**Международный день отказа от курения**

Наконец то, борьба с этой пагубной привычкой приобретает вполне конкретные очертания, ведь ещё буквально несколько десятилетий назад нельзя было продвинуться дальше простых слов. Виной этому являлось практически непробиваемое лобби табачных производителей и их элементарная алчность.

По данным проекта WebPlus.info, очень символично, что Международный день отказа от курения своими истоками уходит на Американскую землю, континент, с которого и началось это тотальное шествие – привычки табакокурения.

В 1977-м онкологическое сообщество Соединённых Штатов Америки, изучив печальную статистику по этой теме, с целью привлечения внимания к данной проблеме, предложило отмечать ежегодно в каждый третий четверг месяца ноября – День отказа от табака. Вскоре к этой полезной инициативе стали присоединяться во всём мире. А позднее, в 1988-м году, по предложению Всемирной Организации Здравоохранения (резолюцией № WHA 42.19) возник младший брат этого Международного дня – Всемирный день без табака, который сейчас отмечается 31-го мая.

Статистика ВОЗ очень печальна. Эпидемия табакокурение в XX-м столетии забрала из жизни более 100-а миллионов человек. В XXI-м столетии эта цифра может вырасти на порядок. Около 63-х % всех смертей на земле происходит из-за неинфекционных заболеваний. Табакокурение в этой страшной статистике занимает устойчивую лидирующую позицию.

Целью Дня отказа от курения является активные действия по способствованию в снижении распространения вредной табачной зависимости. Это включает в себя борьбу против табакокурения во всех слоях общества и в первую очередь в среде врачей и медицинского персонала. Широкое информирование общества о вредном и пагубном воздействии табака на здоровье курильщика и окружающих его людей способно позитивно повлиять на самосознание множества курильщиков. Благодаря хорошей осведомленности населения о вреде курения для здоровья и доступных методах избавления от этой вредной привычки многие граждане стремятся избавиться от пагубной никотиновой зависимости.

В 2019-20 году Международный день отказа от курения выпадает на 21 ноября

**Международный день отказа от курения.**

Ежегодно в третий четверг ноября отмечается Международный день отказа от курения (No Smoking Day). Он был установлен Американским онкологическим обществом (American Cancer Society) в 1977 году. Вскоре к этой полезной инициативе стали присоединяться во всём мире. В 2017 году Международный день отказа от курения выпадает на **16 ноября**.

По данным Всемирной организации здравоохранения:

* в мире 90% смертей от рака легких, 75% – от хронического бронхита и 25% – от ишемической болезни сердца обусловлены курением;
* каждые десять секунд на планете умирает один заядлый курильщик (к 2020 году этот уровень может повыситься до одного человека за три секунды);
* в России курит минимум каждая десятая женщина;
* заядлыми курильщиками сегодня можно назвать 50-60% российских мужчин (среди некоторых категорий граждан эта цифра достигает 95%);
* курение и вызываемые им заболевания ежегодно становятся причиной смерти не менее чем миллиона граждан России.

Целью Дня отказа от курения являются активные действия по способствованию в снижении распространения вредной табачной зависимости. Это включает в себя борьбу против табакокурения во всех слоях общества и в первую очередь в среде врачей и медицинского персонала. Широкое информирование общества о вредном и пагубном воздействии табака на здоровье курильщика и окружающих его людей способно позитивно повлиять на самосознание множества курильщиков. Благодаря хорошей осведомленности населения о вреде курения для здоровья и доступных методах избавления от этой вредной привычки многие граждане стремятся избавиться от пагубной никотиновой зависимости.