

Ежегодно в третий четверг ноября

(15 ноября 2018 г.)

Отмечается Международный день отказа от курения

О вреде курения сказано уже немало. Даже те, кто, несмотря ни на что, продолжает выкуривать по 10-20 и даже больше сигарет в день, знают, чем им это грозит. Врачи забили тревогу уже довольно давно и, чтобы привлечь внимание общественности к этой проблеме, установили плавающую дату дня отказа от курения — третий четверг ноября.

Немного статистики

Всемирная организация здравоохранения публикует неутешительные цифры, которые должны заставить задуматься о своем будущем всех курильщиков:

- в России курит почти 40 % населения;
- в среднем у одного мужчины на день уходит 18 сигарет, у женщины — 13;
- более 5% всех курильщиков пристращаются к этой пагубной привычке еще в подростковом возрасте (до 15 лет);
- каждый год в стране умирает от болезней, связанных с табакокурением, около 400 тыс. человек (в то время как в автокатастрофах за тот же период погибают 36 тыс.);
- люди, умершие от рака легких, в 90% случаев являлись курильщиками, и именно это стало причиной заболевания;
- ребенок каждой 20-й не бросившей сигареты беременной женщины умирает еще в утробе;
- пожары, возникшие от непотушенной сигареты, ежегодно уносят жизни нескольких тысяч людей.
- Эти и многие другие данные не придуманы специально для того, чтобы напугать население. Это все лишь цифры, но за ними стоят настоящие жизни людей. Такая ситуация складывается не только в России, но и во всем мире. Чтобы уменьшить эти показатели и призвать народ обратить внимание на свое здоровье, Американским онкологическим

обществом в 1977 году был учрежден международный день отказа от курения.

**План мероприятий,
посвященных Международному дню отказа от курения
ГАУЗ АО «Городская поликлиника № 4»**

№	Наименование мероприятий	Сроки проведения	Ответственные
1	Организация и проведение лекций, семинаров по профилактике табакокурения и формированию здорового образа жизни	12.11.2018 - 16.11.2018гг.	Заведующая ТО № 1 Заведующая ТО № 2 Заведующая ТО № 3
2	Проведение школы здоровья «Профилактика заболеваний органов дыхания. Как отказаться от сигареты?»	Ноябрь 2018 г.	Врач-пульмонолог Заведующая ТО № 2
3	Организация и оформление «Уголка здоровья»	12.11.2018 - 16.11.2018 гг.	Заведующая отделением профилактики
4	Подготовка листовок, буклетов, плакатов	Ноябрь 2018 г.	Заведующая отделением профилактики
5	Распространение буклетов, памяток информационных листов: «Что мы знаем о табаке?», «Мифы и реальность о курении», «Бросаем курить»	Ноябрь 2018 г.	Заведующая отделением профилактики
6	Публикация статей на сайте	Ноябрь 2018 г.	Заведующая отделением профилактики
7	Анкетирование «Сломай сигарету, или сигарета ломает твою жизнь»	Ноябрь 2018 г.	Заведующая отделением профилактики
8	Проведение бесед для пациентов поликлиники на тему: «Некурение – твоя привычка»	Ноябрь 2018 г.	Терапевты участковые Заведующая ТО № 1 Заведующая ТО № 2
9	Подведение итогов проведения мероприятий, посвященных Международному дню отказа от курения	16.11.2018 г.	Заведующая ТО № 1 Заведующая ТО № 2 Заведующая ТО № 3 Заведующая отделением профилактики