

**Уважаемые родители!**

**31 мая всемирный день без табака!**



**31 мая** во всем мире проводится международная акция по борьбе с курением - Всемирный день без табака, день, свободный от табачного дыма. Он был установлен в 1988 году Всемирной организацией здравоохранения. Зависимость от табака признана одной из самых распространенных эпидемий за всю историю человечества - никотиноманией. Она стоит в одном ряду с алкоголизмом и наркоманией. По данным ВОЗ, табак является второй по значимости и главной предотвратимой причиной смерти в мире. Ежегодно в результате употребления табака умирает около 6 миллионов человек, и если не активизировать усилия, то согласно прогнозам ВОЗ к 2030 г. этот показатель превысит 8 миллионов человек в год.

Курение до тех пор является личным делом курильщика, его индивидуальной вредностью, правом свободы выбора, пока выдыхаемый им дым или дым тлеющей сигареты не вдыхают окружающие его люди.

Токсическое действие на организм пассивного курения известно давно. Курильщик с сигаретой, распространяющей табачный дым, заставляет некурящего, находящегося с ним в одном помещении, пассивно курить, хочет он того или нет.

У детей из семей, где один или оба родителя курят дома, чаще возникают простудные заболевания, бронхит и пневмония. Эти дети чаще болеют в раннем детстве, чаще пропускают школу и вообще получают меньший запас здоровья на будущую жизнь. Курение родителей на 20-80% увеличивает риск заболевания дыхательной системы, тормозит рост легких ребенка.

Исследования показывают, что дети, которые до рождения были подвергнуты воздействию различных психоактивных веществ, сталкиваются с проблемами в поведении и обучении. Кроме того, по статистике, если один или оба родителя курят, то до 80% детей в таких семьях начинают курить уже в подростковом возрасте.

Активизировать усилия по борьбе против табака могут не только правительства **Федеральный закон №87-ФЗ "Об ограничении курения табака"**, но и каждый человек, может вносить свой личный вклад в создание устойчивого мира без табака, приняв на себя обязательство никогда не употреблять табачные изделия.

Родитель – воспитывает, и нет ничего лучше для эффективного воспитания, как обсуждение собственных примеров.

**Оградите детей от табачного дыма!**