

Информационный материал, посвященный всемирному дню некурения



По данным Всемирной организации здравоохранения, каждый 12-й житель планеты умирает от последствий курения. 40-45% всех случаев смерти от рака связывают с курением, из них в 90-95% – это рак легкого. Курение также приводит к различным заболеваниям сердца и легких.

Табак является причиной смертности от бронхита и эмфиземы в 75 % и от болезней сердца приблизительно в 25 % всех случаев. Около 25 % курильщиков умирает преждевременно по причине курения. Умершие вследствие курения в среднем теряют 15 лет своей жизни.

Курящие в 13 раз чаще заболевают стенокардией, в 12 – инфарктом миокарда, в 10 раз – язвой желудка и в 30 раз — раком легких.

Смертельная доза для взрослого человека содержится в одной пачке сигарет, если ее выкурить сразу, а для подростков — полпачки.

Влияние курения на риск возникновения злокачественных опухолей хорошо изучено. Выяснено, что курение табака является непосредственной причиной рака губы, языка, глотки, пищевода, желудка, поджелудочной железы, печени, трахеи, бронхов, мочевого пузыря, почки, шейки матки и миелоидного лейкоза.

Табак содержит никотин – вещество, которое вызывает наркотическую зависимость и характеризуется навязчивой, непреодолимой тягой к его потреблению. В состав табачного дыма, кроме никотина, входят несколько десятков токсических и канцерогенных (вызывающих рак) веществ. Некоторые из них содержатся в табачном листе, другие образуются при его обработке и горении. Большинство канцерогенных и мутагенных веществ содержатся в твердой фракции табачного дыма (смоле), которая задерживается фильтром. Содержание смолы и никотина в табачном дыме может быть различным и зависит от типа сигарет, фильтра, сорта табака и его обработки, качества сигаретной бумаги. В большинстве стран введены нормативы на содержание никотина и смолы. Для смолы эти нормативы варьируют от 10-15 мг/ сиг, а для никотина - 1-1,3 мг/ сиг.

Показатель риска, связанный с курением, различен для опухолей различных локализаций и зависит от возраста на момент начала курения, длительности курения и количества сигарет, выкуриваемых в день.

Риск возникновения рака полости рта и глотки у курящих повышен в 2–3 раза по сравнению с некурящими и в 10 раз у тех, кто курит более одной пачки сигарет в день. Риск развития рака гортани и легкого у курильщиков

очень высок. Так, риск возникновения рака легкого увеличивается в 3–4 раза при выкуривании более 25 сигарет в день.

Результаты американских исследователей указали на важную роль возраста на момент начала курения. Наибольший риск возникновения рака легкого отмечен у мужчин, начавших курить до 15 лет.

Риск возникновения рака пищевода в 5 раз выше у курящих по сравнению с некурящими, а риск рака желудка – в 1,5 раза.

Курение является одной из причин рака поджелудочной железы, и риск возникновения рака у курящих повышен в 2–3 раза. Доказана связь между курением и риском развития рака прямой кишки.

Выявлен повышенный риск развития рака печени у курящих, особенно в сочетании с употреблением алкоголя или у инфицированных вирусами гепатита В и С.

Риск рака мочевого пузыря и почки среди курящих повышен в 5–6 раз.

Выявлена связь между курением и раком шейки матки у женщин, инфицированных вирусом папилломы человека.

В исследовании, проведенном в 4 российских городах (Барнауле, Владивостоке, Томске и Тюмени), выявили очень высокую частоту курения. Среди мужчин, умерших от причин, связанных с курением, она достигла 63%.

Пассивное курение (нахождение рядом с курящим) также является опасным и повышает риск возникновения рака легкого на 30%.

Таким образом, курение является важнейшей причиной развития злокачественных опухолей.

Снижение числа курящих в США и Великобритании привело к уменьшению заболеваемости и смертности от рака легкого и других видов опухолей, связанных с курением.

Не случайно, первый пункт рекомендаций программы "Европа против рака" гласит: «Не курите, особенно в присутствии некурящих! Курение является главной причиной преждевременной смерти».

Если нынешние темпы роста числа курильщиков сохранятся к 2020 году, то ежегодно в мире от заболеваний, связанных с табаком, будут умирать 10 млн. человек, причем 70% этих смертей будут приходиться на развивающиеся страны. Успешная борьба с курением позволит предотвратить около 30% онкологических заболеваний, т.е. ежегодно спасти 2 млн. жизней.

Медицинские работники должны принимать активное участие в организации мероприятий по отказу от курения. При адекватной борьбе с курением можно добиться улучшения состояния здоровья трудоспособного населения и предупредить сокращение населения республики.