

19 listopada 2020r. – Światowy Dzień Rzucania Palenia Tytoniu – każdego roku obchodzony jest w trzeci czwartek listopada.



Światowi eksperci zdrowia alarmują, że epidemia palenia tytoniu zabija prawie 6 milionów ludzi rocznie, w tym prawie 600 tys. osób niepalących. Według przewidywań przed 2030 rokiem z powodu palenia papierosów umrze ponad 8 milionów ludzi.

Negatywne konsekwencje palenia papierosów są powszechnie znane, ale wciąż z każdym rokiem coraz więcej osób zaczyna palić tytoń. Papierosy nie tylko oddziałują na palacza, ale również na postronne osoby. Niestety, dym tytoniowy, który wdychamy jest tak samo szkodliwy, niezależnie od tego czy papieros jest palony przez nas samych, czy przez osobę w naszym otoczeniu. Co roku w Polsce, z powodu chorób wywołanych biernym paleniem umiera kilka tysięcy osób, które NIGDY same nie paliły. Ten fakt ukazuje jak silnie rakotwórczy potencjał mają papierosy. W jednym papierosie znajduje się ponad 70 substancji silnie rakotwórczych, które zostały zaklasyfikowane przez Międzynarodową Agencję Badań nad Rakiem, jako bezsprzecznie zwiększające ryzyko wielu chorób nowotworowych.

Więcej informacji na temat biernego palenia znajdziemy w Europejskim Kodeksie Walki z Rakiem pod adresem www.12sposobnazdrowie.pl.

Coraz większa liczba doniesień naukowych potwierdza wcześniejsze przypuszczenia dotyczące niekorzystnego wpływu dymu tytoniowego na ryzyko zakażenia koronawirusem, a także na sam przebieg Covid -19.

Więcej informacji:

<https://bimka.pl/kalendarz/swiatowy-dzien-rzucania-palania-tytoniu>

<http://jakrzucicpalenie.pl/dym-tytoniowy-szczegolnie-grozny-w-czasie-pandemii/>

Opracował Zespół Psychologiczno-Pedagogiczny w oparciu o materiały PSSE w Koninie

