



„31.01. НАЦИОНАЛНИ ДАН БЕЗ ДУВАНСКОГ ДИМА“

„У оквиру обележавања Националног дана без дуванског дима посебно се апелује на родитеље да заштите своју децу од дуванског дима, јер мала деца често немају могућност избора боравка у простору без дуванског дима.“

Ко је пушач?



Пушач је свако ко пуши макар само 1 цигарету дневно.

Пушач је свако ко користи било који други дувански производ (дувански производи су дувански производи који не припадају ниједној од следећих категорија: е- цигарете, наргиле, дуван за самостално мотање, дуван за луле, дуван за водене луле, цигаре, цигарилоси, дуван за жвакање, дуван за шмркање или дуван за оралну употребу, а стављен је на тржиште након 19. маја 2014).

Ко је бивши пушач?

Бившим пушачем се сматра свако ко је престао да пуши цигарете или користи дуванске производе пре више од годину дана. Сви остали се сматрају да су у покушају одвикавања – АПСТИНЕНТИ, или тек развијају зависност.



Ко је пасивни пушач?

Пасивним пушачем се сматра свако ко борави у затвореном јавном простору где неко пуши.

Пасивним пушачем се сматра свако ко живи са неким ко пуши цигарете у кући или стану, без обзира да ли се то ради у одређеној просторији..

Пасивним пушачем се сматра и свако ко дозвољава другима да у његовој кући или стану пуши цигарете, па макар то била и једна просторија која се проветрава.

Пасивним пушачем се сматра свако ко ради са пушачем, а који пуши цигарете на послу.

„Дувански дим садржи преко 7000 различитих супстанци, међу којима је преко 250 једињења опасних по здравље и око 70 материја за које је утврђено да изазивају малигна обољења. Употреба дувана је повезана са настанком бројних болести. Готово да нема органа у људском телу на који дуван нема штетан утицај, а докази о болестима изазваним дуваном се повећавају већ деценијама.

Од свих смртних случајева узрокованих кардиоваскуларним болестима, 17% је узроковано употребом дувана и изложености дуванском диму. Пушење је такође повезано са раком плућа, као последица директног излагања плућа карциногенима у дуванском диму. Поред рака плућа, употреба дувана повезана је са обољевањем од других малигнутих обољења, као што су рак бешике, дебелог црева и ректума, једњака, јетре, панкреаса, трахеје, бронха. Употреба дувана је фактор ризика за многе друге болести, као што су опструктивна болест плућа, астма, емфизем, хронични бронхитис, реуматоидни артритис, болести уста, као што су пародонтитис и многи други. Поред тога, употреба дувана утиче и на репродуктивне органе, па тако може утицати и на смањење плодности. Употреба дувана је такође повезана са повећаним ризиком умирања код оболелих од неких заразних болести, као што је туберкулоза.

Посебно осетљива популација су млади, а већина данашњих пушача прву цигарету је запалила током адолесценције. Рано отпочињање пушења повезано је са интензивнијим пушењем у одраслој доби и чешћом појавом здравствених проблема повезаних са пушењем. Млади који пуше, поред већег ризика обољевања од бројних хроничних незаразних обољења током живота, обично су мање физички активни и имају више проблема са дисајним органима.

Деца су посебно осетљива и на изложеност дуванском диму из окружења, који код деце и одојчади узрокује бројне здравствене проблеме, као што су чешћи и јачи напади астме,

респираторне инфекције и инфекције уха. Непушачи који су изложени дуванском диму удишу исте канцерогене материје као и пушачи. Што је већи ниво изложености дуванском диму, већи је ризик од развоја рака плућа, болести срца и крвних судова и других оболења.”

Пушење у трудноћи: Пушење током трудноће не смањује само телесну тежину и развој детета, већ очигледно оставља и дубље промене које ће утицати на поремећај метаболизма шећера и угљениххидрата у каснијем животу. Како су шећерна болест и претилост знаковито повезани с настанком срчаних болести, пушењем у трудноћи се на одређени начин скраћује и дужина животног века нерођеног детета.



Истраживања: Знанственици из Оакланда, Цалифорниа / Репродуцтиве Епидемиологу Сецтион истраживали су повезаност пушења у трудноћи с порођајном тежином новорођенчета и наступањем превременог порођаја. Просечна је тежина новорођене бебе код трудница које су током трудноће пушиле око 200 грама мања. Код трудница које пуше повећана је учесталост превременог порођаја, а ризик спонтаног побачаја двоструко је већи у односу на труднице које не пуше. Перинатална смртност новорођенчади (судден инфант деатх сундром) такође је учесталија у деце мајки које пуше.

Резултати овог истраживања показују сигурну и статистички значајну повезаност пушења више од 10 цигарета дневно од стране труднице и ниске порођајне тежине детета, као и превременог порођаја, пре 35. недеље трудноће. Повезаност је била значајније изражена код трудница старијих од 30 година него код млађих мајки.

„У оквиру обележавања Националног дана без дуванског дима посебно се апелује на родитеље да заштите своју децу од дуванског дима, јер мала деца често немају могућност избора боравка у простору без дуванског дима.“



ПОЛИВАЛЕНТНА ПАТРОНАЖА