

„Środa z Profilaktyką” w temacie profilaktyki uzależnień



„Środa z Profilaktyką” w temacie profilaktyki uzależnień

Data publikacji

26.05.2021 11:28

Tematem dzisiejszej „Środy z Profilaktyką” organizowanej przez NFZ będzie profilaktyka uzależnień - tytoń i e-papierosy.

1. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) palenie tytoniu zabija na świecie ponad siedem milionów ludzi rocznie.
2. Palenie papierosów ma negatywny wpływ na organizm, zwiększa ryzyko wystąpienia wielu chorób tj.: nowotwory jamy ustnej, gardła, krtani, płuc, szyjki macicy, trzustki, nerek, udar, choroby układu oddechowego i krążenia, przewlekłe zapalenie jelit, osteoporozy.
3. 900 tysięcy to bierni palacze,
4. Według Rzecznika Praw Dziecka w Polsce co czwarty nastolatek pali e-papierosy, 30% uczniów w wieku od 15 do 19 lat regularnie pali elektroniczne papierosy.
5. Co czwarty nieletni palacz czuje się uzależniony.
6. Ponad połowa z palących robi to codziennie, głównie dla rozrywki i odstresowania.
7. Od chwili rzucenia palenia organizm zaczyna się regenerować:
 - po 24 godzinach - zmniejsza się ryzyko ostrego zawału serca;
 - do 3 miesięcy - poprawia się kondycja fizyczna;
 - po roku - o połowę zmniejsza się ryzyko zachorowania na chorobę niedokrwienną serca;
 - po 5 latach - zmniejsza się ryzyko wystąpienia udaru mózgu, oraz zachorowania na raka jamy ustnej, przełyku i krtani oraz płuc;
 - po 15 latach - ryzyko zachorowania na raka płuc jest podobne jak u osoby nigdy niepalącej.

Więcej informacji w poniższych materiałach informacyjnych.

[Ulotka informacyjna](#)

[Film informacyjny](#)

Źródło: <https://akademia.nfz.gov.pl/wp-content/uploads/2021/05/Ulotka-Profilaktyka-uzale%C5%BCnie%C5%84.-Tyto%C5%84-i-e-papierosy-.pdf>

Grafika: <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)