

## Světový den bez tabáku 31. května

Kouření je zlovyk, jedná se o naučené chování. Závislost na tabáku je příčinou mnoha závažných onemocnění:



- onemocnění srdce a cév – infarkt, mozková mrtvice, ischemie dolních končetin, arytmie (porucha srdečního rytmu)
- nemoci dýchacích cest – chronická obstrukční plicní nemoc (tzv. CHOPN), která je spojena s chronickým zánětem průdušek a rozedmou plic
- rakovina – plic, jícnu, hrtanu, ledvin, močového měchýře, slinivky a dalších orgánů
- další onemocnění – podílí se na vzniku žaludečních vředů, rozvoji lupénky, u mužů klesá plodnost a schopnost erekce

U žen navíc:

- dřívější nástup menopauzy u kuřáček, než u nekuřáček
- vyšší incidence osteoporózy u žen v období menopauzy
- bývá rovněž příčinou problémů s otěhotněním, hrozí předčasný porod, častější potratovost, vyšší výskyt mimoděložního těhotenství
- velkému riziku se vystavují ženy, které kouří a současně užívají hormonální antikoncepci – jedná se především o vyšší krevní tlak, aterosklerózu a infarkt myokardu. Nejrizikovější skupinou jsou podle odborníků ženy nad 35 let
- unavená vráscitá pleť, zažloutlé nehty a zuby atd. ...

Také pasivní kouření (pobyt v zakouřeném prostředí) je nebezpečné, pasivní kuřáci mohou onemocnět stejnými onemocněními jako kuřáci. U dětí vystavených tabákovému kouří se setkáváme s vyšší mírou nemocnosti, především se jedná o častější onemocnění dýchacích cest, vznik alergií, astmatu, zánětů středního ucha. Je utlumena celková činnost imunitního systému, což může vést ke vzniku dalších autoimunitních onemocnění.

Dne 31. 5. 2017 nabyl účinnosti zákon č. 65/2017 Sb. o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek („protikuřácký zákon“). Hlavním cílem je posílení ochrany před zejména zdravotními škodami působenými návykovými látkami s důrazem na ochranu zdraví dětí a mládeže.

Aplikace zákona v kompetenci KHS:

- Kontrola zákazu prodeje tabákových výrobků atd. (např. ve zdravotnickém zařízení a v souvisejících prostorech, ve škole a školském zařízení).
- Kontrola podmínek prodeje tabákových výrobků atd. (oddělené od ostatního sortimentu – vyčleněné místo, text zákazu prodeje osobám do 18 let, prodávající starší 18 let).

**Krajská hygienická stanice Moravskoslezského kraje se sídlem v Ostravě**

Na Bělidle 7, 702 00 Ostrava

Tel: 595 138 111, Fax: 595 138 109

podatelna@khsova.cz, [www.khsova.cz](http://www.khsova.cz), ID datové schránky: w8pai4f

- Kontrola dodržování zákazu kouření a elektronických cigaret (např. ve vnitřním prostoru provozovny stravovacích služeb – s výjimkou vodních dýmek a el. cigaret), ve škole a školském zařízení, ve zdravotnickém zařízení a v souvisejících prostorech).
- Kontrola plnění povinnosti provozovatelů v místě zákazu kouření (vyzvat osobu, která kouří, aby přestala nebo odešla, označit prostor značkou „Kouření zakázáno“).

Přes zjevné nevýhody kouření, řada lidí stále kouří. Ze studií (Národní výzkum užívání návykových látek 2016, ESPAD 2016) vyplývá, že 26,6 % dospělých osob (tj. přibližně 2,4 mil. osob) a 12,9 % 16-ti letých studentů denně kouří cigarety. KHS MSK má k dispozici různé informativní, edukační a výchovné materiály z oblasti kouření, které může nabídnout na akcích pořádaných pro veřejnost. Jedná se o přístroj piCO Simple Smokerlyzer, model hlenu, zdravotně výchovné materiály s tematikou kouření, postery o kouření a kontakty na odborné poradny odvykání kouření v Moravskoslezském kraji.

#### **Zdroje:**

[www.koureni-zabiji.cz](http://www.koureni-zabiji.cz)

[www.stop-koureni.cz](http://www.stop-koureni.cz)

[www.bezciaret.cz](http://www.bezciaret.cz)

*Zákon č. 65/2017 Sb. „Zákon o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek“*

*Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2016*