

ΤΜΗΜΑ ΠΕΡΙΘΑΛΨΗΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ

[](https://www.google.gr/url?sa=i&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwi1-YHQ5KrbAhVQC-wKHeJZBdIQjRx6BAgBEAU&url=http://www.yannidakis.net/search/label/%CF%85%CE%B3%CE%B5%CE%AF%CE%B1&psig=AOvVaw1Q5pe4p6rhjPv2l13uM8RL&ust=1527678598109667)

**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*