

Ne gyújts rá! Világnap november 16.

A „Ne gyújts rá!” Világnap minden év novemberének 3. csütörtöke, ebben az évben november 16. Ezen a napon is az a cél, mint az előző években: **„Legyen egy nap az évben mikor a dohányosok nem gyújtanak rá, és egyúttal felhívni a figyelmet a dohányzás káros hatásaira.”**

Az utóbbi években a dohányzás visszaszorítását szolgáló szabályozás területén jelentős előrelépések történtek hazánkban:

A nemdohányzók védelméről szóló törvény (Nvt.) módosítása 2012. január 1-jén lépett hatályba.

Ezt követte a fiatalok dohányzásának visszaszorításáról és a dohánytermékek kiskereskedelméről szóló törvény, ami a dohánytermék árusító helyek számának drasztikus csökkentését és így többek között a 18 év alattiak hozzáféréseinek ellenőrizhetőbb korlátozását jelentette.

Magyarországon a dohánytermékek előállításáról, forgalomba hozataláról és ellenőrzéséről, a kombinált figyelmeztetésekről, valamint az egészségvédelmi bírság alkalmazásának részletes szabályairól szóló 39/2013. (II. 14.) Korm. rendelet tartalmazza **az egységes csomagolás** bevezetéséhez szükséges tartalmi elemeket.

Az új márkájú és új alfajú cigarettát, illetve cigarettadohányt, amit 2016. augusztus 19-e előtt már forgalomba hoztak, 2018. május 20-tól, valamint azon termékeket, amelyeket 2016. augusztus 20. után hoznak forgalomba, már csak olyan csomagolásban lehet forgalmazni, amelyen nincs márkajelzés, illetve védjegy. 2019. május 20-tól már minden cigaretta és cigarettadohány csak egységes csomagolásban kerülhet a polcokra.

A dohányzás jelentős szerepet játszik egyes megbetegedések és halálozások tekintetében.

A dohányzással összefüggésbe hozható betegségek közül a leggyakoribb a **szív-érrendszeri** (infarctus, stroke, érszűkület), illetve a **daganatos betegségek** (szájüregi, gége, tüdő, nyelőcső, hólyag és hasnyálmirigy) előfordulása.

A dohányzás ezen kívül szerepet játszik a **szürkehályog**, különböző **szájüregi elváltozások** (ínygyulladás, fogak elvesztése), valamint a **gyomorfekély** és **csonttritkulás** kialakulásában is.

Dohányzással összefüggésbe hozható halálozások a WHO (Egészségügyi Világszervezet) adatbázisa alapján az alábbi betegségek előfordulásakor a leggyakoribbak:

- Ajak, szájüreg és a garat, gége, légcső, hörgő és a tüdő rosszindulatú daganata
- Nyelőcső rosszindulatú daganata

- Ischaemiás szívbetegségek (artériaszűkület, elzáródás)
- Agyér betegségek
- Krónikus alsó légúti megbetegedések

Magyarországon a *dohányzással összefüggő halálozás aránya* az európai trendeknek megfelelően *csökkenő tendenciát mutat*: 2014-re a 2005-ös érték 81%-ára csökkent a nők, 78%-ára a férfiak esetében.

Az elmúlt években a dohányzással összefüggésbe hozható halálozások az országos halálozáshoz hasonlóan alakultak megyénkben is.

2013. február elejétől Magyarországon is elérhető az Országos Dohányzás Leszokás Támogatási Módszertani Központ által irányított ***ingyenesen hívható, leszokást támogató telefonos szolgáltatás (06-40-200-493)***.

Tapasztalt és képzett szakemberek várják és segítik a motivált leszokni vágyókat, egy több hívásból álló telefonos tanácsadás során.

2014. januártól 86 ***tudógondozóban*** működik csoportos leszokás támogató foglalkozás is.

A ***leteszemacigit.hu*** oldal szintén fontos információkat nyújt a leszokni vágyóknak.

További információk:

http://www.egeszseg.hu/szakmai_oldalak/assets/intezetunkrol/egeszsegjelentes-2016_uj.pdf

<http://www.egeszseg.hu/tag/dohanyzas/>

<http://www.fokuszpont.dohanyzasvisszaszoritasa.hu/hu/content/aktualitasok>

Dohányzás Fókuszpont által koordinált Óvodai Dohányzás Megelőzési Program és a „Ciki a cigi” Iskolai Program:

http://www.dohanyzasvisszaszoritasa.hu/ovodai_dohanyzas_megelozesi_program.html;

http://www.dohanyzasvisszaszoritasa.hu/iskolai_megelozesi_program.html