

# ŚWIATOWY DZIEŃ BEZ TYTONIU 2009

- inicjatywa WHO pod hasłem



## TYTONIOWE OSTRZEŻENIA ZDROWOTNE

W dniu 12 stycznia 2009 r. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) wybrała hasło **Tytoniowe ostrzeżenia zdrowotne** jako temat na tegoroczny *Światowy Dzień bez Tytoniu* obchodzony w **dniu 31 maja 2009 r.**

Tytoniowe ostrzeżenia zdrowotne znajdują się na paczkach papierosów i należą do najsilniejszych narzędzi obrony przed globalną tytoniową epidemią.

Od 1 stycznia 2004 r. w Unii Europejskiej na mocy dyrektywy 2001/37/EC w sprawie ujednoczenia przepisów dotyczących produkcji, prezentacji i sprzedaży wyrobów tytoniowych w niektórych państwach na świecie (m. in. w Kanadzie i Brazylii) oprócz napisów na paczkach papierosów umieszczane są także zdjęcia mające obrazować skutki palenia. Bazę takich fotografii przygotowuje Unia Europejska - będą z niej mogły skorzystać państwa członkowskie, które zechcą zaostrzyć obowiązujące przepisy.

Światowa Organizacja Zdrowia szczególnie zaleca ostrzeżenia zawierające zarówno obrazek jak i tekst gdyż są one najbardziej skuteczne w przekonywaniu ludzi do rzucenia palenia. Takie obrazkowe ostrzeżenia stosuje się w kilkunastu krajach.

Na przykład w Wielkiej Brytanii widok zwłok w kostnicy, realistyczne ilustracje popsutych narządów (krtań, zęby) mają odstraszyć palaczy i zmniejszyć koszty ich leczenia w publicznej służbie zdrowia (takie stanowisko utrzymuje brytyjskie ministerstwo zdrowia).

Wielka Brytania jest pierwszym krajem Unii Europejskiej, który zdecydował się na antyreklamę papierosów w tak drastycznej formie, jednak jako pierwszy kraj w świecie wprowadziła je Kanada - siedem lat temu.

Od 2010 r. obrazkowa antyreklama palenia ma pojawić się nie tylko na papierosach ale i na innych produktach tytoniowych sprzedawanych na brytyjskim rynku.

W Polsce wiele samorządów terytorialnych wprowadziło na swoim terenie zakaz palenia tytoniu w miejscach publicznych, zyskując aprobatę społeczną. Ostrzeżenia zdrowotne na paczkach papierosów są zdaniem profesora W. Zatońskiego z Instytutu Onkologii w Warszawie ważnym elementem stygmatyzującym ten rakotwórczy produkt. Najważniejsze, by świadomość o tym docierała do **wszystkich młodych ludzi**, którzy jeszcze nie uzależnili się tego zgubnego nałogu, chroniąc swoje zdrowie.

Ponad 10 tys. przedstawicieli młodzieży z całej Unii Europejskiej zaangażowało się w realizację powstałego z inicjatywy Europejskiego Forum Młodzieżowego (*European Youth Forum — YFJ*) projektu „**Młodzież — dla życia bez tytoniu**” (*Young People: For a Life without Tobacco?*). Jest to szeroko zakrojony program rozmów z młodzieżą, który zaowocował znaczną liczbą żądań i zaleceń dotyczących prowadzenia skuteczniejszej polityki na poziomie regionalnym, krajowym i ogólnoeuropejskim. Wspomniany Manifest Europejski powstał w wyniku konsultacji prowadzonych w krajach członkowskich Unii Europejskiej i został przyjęty w dniu 21 maja 2006 r. w Brukseli przez niemal 200 przedstawicieli poszczególnych państw

[http://ec.europa.eu/health/ph\\_determinants/life\\_style/Tobacco/help/docs/manifesto\\_pl.pdf](http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/Tobacco/help/docs/manifesto_pl.pdf)

Stan naszego zdrowia i kondycja fizyczna zależy od nas samych, naszych decyzji, nawyków i przyzwyczajzeń – **naszego stylu życia**.

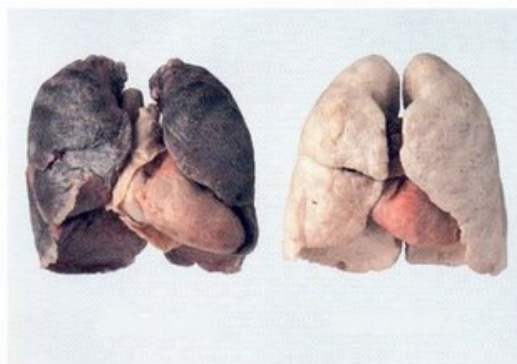
Zdrowy styl życia to wybór właściwych zachowań spośród możliwości, jakie dostępne są ludziom. Każde podjęte działanie, którego celem jest utrwalenie lub podnoszenie potencjału zdrowia, niezależnie od jego skuteczności, jest pożądanym zachowaniem zdrowotnym. Promocja zdrowia ma za zadanie kształtowanie sposobów i warunków życia najbardziej optymalnych dla zachowania zdrowia. Ma zachęcać ludzi do interesowania się swoim zdrowiem i wywierania wpływu na czynniki, które je kształtują. To nauka i sztuka pomagania ludziom w zmianie środowiska i stylu życia na przyjazny dla zdrowia, zachęcania, by to zdrowie umacniali i rozwijali.

Nieprzestrzeganie zaleceń zdrowego stylu życia sprzyja powstawaniu/rozwojowi chorób.

**Udowodniono, że rak płuc jest chorobą, która występuje głównie u palaczy tytoniu.**

W Polsce rokrocznie na raka płuc zachorowuje blisko 20.000 ludzi.

Pamiętajmy też, że aż 90 proc. zawałowców to palacze. **Za ich leczenie płacimy wszyscy.**



(Obraz płuc ze strony internetowej ec.europa.eu)

Faktem jest, że sprzedaż papierosów w Polsce zmniejszyła się, a ilość palących mężczyzn zmniejszyła się z 70% do 40%. Te optymistyczne informacje stają się nadzieją dla wszystkich, którzy narażeni są na inhalowanie dymu tytoniowego w domu, miejscu pracy i miejscach publicznych w naszym kraju.

### **Uwarunkowania prawne i instytucjonalne dostępu do zdrowia**

Polski Parlament uchwalił 9 listopada 1995 r. **Ustawę o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych**. Reguluje ona stosunki społeczne związane z paleniem tytoniu oraz nakłada szereg zobowiązań i ograniczeń na podmioty społeczne i instytucje państwowe, co służy zmniejszeniu narażenia ludności na działanie dymu tytoniowego, przez to ograniczeniu strat zdrowotnych wynikających z chorób odytoniowych.

Idea **Światowego Dnia bez Tytoniu**, który obchodzony jest każdego roku w dniu **31 maja** to część *Programu Europy Wolnej od Dymu Tytoniowego* przyjętego na Konferencji Światowej Organizacji Zdrowia w Madrycie w 1988 roku. W tym dniu WHO stara się zwrócić uwagę opinii publicznej na kwestię zdrowotnych, społecznych i ekonomicznych skutków palenia tytoniu, koncentrując się za każdym razem na wybranym aspekcie tego złożonego problemu.

**- ZWRACA UWAGĘ NA FAKT, ŻE PALENIE PAPIEROSÓW ZAWSZE I W KAŻDEJ ILOŚCI PROWADZI DO USZKODZENIA ZDROWIA -**

**Celem Światowego Dnia bez Tytoniu 2009 jest:**

- podniesienie wiedzy o produktach tytoniowych jednakowo zabójczych, choć w różnej postaci; papierosy, fajka, cygara, tabaka itd..
- Upowszechnianie wiedzy dotyczącej różnych typów, nazw, marek wyrobów tytoniowych jednakowo zabójczych, choć występujących pod różnymi sztyldami: *light*, o niższej zawartości substancji smolistych, zapachowych, smakowych, owocowych, czekoladowych, naturalnych niezależniających, ekologicznych o zmniejszonej szkodliwości.
- Podniesienie świadomości o konieczności ścisłych regulacji prawnych i ich wdrażanie.

**Czas trwania: maj – czerwiec 2009**

Zachodniopomorskie Centrum Organizacji i Promocji Zdrowia w Szczecinie jako Centrum Zdrowia Publicznego zwraca się o zapoznanie się tych wszystkich, którzy o zdrowie dbają, do rodziców i opiekunów, którzy troszczą się o swoich najbliższych, do nauczycieli i pedagogów oraz pracowników ochrony zdrowia, by swoim przykładem przeciwstawiali się wszelkim przejawom inhalowania dymu tytoniowego zwłaszcza przez dzieci i młodzież, osoby w podeszłym wieku oraz ludzi chorych.

**- Apelujemy o podjęcie wszelkich starań profilaktycznych, by uchronić dzieci i młodzież przed zgubnym nałogiem palenia tytoniu.**

Upowszechniamy modę na niepalenie wśród dzieci i młodzieży poprzez włączenie ich do organizowanych imprez, ogłaszanie konkursów na prace plastyczne, mogą też być konkursy wiedzy o skutkach palenia tytoniu, literackie, zawody sportowe – z przesłaniem:

## **OKAŻ SZACUNEK DLA SWOJEGO ZDROWIA**



**- Zapraszamy do propagowania postaw antytytoniowych i zachęcamy palaczy do zerwania z nałogiem poprzez organizacje masowych imprez plenerowych, happeningów, mityngów w ogólnodostępnych miejscach publicznych.**

**- Włączajmy media lokalne, które są najbliższej spraw ważnych dla poszczególnych społeczności.**

**- Popularyzujmy numer Telefonicznej Poradni Pomocy Palącym**

# O 801 108 108

Wszystkie osoby deklarujące chęć zaprzestania palenia papierosów zapraszamy do udziału w *ogólnopolskim konkursie pt. „Rzuć palenie razem z nami”* organizowanym przez Fundację Promocja Zdrowia

[www.promocjazdrowia.pl](http://www.promocjazdrowia.pl)

Celem konkursu jest przekonanie jak największej rzeszy osób palących tytoń, że zaprzestanie palenia jest możliwe i umotywowanie ich do podjęcia decyzji o porzuceniu nałogu. Opublikowany kupon konkursowy jest zarazem deklaracją o zerwaniu z nałogiem tytoniowym.

**PZU Życie SA** **sopharma POLAND** **NiQuitin**

Fundacja "Promocja Zdrowia" organizuje konkurs "Rzuć palenie razem z nami". Jeżeli przestał(a) Pan/Pani palić tytoń w ciągu bieżącego roku, prosimy przesłać do nas wypełnioną kartę. Do wygrania zdrowie, a także wiele nagród rzeczowych. Prosimy o wpisanie swoich danych.

Kupony prosimy przesyłać na adres:  
Fundacja "Promocja Zdrowia" ul. Sobieskiego 110/7 00-764 Warszawa

**AKCJA "Rzuć palenie razem z nami"**

Przestałem(am) palić tytoń w dniu: ..... Miejscowość i kod: .....

Imię i nazwisko: ..... Płeć (M) (K): .....

Data urodzenia: ..... Województwo: .....

Adres: ..... Tel: ..... podpis: .....

Podanie danych osobowych jest warunkiem uczestnictwa w konkursie. Dane potrzebne są wyłącznie do przekazania nagrody

**nicorette** **GlaxoSmithKline** **PEKAES SA** **Bank BPH**

**TELEFONIA POLSKA** **FUNDACJA PROMOCJA ZDROWIA** **PKO BANK POLSKI** **POCZTA POLSKA**

Aby wziąć udział w konkursie należy wypełniony kupon odesłać na adres:



Fundacja „Promocja Zdrowia”  
ul. Sobieskiego 110/7  
00-764 WARSZAWA

*Więcej informacji na temat konkursu na stronie internetowej:*

[http://www.promocjazdrowia.pl/nowastrona/rzuc/konkurs\\_regulamin.htm](http://www.promocjazdrowia.pl/nowastrona/rzuc/konkurs_regulamin.htm)

**Zapraszamy do odwiedzania stron internetowych:**

- [http://ec.europa.eu/health/ph\\_determinants/life\\_style/Tobacco/Documents/gp\\_smoke\\_pl.pdf](http://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/Tobacco/Documents/gp_smoke_pl.pdf)

- <http://www.kodekswalkizrakiem.pl/download/pdf/kodeks-lekarze.pdf>