

«Всемирный день некурения. Профилактика онкологических заболеваний»

Дата публикации: 22.11.2024.

Ежегодно каждый третий четверг ноября в Республике Беларусь проводится Единый день здоровья «Всемирный день некурения. Профилактика онкологических заболеваний». В 2024 году – это 21 ноября.

В период с 21 по 30 ноября 2024 года в Республике Беларусь проходят мероприятия республиканской информационно-образовательной акции по профилактике табакокурения, как фактора риска развития онкологических заболеваний.

Целью проведения акции является повышение уровня информированности населения в отношении пагубных последствий для здоровья потребления табака и воздействия табачного дыма, формирование у гражданского общества поддержки мер, направленных на борьбу с потреблением табака в соответствии с положениями Рамочной конвенции ВОЗ по борьбе против табака (РКБТ ВОЗ).

Табачный дым вызывает и обостряет многие болезни, действуя практически на все органы. А продукты табачного происхождения вместе с другими канцерогенными веществами – главная причина возникновения онкологических заболеваний. Курение провоцирует развитие 18 форм рака у человека: рак легкого, пищевода, гортани и полости рта, мочевого пузыря, поджелудочной железы, почки, желудка, молочной железы, шейки матки и др. Кроме высокого риска возникновения различных форм злокачественных новообразований, продолжение курения негативно сказывается на проведении специального лечения при возникновении этих заболеваний. Установлено, что у курящих пациентов, по сравнению с некурящими, сокращается продолжительность жизни, возрастает риск рецидива или возникновения второй опухоли, снижается

эффективность лечения, качество жизни. Прекращение курения гарантирует снижение заболеваемости.

Курение – это ЯД! Сделайте правильный выбор – переместитесь в Мир Вне Зависимости!

Не существует безопасной сигареты и безопасного уровня курения.

Единственным наиболее эффективным способом снижения опасности для здоровья остается прекращение курения.

В рамках проведения Всемирного дня некурения будут работать прямые телефонные линии:
21 ноября с 14:00 до 16:00 по телефону 8 (0232) 20-26-74 на базе У «Гомельский областной клинический онкологический диспансер» на ваши вопросы ответит врач-онколог поликлинического отделения Ольга Бобер;
21 ноября с 11:00 до 12:00 по телефону 8 (0232) 31-03-60 на базе У «Гомельская областная туберкулезная клиническая больница» на ваши вопросы ответит врач-фтизиатр Юлия Побаруева.

Более подробную информацию по вопросам профилактики табакокурения вы можете найти здесь:

[Инструкция «Прекращение курения» \(краткая\);](#)
[Инструкция «О порядке организации оказания медицинской помощи в отношении прекращения курения»;](#)
[Памятка «Риски курения и рекомендации по отказу от курения»;](#)
[Методические рекомендации «Бросить курить. Как лучше подготовиться»;](#)
[Методические рекомендации «Бросить курить. Обдумывание решения»;](#)
[Методические рекомендации «Бросить курить. Предупреждение срыва»;](#)
[Методические рекомендации «Бросить курить. Синдром отмены и никотиновая зависимость»;](#)
[Листовка «Подумай, прежде чем взять первую сигарету»;](#)
[Памятка «Никотин. Быстрый и смертельный»;](#)
[Листовка «Закурив сигарету - не сожги своё сердце!» \(новая\);](#)
[Листовка «Закурив сигарету - не сожги своё сердце!» \(сердце\);](#)
[Памятка «Вред электронных сигарет для подростков»;](#)
[Листовка «Твоя последняя сигарета»;](#)
[Памятка «Заложники» курильщика»;](#)
[Буклет «Курение и болезни пародонта»;](#)
[Памятка «Курение и здоровье»;](#)
[Памятка «Курение и зрение».](#)

ПРОФИЛАКТИКА ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



отказ от курения и злоупотребления
алкоголем



сокращение в рационе сладких продук-
тов, копченостей, увеличение потребле-
ния свежих фруктов и овощей, зелени



занятия физической культурой,
закаливание



своевременное лечение заболеваний
пищеварительной системы, в том числе
эрадикация *H. pylori*



профилактика венерических инфекций
через укрепление института семьи



отказ от применения гормональных
препаратов без назначения врача,
своевременная беременность и роды

