

## Światowy Dzień Rzucania Palenia Tytoniu



Palenie papierosów niesie za sobą wiele negatywnych skutków wpływających na zdrowie człowieka, między innymi: choroby układu oddechowego (zapalenie płuc i oskrzeli); choroby układu krążenia (miażdżyca tętnic, niedokrwienne choroba serca); nowotwory (płuc, przełyku, jamy ustnej, krwi, nerek, górnych dróg oddechowych).

Korzyści płynących z rzuceniem palenia tytoniu jest bardzo dużo. Pierwsze pojawiają się już 20 minut po wypaleniu ostatniego papierosa! Po upływie 10 lat ryzyko raka płuc jest o połowę niższe, a ryzyko zawału serca jest na tym samym poziomie jak u osoby, która nigdy nie paliła.

Idea obchodzonego w Polsce i na świecie Światowego Dnia Rzucania Palenia Tytoniu ma na celu zwrócenie uwagi całego społeczeństwa na różne aspekty palenia tytoniu: społeczne, ekonomiczne, a przede wszystkim na skutki zdrowotne, które spowodowane są paleniem papierosów i e-papierosów.