

31. јануар – Национални дан без дувана

Сваки дан без дувана је - ДОБАР ДАН

У Србији се обележава 31. јануар – Национални дан без дувана, ове године, као и претходне, под слоганом: „**365 ДАНА БЕЗ ДУВАНА**”. Прошлогодишња кампања се наставља са циљем постизања континуираног деловања и слања недвосмислених порука у вези са штетношћу конзумирања дуванских производа. На овај начин, поред указивања на штетне ефекте употребе дувана и свих дуванских производа, као и свих врста изложености овим производима, посебно се наглашава значај престанка пушења, што је у условима пандемије COVID-19 добило нову јавноздравствену димензију.

Пушење је доказано један од најзначајнијих појединачних фактора ризика који утичу на превремено оболевање, али и умирање, како у свету тако и код нас. Научно су чврсто утемељени докази да је пушење један од главних узрочника кардиоваскуларних и обољења респираторног система, почев од обичних прехлада, преко грипа, све до упала плућа изазваних инфективним узрочницима, док је директна веза између пушења и преко 20 типова и подтипова малигних обољења такође научно доказана.

И поред доношења Оквирне конвенције о контроли дувана пре скоро две деценије, коју је до сада потписало преко 160 земаља, на свету и даље пуши скоро сваки четврти одрасли становник, односно око 1,3 милијарде људи. Оно што је притом важно нагласити јесте да скоро 80% пушача њих живи у земљама са ниским и средњим приходима. Поражавајућ је и податак да 8 милиона људи сваке године превремено умре услед употребе дувана, при чему око 1,2 милиона само од последица изложености дуванском диму.

У Србији, најмање 15.000 људи сваке године превремено умре због штетних ефеката ове навике.

Резултати последњег Истраживања здравља становништва Србије из 2019. године, показују да је наша земља, када је реч о пушењу, у не баш славном врху, како у глобалним, тако и у европским оквирима. И поред благог пада у односу на резултате ранијих истраживања, 2019. године пушило је 31,9% становника Србије старијих од 15 година. Највећи број пушача налази се у старосној групи 45 – 54 године, њих 41,3%, али забрињава податак да је 14,4% пушача у нашој земљи припада популацији старости између 15 и 19 година, што одговара средњошколском периоду.

У претходним годинама, на светском, али и нашем тржишту појавили су се нови дувански и никотински производи. Загревани дувански производи и електронске цигарете нови су велики изазов у области контроле дувана, нарочито ако се узме у обзир убрзани раст њихове популарности у популацији адолесцената и младих. У нашој земљи, према резултатима Истраживања, електронске цигарете или сличне електронске уређаје, свакодневно или повремено, користило је 3,3% одраслих становника, док је према резултатима ESPAD истраживања, током живота електронске цигарете пробало чак 17,7%, а загреване дуванске производе 7% шеснаестогодишњака у Србији, што недвосмислено указује на потенцијал нових трендова.

Оваква динамика тржишта дуванских производа један је од кључних аргумената који говоре у прилог потребе за унапређењем постојеће законске регулативе у области контроле дувана. Наши закони у овој области доношени су пре појаве ових производа, тако да их не препознају на одговарајући начин, што практично значи отварање законске “пукотине” која даје могућност слободног и врло разноликог тумачења и примене појединих чланова закона на нове производе.

Поред тржишне компоненте, неопходност ажурирања актуелног законодавног оквира диктирају и резултати бројних националних истраживања спровођених у претходном периоду. Наиме, скоро половина становништва старијег од 15 година била је свакодневно изложена дуванском диму у затвореном простору, а скоро исто толико непушача било је забринуто због штетних последица по сопствено здравље услед изложености дуванском диму. У години која је претходила поменутом Истраживању из 2019. године, сваки четврти пушач у Србији покушао је да остави пушење, док је сваки други изразио забринутост за своје здравље због последица пушења.

Пандемија COVID-19 проблему пушења дала је нову здравствену димензију и, након бројних опречних мишљења с почетка пандемијског периода, сад располажемо неспорним научним доказима да корисници дуванских производа представљају осетљивију групу како у погледу заражавања, тако и у смислу развоја тежих клиничких форми болести. Сам пут заражавања је лакши код пушача услед чешћег додиривања делова лица прстима током коришћења цигарета и других дуванских производа. Посебан ризик од заражавања представљају дувански производи које могу користити више особа - попут наргила, мада то могу бити и електронски дувански производи. Пушење и употреба дувана негативно делују на имуни систем, што отежава способност организма да се брани од инфекције. Уз то, већина пушача има редукован капацитет плућа што представља проблем управо код упала плућа - када је потреба организма за кисеоником повећана или када је могућност да се кисеоник адекватно искористи смањена.

И поред све чвршћих доказа који потврђују повећане ризике код пушача, резултати истраживања Канцеларије за превенцију пушења из 2020. године показују да епидемија ЦОВИД-19 није на здравствено пожељан начин утицала на пушачке навике становништва у Србији. Огромна већина пушача у нашој земљи, њих 91%, није престала да пуши, док је 4% пушача у првој години пандемије чак повећало број попушених цигарета на дневном нивоу. С друге стране, скромних 4% пушача изјавило је да је у овом периоду успело да смањи број попушених цигарета, а тек 1% њих током 2020. је престало да пуши.

COVID-19 био је у протекле две године и још увек је превелика претња за цео свет, за сваку заједницу, за сваког појединца. Пандемија је неспорно била и даље је готово неподношљив терет за здравствене системе свих земаља света. Све што смо живели у протекле две године оставиће за собом несагледиве последице у свим сферама друштва. Требаће нам доста физичке и менталне снаге да се са тим носимо у периоду који долази. Морамо радити на томе да се ослободимо свих додатних ризика, да редукујемо све остале претње по здравље, како бисмо имали капацитете да санирамо оно што COVID-19 оставља за собом. Здравље морамо да чувамо брижљивије него икад, да га унапређујемо и мудро „акумулирамо“ за време које долази. Сваки дан је важан. Сваки дан без цигарета један је такав дан!