

 ΤΜΗΜΑ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ



**31 Μαΐου: Παγκόσμια Ημέρα κατά του Καπνίσματος**

Η 31η Μαΐου είναι η Παγκόσμια Ημέρα κατά του Καπνίσματος από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) ) από το 1987. **Το επίκεντρο της Παγκόσμιας Ημέρας κατά του Καπνίσματος για το 2018 είναι** «**Κάπνισμα και** **καρδιακές παθήσεις».** Η χρήση καπνού αποτελεί μείζονα παράγοντα κινδύνου για καρδιαγγειακά νοσήματα, συμπεριλαμβανομένης της στεφανιαίας νόσου, του εγκεφαλικού επεισοδίου και της στένωσης αρτηριών.
 **Καρδιαγγειακές παθήσεις και κάπνισμα**
Οι καρδιαγγειακές παθήσεις είναι η κύρια αιτία θανάτου στον κόσμο, σκοτώνοντας πάνω από 17 εκατομμύρια ανθρώπους ετησίως. Σχεδόν το 80% αυτών των θανάτων συμβαίνουν στις χώρες με χαμηλό και μεσαίο εισόδημα.
**Η χρήση καπνού και η έκθεσή του στο κάπνισμα είναι μείζονες αιτίες καρδιαγγειακών παθήσεων.**Ακόμη και οι καπνιστές που καπνίζουν λιγότερα από πέντε τσιγάρα την ημέρα έχει αποδειχθεί ότι διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο ανάπτυξης στεφανιαίας νόσου.
Η χρήση καπνού σκοτώνει 5.1 εκατομμύρια άτομα ετησίως.
**Άλλοι 600.000 μη καπνιστές πεθαίνουν από την έκθεσή τους στο κάπνισμα.**
Η χρήση καπνού είναι υπεύθυνη για το 10% όλων των παγκόσμιων θανάτων από καρδιαγγειακές παθήσεις.
Το ποσοστό των θανάτων που σχετίζονται με το κάπνισμα και οφείλεται σε καρδιαγγειακές παθήσεις ποικίλλει ανάλογα με την περιοχή και το φύλο. **Για παράδειγμα, το 2004, 15% των καρδιαγγειακών θανάτων οφειλόταν στο κάπνισμα στην Ευρώπη, 9% στη Νοτιοανατολική Ασία και 6% στον Δυτικό Ειρηνικό.**
Οι διαφορές στους θανάτους από καρδιαγγειακές παθήσεις που συνδέονται με το κάπνισμα, αντικατοπτρίζουν τις διαφορές στα ποσοστά επικράτησης του καπνίσματος ανά χώρα και ανά φύλο.

**Καρδιαγγειακές παθήσεις και παθητικό κάπνισμα**
Η καρδιαγγειακή νόσος αποτελεί μακράν τη συχνότερη αιτία θανάτου που συνδέεται με το παθητικό κάπνισμα. Πάνω από το 87% των εκτιμώμενων 430.000 θανάτων ενηλίκων που προκλήθηκαν από παθητικό κάπνισμα το 2004 αποδόθηκαν σε ισχαιμική καρδιακή νόσο.
**Η παθητική έκθεση στο κάπνισμα προκαλεί στεφανιαία νόσο σε ενήλικες, αυξάνοντας τον κίνδυνο εμφάνισης της ασθένειας κατά περίπου 25-30%.
η εφαρμογή ολοκληρωμένων νόμων για την απαγόρευση του καπνίσματος στην εργασία και στους δημόσιους χώρους μειώνει τη συχνότητα εμφάνισης οξείας στεφανιαίας νόσου.
μια ανασκόπηση των ερευνητικών μελετών εκτιμά ότι η εφαρμογή ισχυρών νόμων για την απαγόρευση του καπνίσματος ακολουθείται από μείωση κατά 15% των οξέων εμφραγμάτων του μυοκαρδίου.**

**Διακοπή καπνίσματος και καρδιαγγειακές παθήσεις**
Η διακοπή του καπνίσματος μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης εμφράγματος του μυοκαρδίου και εγκεφαλικού επεισοδίου.
**Σε καπνιστές ασθενείς με στεφανιαία νόσο, η διακοπή του καπνίσματος έχει βρεθεί ότι μειώνει τον κίνδυνο θνησιμότητας κατά περίπου 36%.
Ο κίνδυνος εγκεφαλικού επεισοδίου για τους καπνιστές είναι περίπου 1,5 φορές υψηλότερος από τους μη καπνιστές.
Ο κίνδυνος των εγκεφαλικών επεισοδίων στους καπνιστές φτάνει στο επίπεδο κινδύνου των μη καπνιστών περίπου 5 χρόνια μετά τη διακοπή καπνίσματος**

Πηγή: Cardiovascular harms from tobacco use and secondhand smoke. Global gaps in awareness and implications for action (2012)
*World Health Organization, World Heart Federation & The International Tobacco Control Policy Evaluation Project (the ITC Project) at the University of*