

Svetovni dan zdravja 1980

KAJENJE ALI ZDRAVJE — IZBERITE!

Poslanica generalnega direktorja Svetovne zdravstvene organizacije (SZO) dr. Hafdana Mahlerja

Kajenje je prav gotovo edino med vzroki mnogih obolenj v današnjem svetu, ki ga je moč uspešno odpraviti. Nenehno naraščanje kajenja namreč nadvse resno ogroža večino tistih, ki v razvitih deželah žive pod nenehnim in vse večjim pritiskom proizvajalcev cigaret. Obstaja resna nevarnost, da bo kajenje postalo ena največjih nevarnosti za ljudsko zdravje. V razvitih deželah bo potreben izredno velik napor in trdovraten boj, da bi ljudem dopovedali in jih prepričali o škodljivosti kajenja za zdravje, zlasti o škodljivosti za najbolj ogroženo skupino — mladino. Da bi zbudili resnično zanimanje za ta problem in njegove usodne posledice, in še posebej, da bi spodbudili oblasti in celotno prebivalstvo, naj se z vso voljo in resničnim prepričanjem zavzemajo za zmanjšanje porabe tobaka, se je Svetovna zdravstvena organizacija odločila, da letošnji svetovni dan zdravja posveti prav problemu kajenja.

Ob povsem jasnih in neovrgljivih znanstvenih kazalcih je dokazana usodna povezava med kajenjem in nekaterimi boleznimi. Kajenje pomeni nevarnost za nastanek pljučnega raka, bolezni srca in vse vrste bolezni dihal. Dejansko se je veliko bolezni, povezanih s kajenjem, pojavilo šele pri zadnjih nekaj generacijah, ki jih je zajelo množično kajenje tovarniško izdelanih cigaret.

Osnovna skrb za zdravje se kaže predvsem v oblikovanju potrebe vsakega posameznika, da se bo ob aktivnem sodelovanju celotne družbene skupnosti začel zavedati odgovornosti do lastnega zdravja, zdravja družine in zdravja družbe sploh. V prizadevanju za zmanjšanje kajenja ter da bi od kajenja odvrgli otroke in mladino, je resnično veliko možnosti, da vsak posameznik lahko skrbi za svoje zdravje — še zlasti, če pri tem sodeluje in mu pomagajo državne in lokalne oblasti.

Letošnji svetovni dan zdravja je torej priložnost za široko in od vsega prebivalstva podprto akcijo za zmanjšanje kajenja — akcijo, ki naj ji izmenjava mnenj in izkušenj strokovnjakov vsega sveta pomaga k čim večjemu uspehu.

**ZARADI KAJENJA UMRE NA LETO NAJMANJ MILIJON LJUDI
— »IZBERITE SAMI: KAJENJE ALI ZDRAVJE!«**

• Spričo dejstva, da obstaja vzročna zveza med kajenjem in zdravjem ljudi, saj čezmerna umrljivost narašča s povečano porabo tobačnih izdelkov in tudi

kajenje povzroča boleznih dihal ter srčnega in žilnega sistema, je potrebna široka aktivnost vseh družbenih dejavnikov za omejevanje in zatiranje kajenja.

Pri tem imajo pomembno vlogo zlasti zdravniki in pedagoški delavci, družbenopolitične organizacije, strokovna združenja in društva. Vsi ti naj si prizadevajo, da bi čimbolj omejili kajenje, zlasti med otroki in mladino.

- Zavod SR Slovenije za zdravstveno varstvo in Zavod SR Slovenije za šolstvo naj pripravita konkreten program zdravstvenih preventivnih in vzgojnih ukrepov, ki bi jih bilo treba uveljaviti za zmanjšanje kajenja. V tem programu naj bo dan poseben poudarek sistematičnemu vzgojnemu delu med mladino.

- Vse delovne in družbenopolitične organizacije ter drugi sklicatelji sestankov, zborovanj in športnih prireditev naj prepovejo kajenje v zaprtih prostorih.

- Z zveznim zakonom je treba:

- prepovedati reklamiranje tobaka in tobačnih izdelkov;

- zavezati proizvajalce cigaret, da na cigaretih zavojčkah označijo količino katrana in nikotina v cigaretah ter svarilo, da je kajenje cigaret zdravju škodljivo.

- Z republiškim predpisom je treba:

- prepovedati prodajo tobaka in tobačnih izdelkov v prodajalnah, namenjenih za prodajo kruha in drugih živilskih proizvodov;

- prepovedati kajenje v vseh prevoznih sredstvih javnega prometa . . .

. . . iz stališč Skupščine SR Slovenije, sprejetih na seji prosvetno-kulturnega zbora dne 9. marca in na seji socialnozdravstvenega zbora dne 10. marca 1972.

- Smo pred vprašanjem »kako zmanjšati sedanjo nikotinsko narkomanijo?« Vsaka akcija proti kajenju zadeva namreč na dva problema. Problem so na eni strani kadilci, ki »najdejo v kajenju psihofizične užitke«, na drugi pa vse večja proizvodnja tobaka in predelava v cigarete. V Jugoslaviji je slednji problem izredno pereč, saj živi od pridelovanja tobaka vsaj 160.000 kmečkih družin, kar pomeni izredno važen ekonomski faktor, ki ga ne moremo odpraviti kar mimogrede.

Zato je na vprašanje, kako zastaviti našo akcijo proti kajenju, izredno težko odgovoriti, zlasti, ko naj bi z njo vplivali na zmanjševanje posledic kajenja in skrajševanje poprečne življenjske dobe kadilcev. Naj velja podatek: če bi se danes prešteli kadilci in nekadilci in potem spet čez deset let, bi ugotovili, da je med umrlimi veliko več kadilcev kot pa nekadilcev. To posledico škodljivega kajenja imenujemo čezmerno umrljivost.

In kako podaljšamo življenje kadilcem? Na razpolago imamo nekaj možnosti, vendar mora biti v njihovo uresničitev vključena vsa naša družba in vsak posameznik. Eden od ciljev, ki ga želimo doseči, je: doseči, da bi mladi čim kasneje segli po cigareti. V svetu sicer ugotavljajo, da po 50. letu starosti veliko kadilcev opušča kajenje, vendar se to v končnem številu kadilcev komaj pozna, ker je tistih, ki začenjajo kaditi v mladih letih, neprimerno več, skokoma pa narašča tudi število žensk kadilk. Uspehi med mladimi so minimalni, novi in novi kadilci presegajo število tistih, ki cigarete opustijo.

Naslednji cilj, ki bi ga prav tako radi dosegli, je: kako prepričati kadilce, da bi s kajenjem prenehali, tretji pa zadeva tiste kadilce, ki že nosijo posledice kajenja, pa bi jih želeli pripraviti do tega, da bi kajenje takoj opustili. Mnogi med

njimi se na videz počutijo sicer zdrave, vendar že imajo obstruktivni kronični bronhitis, težave s srcem, težave pri hoji, bolečine v mečih . . .

. . . iz uvodnih misli prof. dr. Bojana Fortiča na 5. seji RO RKS, septembra 1977.

- Rdeči križ Slovenije z vso odgovornostjo uresničuje začrtani program boja proti kajenju in ga vključuje v vse dejavnosti, hkrati pa še naprej ostaja pobudnik in sodelavec pri razvoju in širjenju vsesplošnega programa boja proti kajenju.

- Program in iz njega izhajajoče obveznosti sprejemajo in potrjujejo zbori delegatov organizacij Rdečega križa na vseh ravneh.

V podrobnem delovnem načrtu so nanizane zlasti naslednje naloge:

- informiranje članov RK in občanov ter vseh delovnih ljudi o škodljivosti kajenja in njihovi vlogi v začrtanem boju proti kajenju, vlogi, ki se kaže v konkretnih pozitivnih vplivih na oblikovanje javnega mnenja proti kajenju in sodelovanju v akcijah proti kajenju;

- integracija boja proti kajenju v vse programe RKS in obravnavanje te tematike z vidika posameznih njegovih dejavnosti (PP, DNB, boj proti hipertenziji, bolezni srca in ožilja ter nekaterim pljučnim obolenjem, zdravstveno varstvo ostarelih itd.);

- priprava strokovnega gradiva za predavatelje in izdelava nazornih ter propagandnih sredstev (razširitev založniške dejavnosti na področje boja proti kajenju cigaret in namenska distribucija tega gradiva);

- vse dosedanje izkušnje kažejo, da je obetavno in uspešno le delo z mladino, pri kateri se stališča in vedenje do kajenja šele oblikuje. Zato naj organizacije RKS z mladimi člani RK, njihovimi mentorji in pedagoškimi delavci pozitivno vplivajo in pomagajo mladim pri odločanju proti kajenju. V ta namen naj izkoristijo vse možne oblike stikov z mladimi (šole, aktivni, brigade, izvenšolske dejavnosti, okrevališča itd.);

- organizacije RKS naj bodo pri načrtovanju in uresničevanju konkretnih programov proti kajenju glede stroke najtesneje povezane z zdravstveno, glede pedagoških prijemov pa s pedagoško službo, nič manj pa seveda tudi s socialno in drugimi strokovnimi službami;

- RKS se bo zavzemal za uresničevanje dogovora o prepovedi kajenja v šolah, zdravstvenih organizacijah, na sestankih in sejah, skratka v vseh zaprtih prostorih, v katerih se zbirajo ali delajo ljudje;

- v propagandi boja proti kajenju naj RKS kar največ uporablja sodobne medije množičnega komuniciranja in obveščanja, zlasti vsa svoja glasila, dnevni tisk, interna glasila delovnih organizacij, radio, televizijo in še kaj;

- programe za boj proti kajenju bo RKS usklajeval z vsemi družbenimi dejavniki, da bi tudi tako prispeval k čimprejšnjemu uresničevanju sklepov, ki jih je v zvezi z bojem proti kajenju sprejela Skupščina SR Slovenije . . .

. . . iz akcijskega programa boja proti kajenju, sprejetem na 5. seji delegatov RO RKS, septembra 1977.

• »Bolezni, ki so povezane s kajenjem, so tako pomembni vzroki invalidnosti in prezgodnje smrti v razvitih deželah, da lahko omejevanje (kontrola) kajenja prispeva k izboljšanju zdravja in podaljšanju življenja v teh deželah več kot katerakoli druga posamezna akcija na celotnem področju preventivne medicine.«

... 23. skupščina Svetovne
zdravstvene organizacije

• Zdravstvena vzgoja za preprečevanje in odvajanje kajenja obsega dve vzgojni področji:

Delo z odraslimi — tu gre predvsem za izobraževanje in informiranje odraslih kadilcev z namenom spremeniti njihovo dosedanje stališče in odnos ter jih motivirati, da bi opustili kajenje ali vsaj spremenili dosedanjo prakso kajenja.

Vzgojno delo z mladino v boju proti kajenju je veliko bolj obetavno, saj imamo opraviti z osebnostmi, ki še niso izoblikovane in se njihova stališča šele oblikujejo, z njimi pa tudi pozitiven odnos do raznih zdravstvenih vprašanj. Namen tega programa je: mladina, predvsem šolska, naj ne bi kadila, če pa že meni, da mora kaditi, naj prvo cigareto prižge čim pozneje.

Zdravstvena vzgoja obsega metode in tehnike dela s posamezniki in skupinami; le-te omogočajo uspešno sprejemanje znanja oziroma spreminjanje stališč in odnosa do zdravja.

... Rdeči križ Slovenije v boju proti kajenju, Bilten, št. 7, 1979, 14.

• Rezultati številnih raziskav v zvezi s kajenjem neizpodbitno dokazujejo, da so cigarete osnovni krivec za tisoče nepotrebnih smrti. Kajenje namreč sproža pri kadilcu proces, ki postopno povzroča neozdravljive bolezni. Statistični podatki kažejo, da je prav kajenje krivo za 90 odstotkov vseh smrti pri raku na pljučih, 25 odstotkov smrti zaradi bolezni srca in ožilja ter za 75 odstotkov smrti zaradi kroničnega bronhitisa.

To pomeni, da zaradi kajenja umre na leto najmanj milijon ljudi . . .

... april 1980

OBVESTILO

Vse zdravstvene delavce, šole in zdravstvene delovne organizacije obveščamo, da je Zveza društev medicinskih sester Slovenije izdala novo skripto:

Dr. Miran Mally: Organizacija zdravstvene službe.

Dobite jo pri Zvezi društev medicinskih sester Slovenije, Ljubljana, Vidovdanska 9, cena pa je 220,00 din.

Uredništvo ZO