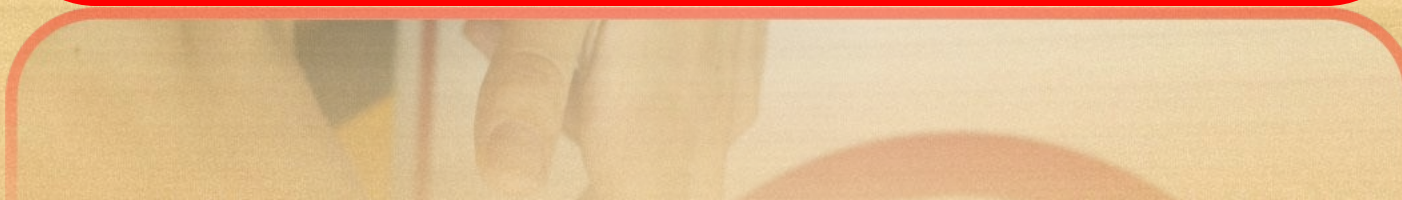
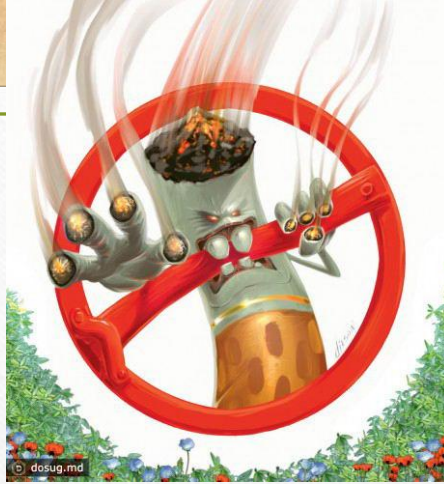


31 мая

Всемирный день без табака







**Всемирный день без табака празднуется во всем мире каждый год 31 мая. Государства - члены Всемирной Организации Здравоохранения 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 была 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.





- В стране от болезней, связанных с курением, ежегодно умирают около 15,5 тысячи человек.
- Среди белорусов курящих мужчин около 64% и 20% женщин в возрасте старше 15 лет. Число курильщиков продолжает расти.
- По данным республиканского социологического исследования, в настоящее время курит треть взрослого населения страны (32,3%). Причем 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 проведенной работе по профилактике табакокурения 19,7% старшеклассников бросили курить.



- Бросить курить нелегко. Известно, что 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.



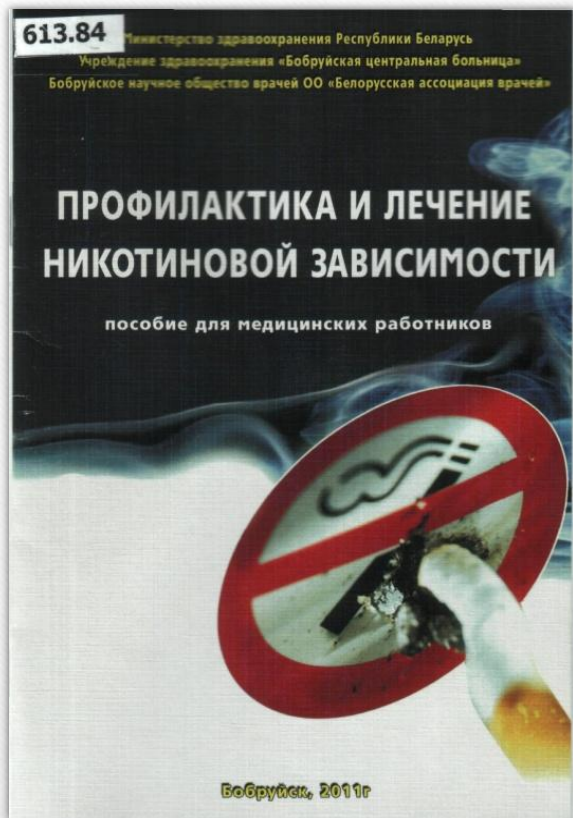


# Книги по теме:



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.



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.





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

*Для широкого круга читателей.*



37

Министерство образования Республики Беларусь  
Учреждение образования  
«Белорусский государственный педагогический  
университет имени Максима Танка»

**МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ  
ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ  
И БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

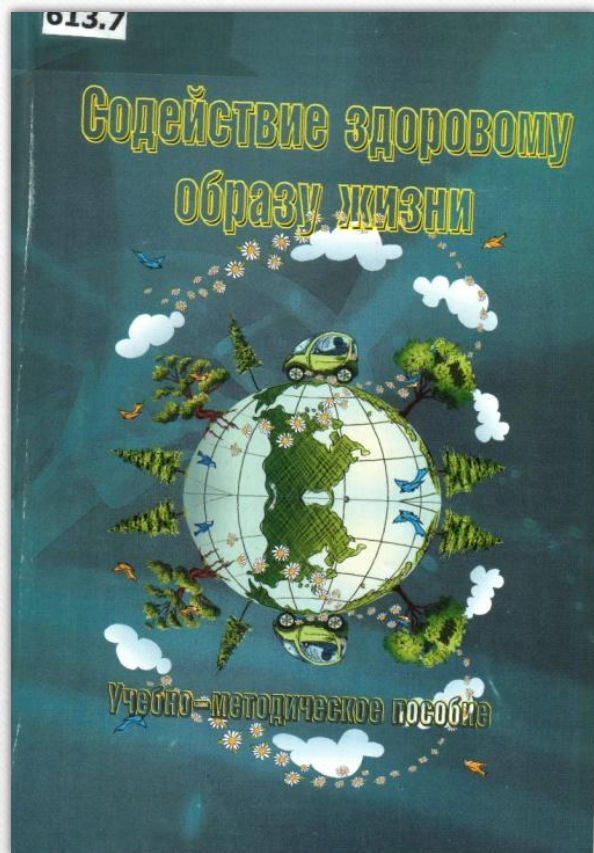
Материалы научно-практической конференции  
29 октября 2010 г.

Минск  
29 октября  
2010

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

Адресуется преподавателям, аспирантам, студентам гуманитарных ВУЗов.





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!**

