31 мая во всем мире проводится международная акция по борьбе с курением – Всемирный день без табака, т.е. день, свободный от табачного дыма. Он был установлен в 1988 году Всемирной организацией здравоохранения. Перед мировым сообществом была поставлена задача — добиться, чтобы в XXI веке проблема курения табака исчезла.

Глобальной целью Всемирного дня без табака является содействие защите нынешнего и будущих поколений не только от разрушительных последствий для здоровья, но также и от социальных, экологических и экономических бедствий, связанных с употреблением табака и воздействием табачного дыма. Употребление табака является самой значительной предотвратимой причиной смерти и в настоящее время, по данным ВОЗ, приводит к смерти каждого десятого взрослого человека.

Ежегодно от «табачной эпидемии» в мире умирает около 6 миллионов человек (более 600 тысяч из которых, не являясь курильщиками, умирают из-за воздействия вторичного табачного дыма). При отсутствии действий к 2030 году эта цифра вырастет до 8 миллионов человек. Во всемирном масштабе это больше чем туберкулез, материнская смертность, дорожно-транспортные происшествия, самоубийства и убийства, вместе взятые.

Курение является социальной проблемой нашего общества. Курящих мужчин становится меньше, а число курящих женщин остается стабильным. Курильщики теряют около 18 лет потенциальной жизни, это является огромной социальной потерей для нашего общества. Табачный дым вызывает и обостряет многие болезни, действуя практически на все органы.

Учеными установлено, что при выкуривании одной пачки сигарет человек получает дозу радиации в семь раз больше той, которая признана предельно допустимой. А радиация табачного происхождения вкупе с другими канцерогенными веществами — главная причина возникновения рака. Помимо высокого риска возникновения различных форм злокачественных новообразований, продолжение курения негативно сказывается на проведении специального лечения при возникновении этих заболеваний. Установлено, что у этих больных, по сравнению с некурящими, сокращается продолжительность жизни, возрастает риск рецидива или возникновения второй опухоли, снижается эффективность лечения, качество жизни.

Особенно вредно курение в детском и подростковом возрасте. Курение вызывает задержку роста, приводит к снижению физической и умственной работоспособности. В результате нарушения обмена веществ повышается утомляемость, происходит общее ослабление организма.

Непоправимый вред наносится будущему ребенку, если курит беременная женщина. Табачный дым может оказать как сиюминутное, так и отдаленное воздействие на организм. Результатом комплексного негативного воздействия продуктов табачного дыма на организм плода является задержка роста и снижение веса при рождении. Это позволяет говорить о «табачном синдроме плода» по аналогии с «алкогольным синдромом» или о пассивном курении плода. У курящих женщин выкидыши и рождение мертвых детей встречается в 2–3 раза чаще.

Курение вредит здоровью курильщика. Эта истина известна, пожалуй, всем, однако, далеко не все понимают, что табачный дым опасен не только для курильщика, но и для тех, кто находится с ним рядом.

Не существует безопасной сигареты и безопасного уровня курения. Единственным наиболее эффективным способом снижения опасности для здоровья остается прекращение курения. Для тех, кто курит, разработана целая система мероприятий по отказу от этой вредной привычки. Однако успех в борьбе с курением будет гарантирован лишь в том случае, если курящие сами придут к осознанному желанию бросить курить.

Всемирная организация здравоохранения привержена делу борьбы против табака во всем мире. Рамочная конвенция ВОЗ по борьбе против табака вступила в силу в феврале 2005 года. Республика Беларусь ратифицировала документ одной из первых стран постсоветского пространства, тем самым государство взяло на себя обязательство принимать все ее условия на международном, национальном и региональном уровнях для того, чтобы постоянно и существенно сокращать потребление табака и табачного дыма.