

Próbált már leszokni a dohányzásról? Vagy úgy gondolja, hogy akkor hagyja abba, amikor csak akarja, s ezzel odázza el ezt a nehéz döntést?



Jobban jár, ha rá sem szokik. Ha mégis, érdemes tudatosítani magában, hogy a dohányzás szennyezőbetegség, amelyről egy ponton túl már alig vagy csak minimális eséllyel tudunk leszokni saját elhatározásunkból.

A leghatározottabban a **cigaretta eldobására** illetve arra, hogy **kézbe se vegye-, szólitja fel a résztvevőket az egészséges életmódot propagáló civil szervezet a Kor Kontroll Társaság és a Springmed Kiadó.**

A káros szenvedély egyre jobban terjed nemcsak a felnőttek, hanem az iskolások körében is. Mit tehetünk ellene? **Hogyan előzhetjük meg? Milyen lehetőségei vannak a szülőnek, és milyenek az orvosnak?**

Indoklás: tenni pedig azért kell, mert a dohányzás nemcsak tüdőrákot, hanem szív- és érrendszeri betegségeket is okoz. A családtervezés előtt álló fiatalok figyelmét nem lehet elégszer felhívni a dohányzás magzatkárosító hatására. Fekete tüdő, amputált láb, koraszülött csecsemő. Az elfüstölt bűz rudacskákkal legalább 25 betegség hozható összefüggésbe, ráadásul a rendszeres dohányzás növeli a korai halálozás kockázatát, 20-25 évvel rövidíti meg a dohányos élettartamát.

Magyarországon sajnos minden harmadik felnőtt dohányzik: a férfiak 41 százaléka a nők 26 százaléka, a népesség 65 százaléka pedig folyamatosan passzív dohányzásnak van kitéve, becslések szerint napi 270 percet tölt olyan légtérben, ahol mások füstjét kényszerül szívni.



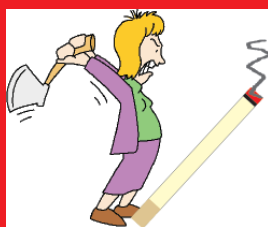
Ma nálunk 3,5 millió ember fújja, 6,5 millió pedig szívja a dohányfüstöt. Hazánkban évente 28.000 ember hal meg dohányzás következtében. A magyar férfiak tüdőrák-halálozásában világelső vagyunk, a női tüdőrák-halálozásban miénk az európai második hely. Az első világháborúban 8 millió ember veszített életét 1914 és 1918 között. 2 millió ember évente. A nagy világegést az áldozatok számát tekintve felülmúlja a szelíd szenvedély. Évi ötmillió haláleset bizonyítottan a dohányzás miatt következik be, azaz minden hatodik másodpercben meghal valaki a cigarettáért. Nem véletlenül nevezi az Egészségügyi Világszervezet a dohányzást a XXI. század pestisének.



Rendezvényünk segíteni próbál fiatalnak és idősebbnek abban, hogyan tegye jobba, hosszabbá, egészségesebbé életét.

Nyílt napunkon tippeket adunk a megelőzésre, beszámolunk a leszokást segítő módszerekről, készítményekről, a hangsúlyt tehát a leszokás támogatására és a prevencióra tesszük.

Célközönségünk: A dohányosok, családjaik, az iskolások, a kismamák illetve a hipertóniás, érszűkületes, szélütéses, szívinfarktusos betegcsoportok és hozzátartozóik.



A belépés természetesen ingyenes, de célunk nem csupán a jelenlévő néhány száz emberhez, hanem a támogató médiumokon keresztül további tízezrekhez eljuttatni üzeneteinket. Olyan tájékoztató, ismeretterjesztő anyagot szeretnénk összeállítani honlapjainkon, DVD felvételen és füzet formájában amely segítséget jelent a betegeknek és a potenciális betegeknek jó életminőségben elviselni az évek múlását.

B. Király Györgyi
elnök
Kor Kontroll Társaság

Dr. Böszörményi Nagy Klára
kiadóigazgató
SpringMed Kiadó

**Megtudhatja hány éves a tüdeje,
ha eljön **ingyenes** szűrővizsgálatainkra
a Duna Palotába **április 25.-én!****



**A
Kor Kontroll Társaság
és a
SpringMed Kiadó**

**Dohányzásmentes
nyílt napja**

**a Duna Palotában
(Budapest, V. kerület, Zrínyi utca 5.)**

 **Kor Kontroll**
az egészségtudatos öregedésért

 **SPRINGMED** KIADÓ