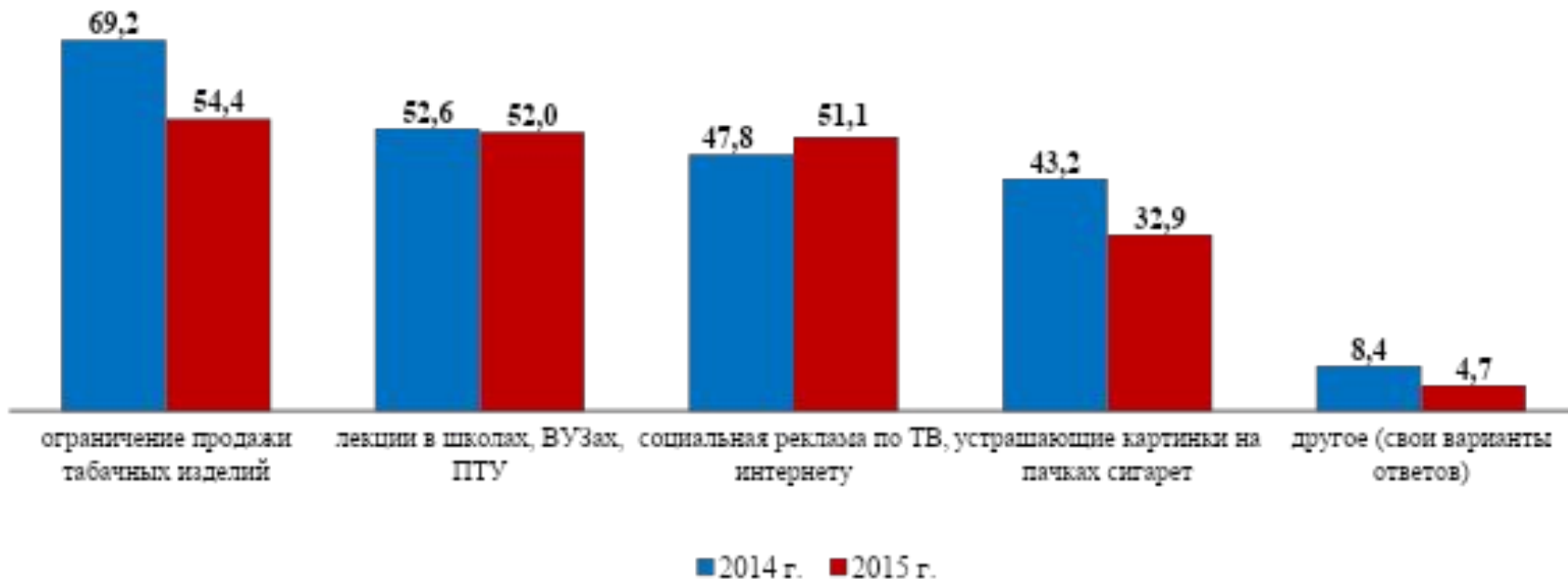


«Хотели бы Вы бросить курить?»

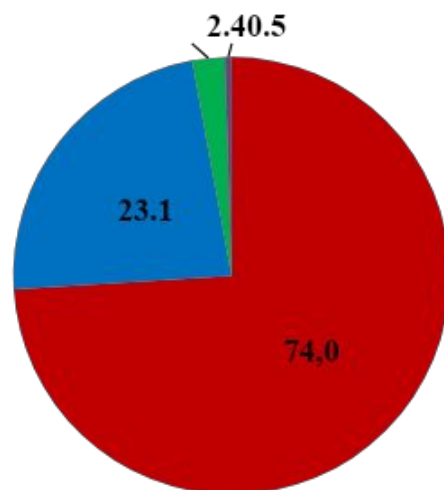
- да
- нет
- не думал



«Какие методы борьбы с табакокурением Вы считаете действенными?» (%)



- поддерживают полностью
- частично
- не поддерживают
- «другое»



«Ваше отношение к Федеральному закону № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»? (%)

Наличие заболеваний в анамнезе респондентов (%)



Общие характеристики курящих респондентов

в **72,7%** случаев
(2014 г. - 84,9%)

хотя бы один член семьи тоже курит

в **66,7%** случаев
(2014 г. – 52%)

на **19,9%**

рост числа курящих,
которые хотели бы бросить курить

на **20%**

2015 г. - 72,7% (2014 г. – 52,8%)
2015 г. - 70% (2014 г. – 50%)



«*Портрет курящей женщины*»

- ✓ возраст от 30 до 50 лет;
- ✓ имеет среднеспециальное образование;
- ✓ курит от 1 до 20 лет (2014 г. – 5 - 10 лет);
- ✓ курит до 10 сигарет в день;
- ✓ проживает преимущественно в городе.

«*Портрет курящего мужчины*»

- ✓ возраст от 30 до 50 лет;
- ✓ имеет среднеспециальное образование;
- ✓ курит от 5 до 30 лет;
- ✓ курит 10-20 сигарет в день;
- ✓ как житель города, так и сельской местности.

Положительные моменты:

- сокращается число курящих и увеличивается некурящих и бросивших курить, в первую очередь среди мужского населения;
- уменьшается среднее количество выкуренных сигарет в день курящими;
- отмечается рост числа курящих, которые хотели бы бросить курить;
- 2/3 респондентов полностью поддерживают ФЗ от 01.06.2013 г. №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

Проблемные вопросы:

- отягощающим фактором среди курящих респондентов остается внутрисемейное влияние;
- влияние вторичного табачного дыма на развитие неинфекционных заболеваний.

Пути решения:

- необходимо предотвратить начало курения;
- способствовать прекращению курения среди курящих,;
- оградить некурящее население от вторичного воздействия табака, обеспечивая среду, свободную от табачного дыма.

Новые требования к местам для курения

(вступили в силу 14.10.2015 г.)

Приказ Министра России N 756/пр, Минздрава России N 786н от 28.11.2014 г. "О требованиях к выделению и оснащению специальных мест на открытом воздухе для курения табака, к выделению и оборудованию изолированных помещений для курения табака"

п. 3. В процессе потребления табачных изделий специальные места на открытом воздухе для курения табака и изолированные помещения для курения табака должны соответствовать СанПиН 2.1.6.1032-01 "Гигиенические требования к обеспечению качества атмосферного воздуха населенных мест«.

места на открытом воздухе для курения табака

- знак «Место для курения»,
- пепельницы,
- искусственное освещение (в темное время суток),
- информационные материалы о вреде табака и вредном воздействии табачного дыма.

изолированные помещения для курения табака

- знак «Место для курения»,
- пепельницы,
- искусственное освещение,
- приточно-вытяжная система вентиляции,
- огнетушитель,
- дверь или аналогичное устройство, препятствующие проникновению загрязненного воздуха в смежные помещения»,
- информационные материалы о вреде табака и вредном воздействии табачного дыма.

Что произойдет с Вашим организмом, если Вы бросите курить прямо сейчас

Через 20 минут ваше артериальное давление придет в норму.

Через 8 часов уровень угарного газа снизится вдвое, а уровень кислорода восстановится.

Через 48 часов снижаются риски сердечного приступа. Никотин полностью удалится из организма, восстановится восприятие запаха и вкуса.

Через 72 часа ваши бронхи расширяются, увеличится объем вдоха.

Через 2 недели и в течение последующих 10 недель будет улучшаться кровообращение.

Через 3-9 месяцев исчезнет утренняя кашель, жизненная емкость легких увеличится на 10%.

Через 10 лет риски развития рака легких приблизятся к некурящему человеку.

Через 15 лет риски сердечного приступа вернутся к рискам некурящего человека.

Через 1 год риски возникновения сердечного приступа снизятся вдвое.

Как бросить курить?

- Если Вы курите недавно – попробуйте бросить сразу
- Если Вы курите уже со стажем – постепенно снижайте количество выкуриваемых в день сигарет до минимума и только потом бросайте самостоятельно
- Придумайте правдоподобную отговорку для случая если вас попросит курить: «сейчас занят», «попозже», «только что перекурил»
- Не рассчитывайте, что конфеты или жвачка совершенно избавят от желания закурить
- Выберите конкретный день и время когда Вы просите курить
- Никого не оповещайте о своем намерении, чтобы избежать насмешки в случае неудачи
- Будьте готовы к тому, что следующее желание курить появится столько раз, сколько вы сигарет выкуриваете в день
- Бросайте курить на один день, завтра еще на один и т.д.

Курение

20 минут Артериальное давление придет в норму

8 часов Уровень угарного газа снизится вдвое, а уровень кислорода восстановится

48 часов Снижаются риски сердечного приступа. Никотин полностью удалится из организма, восстановится восприятие запаха и вкуса

72 часа Бронхи расширяются, увеличится объем вдоха

3-9 недель Исчезнет утренний кашель, жизненная емкость легких увеличится на 10%

10 лет Риски развития рака легких приблизятся к некурящему человеку

15 лет Риски возникновения сердечного приступа вернутся к рискам некурящего человека

Что произойдет с Вашим организмом, если Вы бросите курить прямо сейчас

Как бросить курить?

- Будьте готовы к тому, что следующее желание курить появится столько раз, сколько вы сигарет выкуриваете в день
- Выберите конкретный день и время когда Вы просите курить
- Никого не оповещайте о своем намерении, чтобы избежать насмешки в случае неудачи
- Придумайте правдоподобную отговорку для случая если вас попросит курить: «сейчас занят», «попозже», «только что перекурил»
- Не рассчитывайте, что конфеты или жвачка совершенно избавят от желания закурить
- Выберите конкретный день и время когда Вы просите курить

