



ZAŠTO PRESTATI PUŠITI?

FISTRIĆ T.¹, Primorac A.¹, Vulje Lj.¹, Dvorneković K.¹

¹ KB Dubrava, Zagreb, Croatia
Poliklinika

Objective: Epidemija pušenja jedna je od najvećih javnozdravstvenih prijetnji s kojima je čovječanstvo ikad bilo suočeno. Pušenje utječe i na društveno gospodarske prilike povećavajući troškove zdravstvene skrbi i stvarajući veliki ekonomski teret svakoj zajednici. Sa svakim dimom cigareta u tijelo se unosi više od 4000 raznih kemikalija od kojih je 50 pouzdano kancerogeno. Nikotin iz duhanskog dima izaziva ovisnost dok je katran glavni predstavnik kancerogenih tvari.

Procjenjuje se da u svijetu puši milijarda i tri stotine milijuna ljudi, a prema podacima Svjetske zdravstvene organizacije (SZO) od posljedica pušenja u svijetu godišnje umire oko 6 milijuna ljudi od čega je 600000 nepušača koji su bili izloženi pasivnom pušenju. Ako se navedeni trend nastavi broj smrti od posljedica pušenja će se 2030. g. povećati na 8 milijuna. Također SZO procjenjuje da blizu 700 milijuna djece ili svako drugo dijete na svijetu izloženo je pasivnom pušenju odraslih. Od posljedica štetnog djelovanja duhana svakih 8 sekunda u svijetu umre jedan čovjek, a znanstvene činjenice govore da jedna cigareta skraćuje život za osam minuta te da je trajanje života pušača kraće za oko 20 godina u odnosu na vršnjaka nepušača.

U Hrvatskoj svaka treća osoba puši, a od bolesti vezanih uz pušenje godišnje umire do 14000 ljudi. Prema podacima HZZO-a 2014. g. izdvojeno je 1.3 milijardi kuna za liječenje bolesti povezanih s pušenjem. Zabrinjava činjenica da se broj pušača u razvijenim zemljama smanjuje dok je on u Hrvatskoj i dalje velik. U nastojanjima da se smanji broj pušača zakonodavci različitih zemalja stalno uvode nove mjere koje bi trebale dovesti do njegovog smanjenja. Tako je od 2008. g. u Hrvatskoj na snazi Zakon o ograničavanju uporabe duhanskih proizvoda i unatoč njegovom uvođenju u proteklih 10 godina u Hrvatskoj nije došlo do značajnijeg pada broja pušača.

Pušenje je rizični čimbenik za nastanak velikog broja bolesti koji znatno smanjuju kvalitetu života i uzrokuje prijevremenu smrt. Znanstvena istraživanja dokazala su i uzročnu povezanost pušenja s nastankom mnogih malignih bolesti. Procjenjuje se da u razvijenim zemljama svijeta puši 41% muškaraca i 21% žena dok je taj omjer

htd TORAKS 2019

hrvatsko
torakalno
društvo

9. Kongres Hrvatskog torakalnog društva
9th Congress of Croatian Thoracic Society

**Hotel Westin Zagreb
10.-13. 4. 2019.**



u zemljama u razvoju 48% muškaraca i 8% žena, uz napomenu da broj žena koje puše stalno raste. Prestanak pušenja predstavlja najisplativiju intervenciju u prevenciji bolesti koje pušenje uzrokuje. Najvažnije je edukaciju usmjeriti prema mladima kako uopće ne bi ni započinjali pušiti, a pušačima koji žele prestati pružiti podršku kroz program škole nepušenja.
Ključne riječi: pušenje, pasivno pušenje, štetnost pušenja, prevencija