თამბაქოზე თავის დანებების სურვილის შემთხვევაში შეგიძლია მიმართო სატელეფონო კონსულტაციას:

116 001

შემოგვიერთდით ფეისბუკ გვერდზე:
„ჯანმრთელობის ხელშეწყობა“.

NCDC

www.ncdc.ge

ფიქრობ, რომ თამბაქოს მავნებლობაზე ყველაფერი იცი?! ცდები!

იცოდი?

- თამბაქოში 7000-მდე მავნე ნივთიერებაა, მათ შორის დარიშხანი, ციანიდი, პოლონიუმ-210 და ტყვია- 210 (ორი უძლიერესი რადიოაქტიური ნივთიერება);
- ადამიანი, რომელიც დღეში კოლოფნახევარ სიგარეტს ეწევა, წელიწადში გულმკერდის არეში დაახლოებით 300 რენტგენის ტოლფას დასხივებას ღებულობს;
- თამბაქოს მოხმარება ჰაერს 10-ჯერ მეტად აბინძურებს, ვიდრე დიზელზე მომუშავე მანქანის გამონაბოლქვი;
- თამბაქო მის მომხმარებელთა ნახევარს კლავს.

დამტკიცებულია:

თამბაქოს მოხმარება იწვევს: სასუნთქი, გულსისხლძარღვთა სისტემის დაავადებებს; ფილტვის, შარდის ბუშტის, საშვილოსნოს ყელის, სწორი ნაწლავის, პირის ღრუს, ხორხის კიბოს, იმპოტენციას.
ორსულებში – ნაადრევი მშობიარობის, პლაცენტის აშრევების, მცირეწონიანი ნაყოფის დაბადების და მკვდრადშობადობის რისკს...

თამბაქოს მომხმარებლებში

- 61%-ით მაღალია დიაბეტის განვითარების ალბათობა;
- 25-ჯერაა მომატებული ფილტვის კიბოს რისკი;
- 2-4-ჯერ მეტია ინფარქტით და 12-14-ჯერ მეტია ფილტვის ქრონიკული ობსტრუქციული დაავადებით გარდაცვალების რისკი.

ფაქტები:

- თამბაქოს მოხმარებასთან დაკავშირებული მიზეზებით ყოველ 6 წამში 1 ადამიანი კვდება;
- თამბაქოს მომხმარებელ მამაკაცებში სიცოცხლის ხანგრძლივობა 13.2, ხოლო ქალებში 14.5 წლით მცირდება.

გაითვალისწინე:

თამბაქოს მოხმარებით ზიანს აყენებ არამარტო საკუთრ თავს, არამედ საფრთხეს უქმნი სხვა ადამიანების ჯანმრთელობასაც: თამბაქოს მოხმარებისას ამოსუნთქული ჰაერით ყალიბდება და გარემოში დიდხანს რჩება მეორადი კვამლი, რომელიც 250-მდე ტოქსიურ და კიბოს გამომწვევ (კანცეროგენი) ნივთიერებას შეიცავს. მეორადი კვამლი არამწეველებში ზრდის გულსისხლძარღვთა და სასუნთქი სისტემის დაავადებების, ბრონქიტის, პნევმონიის, ასთმის, ხოლო ბავშვებში ლეიკემიის, ლიმფომის, თავის ტვინის სიმსივნის განვითარების რისკს.
უკვე, როცა ყველაფერი იცი – **გააკეთე არჩევანი!**