

Профилактика табачной зависимости

Уважаемый пациент!

При прохождении первого этапа диспансеризации у Вас имеется подозрение на табачную зависимость.

Курение табака - один из наиболее опасных факторов риска сердечно-сосудистых, бронхо-легочных, онкологических и других хронических заболеваний. Пассивное курение так же вредно, как и активное.

Нет безопасных доз и безвредных форм потребления табака. Так называемые «легкие» и тонкие сигареты так же вредны для здоровья.

Отказ от курения будет полезен для здоровья в любом возрасте, вне зависимости от «стажа» курения.

Если курящий выкуривает первую утреннюю сигарету в течение первых 30 минут после подъема, то у Вас высокий риск никотиновой зависимости, что расценивается как заболевание и требует медицинской помощи.

Вред курения заключается в следующем: затруднение дыхания, кашель, возникновение и/или обострение бронхиальной астмы и других хронических болезней легких, сердечно-сосудистые болезни (инфаркт, инсульт), онкологические болезни рак легких, рак груди и других локализаций, риск неблагоприятного исхода беременности и риск для здоровья будущего ребенка у беременных женщин, проблемы с эректильной дисфункцией у мужчин, преждевременное старение кожи.

Обращаем Ваше внимание на то, что потребление «легких сигарет» и других форм табака так же вредно для здоровья, как обычных сигарет, а курение «легких сигарет» намного вреднее, чем обычных, еще и для окружающих людей;

Преимущества отказа от курения. При отказе от курения Вы почувствуете улучшение Вашего самочувствия и состояния здоровья; восстановление/улучшение функций сердечно-сосудистой и дыхательной системы; улучшение вкусовых и обонятельных ощущений; повышение выносливости и работоспособности; улучшение цвета лица и состояния кожи; снижение риска преждевременного старения; снижение риска развития хронических заболеваний; снижение риска развития эректильной дисфункции у мужчин; увеличение вероятности родить и вырастить здоровых детей.

При возникновении вопросов необходимо обратиться к врачу общей практики.