



ÚRAD VEREJNÉHO ZDRAVOTNÍCTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY

Trnavská cesta 52
P.O.BOX 45
826 45 Bratislava



Bratislava, 26. 05. 2023

Svetový deň bez tabaku 2023: Využite poradne na odvykanie od fajčenia úradov verejného zdravotníctva

Svetový deň bez tabaku vyhlasuje každoročne Svetová zdravotníctva organizácia (WHO) vždy 31. mája. Tento deň sa pripomína od roku 1987, kedy sa členské štáty WHO rozhodli upozorňovať verejnosť na tabakovú epidémiu, ktorej následkom je rozvoj závažných ochorení a úmrtí, ktorým je možné predchádzať.

Tento rok WHO upozorňuje svojou [kampaňou s heslom „Pestujte potraviny, nie tabak“](#) na problémy, ktoré prináša pestovanie tabaku. V mnohých krajinách sveta sa veľké plochy úrodnej pôdy využívajú na pestovanie tabaku namiesto toho, aby sa využili na iné účely, napr. na pestovanie potravinárskych plodín.

Krajiny, kde sa najviac pestuje tabak, čelia negatívnym hospodárskym dopadom v dôsledku nepriaznivých zdravotných, environmentálnych a sociálnych následkov v súvislosti s pestovaním tabaku. Tabakový priemysel svojimi pestovateľskými zásahmi prispieva ku globálnej potravinovej kríze, preto WHO upozorňuje svojou celosvetovou kampaňou aj na túto skutočnosť.

Z pohľadu krajín, ktoré nemajú rozvinutý priemysel okolo pestovania tabaku, sa téma kampane môže javiť vzdialená. Každý jednotivec však vie [konkrétnymi krokmi](#) prispieť k tomu, aby sa objem pestovaného tabaku znižoval.

S odvykaním pomôžu poradne úradov verejného zdravotníctva aj linka pomoci

Fajčenie a užívanie tabakových a súvisiacich výrobkov spôsobuje nezvratné poškodenie zdravia, ktoré vedie k predčasným úmrtiam v celosvetovom meradle u viac ako miliardy ľudí ročne.

Vývoj fajčenia na Slovensku priebežne sledujeme aj prostredníctvom pravidelného reprezentatívneho prieskumu Zdravotné uvedomenie a správanie obyvateľov SR. Užívanie tabaku a súvisiacich výrobkov v rokoch 2013-2019 vykazovalo klesajúci trend v počte fajčiarov, avšak tento pozitívny trend sa v posledných dvoch rokoch zastavil, pričom počet fajčiarov v roku 2022 stúpol na 21,2 % (približuje sa tak stavu v roku 2013).

V rámci ochrany verejného zdravia je preto nevyhnutné upozorňovať verejnosť na škodlivosť užívania tabakových a súvisiacich výrobkov, ako aj informovať o možnostiach odvykania od fajčenia. Na tento účel slúži v Slovenskej republike **sieť poradní na odvykanie od fajčenia v rámci regionálnych úradov verejného zdravotníctva**.

Naše poradne poskytujú bezplatné odborné poradenstvo každému, kto prejaví záujem odvyknúť si od fajčenia. Zoznam poradní je zverejnený na stránke Úradu verejného zdravotníctva SR: https://www.uvzs.sk/index.php?option=com_content&view=category&id=55%3Aporadne-zdravia&layout=default&Itemid=61

Okrem odborného poradenstva vyškolenými pracovníkmi funguje v Slovenskej republike aj Linka na odvykanie od fajčenia na telefónnom čísle **0908 222 722**. Na linku je možné volať v pracovných dňoch od **8:00 do 15:00**. Od začiatku jej pôsobenia v roku 2016 zaznamenali odborní pracovníci regionálnych úradov takmer 7000 hovorov na linku pomoci.

Navštívte poradne odvykania od fajčenia počas dňa otvorených dverí

V súvislosti so **Svetovým dňom bez tabaku 2023** pripravujú regionálne úrady verejného zdravotníctva v SR pre verejnosť „**Deň otvorených dverí poradne na odvykanie od fajčenia**“ v týždni od **29. 5. do 2. 6. 2023**. Naším cieľom je zvýšiť informovanosť obyvateľov, ako znižovať zdravotné následky a škody, ktoré súvisia s užívaním tabakových a súvisiacich výrobkov.

Ďalším cieľom je zvýšiť vedomosti v oblasti zdravotnej výchovy a poskytnúť informácie, ako konkrétne možno predchádzať závislosti od tabaku. Deň otvorených dverí sa tento rok zameria aj na prezentáciu odbornej poradenskej činnosti najmä v kontexte prínosu zdravia pre klientov.

Odborní pracovníci poradní poskytnú verejnosti informácie o možnostiach odvykania od fajčenia, prostredníctvom dotazníkovej metódy si môžu zistiť stupeň závislosti na nikotíne, ako aj zmerať hladinu oxidu uhoľnatého vo vydychovanom vzduchu. V poradniach, ktorých súčasťou vybavenia je aj spirometer, môžu záujemcovia požiadať o vyšetrenie aj týmto prístrojom.

Odbor podpory zdravia a výchovy k zdraviu ÚVZ SR