



SVEIKAS SAULĖS MIESTAS
Šiaulių miesto savivaldybės
visuomenės sveikatos biuras

PASYVAUS RŪKymo ŽALA



1 valanda prirūkytoje patalpoje = 1 surūkyta cigaretė!

Pasyvus rūkymas – tai kvėpavimas tabako dūmais užterštu oru. Nerūkantysis, kurį laiką išbuvęs prirūkytoje patalpoje, gali jausti intoksikacijos požymius: galvos skausmą, pykinimą. Todėl visame pasaulyje yra kovojama už aplinką be tabako dūmų, skatinama nesitaikstyti su žalingais įpročiais.



Pasyvaus rūkymo keliami pavojai



Švedijos Nacionalinės sveikatos ir gerovės tarybos finansuotas tyrimas atskleidė, kad pasaulyje pasyvus rūkymas kasmet nusineša 603 000 nerūkančiųjų gyvybes.



Ūmus pasyvaus rūkymo poveikis pasireiškia akių sudirginimu, čiauduliu, sloga, kosuliu, pykinimu, galvos skausmais ir kitais simptomais.



Ilgainiui pasyvus rūkymas gali 25-30 proc. padidinti širdies ligų riziką ir 20-30 proc. padidinti plaučių ligų riziką.



Pasyvus rūkymas gali sukelti plaučių vėžį net tiems žmonėms, kurie niekada nerūkė.



Rizika susirgti astma žmonėms, veikiamiems aplinkoje esančių tabako dūmų, išauga 40-60 procentų.

Tabako dūmams ypač jautrūs vaikai. Jie dažniau serga astma, kvėpavimo takų infekcinėmis ligomis, vidurinės ausies uždegimu. Staigios kūdikių mirties sindromas taip pat yra susijęs su pasyviu rūkymu.

Parengė: visuomenės sveikatos specialistė vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje
Lina Butkevičiūtė remiantis www.nerukysiu.lt medžiaga. Tel.nr: +37067684786,
el. paštas: lina.butkeviciute@sveikatos-biuras.lt