



ÚRAD VEREJNÉHO ZDRAVOTNÍCTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY

Trnavská cesta 52
P.O.BOX 45
826 45 Bratislava



Bratislava 28.05.2019

ÚVZ SR: 31. máj 2019 Svetový deň bez tabaku – Tabak a zdravie pľúc

Odborní pracovníci z regionálnych úradov verejného zdravotníctva v rámci Svetového dňa bez tabaku poradia záujemcom, ako sa možno zbaviť závislosti od neho.

Okrem informácií, ako škodí zdraviu fajčenie tabaku i pasívna inhalácia tabakového dymu, poskytnú aj merania oxidu uhoľnatého smokerlyzerom, vitálnej kapacity pľúc spirometrom a odporúčia metódy na odvykanie od fajčenia. Konkrétne informácie o aktivitách sú na webových stránkach regionálnych úradov.

Tabakový dym škodí okamžite

Tabakový dym znižuje funkciu pľúc, jediným nádychom sa do nich dostanú stovky toxínov. Poškodzuje aj zdravie detí. Deti, ktoré sa narodili fajčiarkam, alebo ženám, ktoré boli vystavené tabakovému dymu v tehotenstve, majú vyšší predpoklad, že budú trpieť spomaleným rastom pľúc a zníženou funkciou pľúc. Chemikálie v tabakovom dyme počas kritického štádia vývoja plodu v maternici majú dlhodobý škodlivý účinok na pľúca. Užívanie tabaku je výrazný rizikový faktor viacerých zhubných nádorov a úmrtí.

Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) zvolila pre tohtoročný Svetový deň bez tabaku heslá – Nedovoľ, aby ti tabak vzal dych a Zvoľ zdravie, nie tabak. Upozorňuje tak, že tabak je smrteľný v akejkoľvek podobe a ohrozuje zdravie každého, kto je vystavený tabakovému dymu. V dôsledku užívania tabaku zomrie každý rok 8 miliónov ľudí, milión úmrtí je spôsobených druhotne – u pasívnych fajčiarov.

Fajčenie tabaku a vystavenie pôsobeniu dymu z fajčenia - pasívne fajčenie, sú hlavné rizikové faktory vzniku tuberkulózy, rakoviny pľúc, astmy a chronickej obštrukčnej choroby pľúc.

Tuberkulóza (TBC)

- latentnú formu TBC má štvrtina svetovej populácie, fajčenie tabaku zvyšuje viac ako dvojnásobne riziko premeny TBC z latentnej na aktívnu formu
- podľa údajov WHO môže byť viac ako 20 % celosvetového výskytu TBC spôsobené fajčením tabaku

Rakovina pľúc

- má na svedomí celosvetovo ročne 1,8 milióna úmrtí
- v porovnaní s nefajčiarmi majú fajčiari 22-krát vyššie riziko, že ochorejú na rakovinu pľúc

Astma

- WHO odhaduje že v súčasnosti ňou trpí 235 miliónov ľudí a približne jedno z deviatich úmrtí na astmu môže spôsobiť fajčenie tabaku

Chronická obštrukčná choroba pľúc (CHOCHP)

- na svete žije viac ako 251 miliónov ľudí s CHOCHP, fajčenie tabaku je najdôležitejší rizikový faktor vzniku ochorenia
- u jedného z piatich fajčiarov sa vyvinie CHOCHP, takmer polovica úmrtí na CHOCHP sa pripisuje fajčeniu

<https://www.youtube.com/watch?v=Fyi-ePw9Qn0>



Odbor podpory zdravia a výchovy k zdraviu a Referát komunikačný ÚVZ SR