

Руководителю  
ГУ «Управление здравоохранения  
Карагандинской области»  
Е. Нурлыбаеву

**Отчет о проведении Национальной программы  
«Прекрасный день, чтобы бросить курить!»,  
данные по Карагандинской области**

В Карагандинской была проведена акция нашими сотрудниками компании ТОО Asia Way, согласно Национальной программе «Прекрасный день, чтобы бросить курить!», приуроченная Международному Дню отказа от курения (с 26 по 30 ноября)

Всемирная организация здравоохранения (далее – ВОЗ) называет "табачную эпидемию" одной из самых серьезных угроз для общественного здравоохранения в мире: от курения табака в год умирает около 7 миллионов человек (в среднем же курение отнимает 14 лет жизни (по исследованию американских центров по контролю и профилактике заболеваний, CDC).

Около 80% курящих проживает в странах с низким и средним уровнем доходов, и многие вынуждены перераспределять расходы с основных потребностей вроде жилья, еды и детей на приобретение табака – отказаться от него сложно из-за зависимости.

Борьба с табаком и употреблением табачных изделий в глобальном масштабе была начата в феврале 2005 года, когда вступила в силу Рамочная конвенция ВОЗ по борьбе против табака, подписанная почти 180 странами, где проживает 89% населения всего мира.

В Казахстане, согласно прогнозам ВОЗ, к 2032 году распространенность курения позволят снизить такие меры, как: 1) **на 27%** - повышение до 75% акциз на сигареты; 2) **на 6%** - усиление мер по обеспечению соблюдения всеобъемлющих законов о запрете курения; 3) **на 7%** - принятие и реализация законов о запрете большинства видов прямой и косвенной рекламы табачных изделий; 4) **на 3%** - переход от умеренных программ оказания помощи в отказе от курения к широко разрекламированной и всеобъемлющей политике, направленной на содействие прекращению потребления табака.

На сегодняшний день в стране созданы необходимые условия для продуктивной борьбы с табакокурением, однако степень успешности их реализации в первую очередь зависит от активной позиции каждого члена общества.

В связи со сказанным выше - реализация Национальной программы осуществлялась по следующим направлениям:

**В целевой группы 3-6 лет проведены 24 мероприятия, с охватом 550 человек:**

По г. Караганды, Балхаш, районным центрам в ДДУ «Күншуак», «Алпамыс», «Ертөстік», «Ақбота», «Таңшолпан», «Балақай», «Жұлдыз», мини-центра «Инжу» проведены родительские собрания в ДДУ на следующие темы: «Из чего мы состоим», «Пропаганда физической активности», «Профилактика вредных привычек», также были организованы игры на тему «Мы растём здоровыми». На собрании наши специалисты и воспитатели говорили родителям о необходимости помощи детям в развитии позитивных привычек в образе жизни (60 минут ежедневной физической активности: езда на велосипеде, баскетбол или футбол, игры с мячом, пешие прогулки и пр). Даны рекомендаций по вопросам здорового поведения детей.

**В целевой группы 7-10 лет проведены 230 мероприятия, с охватом 5514 человек:**

В СОШ г.Караганды №65, 61, 34, 54, 44, 23, 39, 79, в г.Темиртау №10, 17, 6, 1, 3, 7, в г. Сарань №2, 4, 6, 13, 16, в г. Абай №15, 4, 1, 12, 10, 14, 5, в Улытауском районе №1, 7, 3 провели родительские собрания на тему «Я говорю курению «Нет!» с участием педагогов учреждения образования, где родители были ознакомлены формированием негативное отношение детей к табакокурению, способствовать созданию среды, свободной от табака, мотивировать лиц, потребляющих табак, задуматься об отказе от него у детей. Были розданы информационные листовки.

**В целевой группы 11-14 лет проведены 792 мероприятия, с охватом 9027 человек:**

ОСШ №5, лицее №39, ОСШ№8, ОСШ№16, ОСШ№9, ОСШ№17, шк. гимн. №4, ОСШ№1 совместно с педагогами были организованы и проведены интерактивные классные часы в школах на тему «Курить – здоровью вредить». Аналогичные занятия были проведены в медицинском колледже и в средних учебных заведениях городов Караганы, Балхаш, Темиртау и Жезказган. Также, ролевые игры «Как отказаться от предложения закурить». Целью данной ролевой игры было – выработка навыков поведения по преодолению группового давления; навыков, навыков умения сказать «нет» в ситуациях, когда предлагают попробовать выкурить сигарету.

**В целевой группы 15-17 лет проведены 272 мероприятия, с охватом 6985 человек:**

С целью помочь участникам оценить свою позицию по отношению к курению и выработать навыки здоровьесберегающего поведения проведены интерактивные тренинги для молодежи «Табачный туман обмана». Специалистами нашей фирмы Карагандинской области проведены и организованы дебаты на тему «Электронные сигареты как альтернатива традиционному табаку». Согласно информации ВОЗ, электронные системы доставки никотина или ЭСДН, наиболее распространенным прототипом,

которых являются электронные сигареты, продуцируют аэрозоль путем нагревания раствора, который вдыхает пользователь. Основными компонентами раствора помимо никотина, когда он присутствует, являются пропиленгликоль с глицерином или без него и ароматизаторы.

**В целевой группы 18-29 лет проведены 224 мероприятия, с охватом 6937 человек:**

Проведены беседы, консультаций и семинары на тему «Никогда не рано, никогда не поздно». Семинар проводился в колледжах, ВУЗах городов Карагандинской области, на рабочих местах с привлечением известных людей, чья жизнь действительно изменилась в лучшую сторону благодаря отказу от курения, и перехода к здоровому образу жизни готовых поделиться реальным опытом и ощущениями до и после курения. Табак является единственным незапрещенным продуктом, который приводит к гибели значительного числа потребителей при его использовании в целях, предусмотренных производителями. По оценке Всемирной организации здравоохранения, (ВОЗ) в настоящее время в результате потребления табака ежегодно гибнут почти шесть миллионов человек, то есть каждые шесть секунд в мире умирает человек. Если решительные меры по противодействию этой эпидемии не будут приняты в ближайшее время, то, согласно прогнозам, к 2030 году данная цифра достигнет 8 миллионов смертей ежегодно.

Был организован марафон под девизом «Мы за чистый воздух!». В целях повышения знаний и навыков среди населения о профилактике табакокурения, поведенческих факторов риска, на государственном и русском языках была ротация аудио-видеороликов по предупреждению курения, профилактике поведенческих факторов риска, в частности табакокурения, употребления насвая, кальяна и др.

**В целевой группы 30-64 лет проведены 168 мероприятия, с охватом 4244 человек:**

С нами совместно с врачами общей практики были организованы дни открытых дверей. Для этого организации дней открытых дверей в районах, с районных центрах была направлена передвижные флюоро-машина. Население активно участвовали, проходили флюорографию и медицинский осмотр, привезли лежачих больных для прохождения флюорографии, которые не могут передвигаться без помощи посторонних. В рамках дней открытых дверей для данной целевой группы проведены более индивидуальных бесед на тему «Я скажу курению – НЕТ!». Пригласили диспансерных больных для прохождения медицинского осмотра и раздали информационные листовки.

Также, было организовано и проведены дни открытых дверей на рабочих местах по тематике: «Бросим курить вместе», «Здоровая семья без вредных привычек», «Формирование здорового образа жизни». Дни открытых дверей проводились на рабочих местах с участием нашими социальными работниками и психологами с определением наличия факторов

риска (опрос), уровня артериального давления, экспресс уровня холестерина, сахара в крови. При необходимости проведение индивидуального краткосрочного консультирования с использованием принципов мотивационного консультирования к отказу от потребления табака и приглашением к обучению в школе профилактики поведенческих факторов риска с целью выработки навыков самоконтроля и самопомощи.

Нашими специалистами в Карагандинской области были организованы тренинги для лиц, употребляющих табачные изделия, с целью пропаганды здорового образа жизни, формирования ценностного отношения к собственному здоровью, привития навыков самосохранительного поведения. Никотин вызывает сильную зависимость, и некурящие не должны начинать употреблять содержащие никотин продукты. Никотин участвует в нейродегенеративных процессах, и есть фактические данные о нарушениях развития головного мозга у детей и зародышей, подвергавшихся воздействию никотина. ВОЗ не рекомендует употреблять никотин в какой бы то ни было форме тем, кто никогда не курил, или детям и беременным женщинам, и в нашем докладе об электронных сигаретах мы придерживаемся этой позиции.

**В целевой группы старше 64 проведены 149 мероприятия, с охватом 1471 человек:**

Совместно с врачами общей практики вели разъяснительные беседы с населением, которые обращались с жалобами на давление, диспансерных больных и лиц старше 45 лет. Проведена лекция на тему «Курение – нет!», где объяснила о важности соблюдение здорового образа жизни, о вреде табака и алкоголя на организм, своевременном обращении в поликлинику за медицинской помощью не занимаясь самолечением. После окончания семинара всем присутствующим измерили давление и раздали информационные материалы. Консультации проводили совместно с нами наркологи медицинских организации на тему «Профилактика табакокурения», где они объясняли присутствующим о важности правильного питания и вреде табака, вредных привычек и несбалансированного питания на организм.

**По результатам реализации настоящей Национальной программы на территории Карагандинской области было организовано 1859 мероприятий с общим охватом 34728 человек, освещением в СМИ 15721 раз, было роздано 29985 информационно-образовательных материалов, а в анкетировании приняло активное участие 4688 человек.**

Директор ТОО Asia Way \_\_\_\_\_

Исп: Касьмова М.Б.





