

31 май - Световен ден без тютюнопушене

Съгласно публикуваната информация от Световната здравна организация (СЗО) мотото на тематичния ден за 2025 г. е „Примамливи продукти. Скрити намерения. Разкриване на опасностите“.

Темата на Световния ден без тютюнопушене е свързана с дизайнерските характеристики и стратегии, които правят никотина и тютюневите изделия привлекателни, включително ароматите, които продължават да примамват децата и младите хора към никотинова зависимост.

По данни на СЗО във всички държави младите хора използват в по-висок процент електронни цигари спрямо възрастните. В световен мащаб около 37 милиона младежи на възраст 13 - 15 години използват тютюн. Маркетингово съдържание, рекламиращо електронни цигари, никотинови пакетчета и нагривани тютюневи изделия, е гледано повече от 3,4 милиарда пъти в социалните медийни платформи.

МЗ информират, че повече информация по темата може да бъде намерена на интернет страницата на СЗО на адрес: <https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/2025>.

По отношение на употребата на електронни цигари от юношите на възраст 13 – 15 години в данните за България се отбелязва ръст от 10,8% през 2015 г. и до 23,3% през 2023 г. По данни от последно проучване, свързано със здравното поведение в училищна възраст, проведено през 2022 г. сред 44 страни и региони от Европа, Централна Азия и Канада, България е на първо място по дял настоящи пушачи на електронни цигари сред 11– и 13-годишните, а 15-годишните са на трето място по употреба на електронни цигари.

По данни на Националния фокусен център за наркотици и наркомании към НЦОЗА и „Сова“5 АД от проведеното в края на 2024 г. национално проучване, относно нагласи и употреба на психоактивни вещества сред населението в Република България (извадка от 4002 лица), 60,4% от българите в страната на възраст 15 – 64 г. посочват, че са употребявали поне веднъж в живота си цигари; 52,6% отбелязват, че са ги употребявали през последните 12 месеца; 49,9% – през последните 30 дни, а 37,1% – през последните 24 часа преди провеждане на проучването.

Няма съществена разлика по отношение на употребата на цигари между възрастовите групи 15 – 64 г. и 15 – 29 г. Когато обаче става въпрос за по-съвременните продукти за пушене (електронни цигари, наргиле, устройства за нагриване на тютюн), то разпространението на употребата им сред младите хора (на възраст 15 – 29 г.) е доста по-голямо.

Електронните системи за доставка на никотин (ЕСДН), които чрез нагриване изпаряват специално предназначени за целта течности, най-често са във вид на електронни цигари, наргилета, лули за многократна или еднократна употреба. Употребата им води до хиперлипидемия, превъзбуда на симпатиковата нервна система, нарушения във функциите на ендотелия, увреда на ДНК и активация на макрофагите. Чрез общите механизми на оксидативния стрес и възпалението, тя уврежда сърдечно-съдовата и дихателната система – пулс, кръвно налягане, повишавайки риска от инфаркт. Доказва се и връзка с основни респираторни заболявания и астма, когато се съчетава с употребата на тютюневи изделия. 59% от потребителите на ЕСДН и 79% от тези на нагряваеми тютюневи изделия ги

съчетават с пушене на традиционни цигари. Това засилва никотиновата зависимост и нанася по-големи щети на здравето от употребата на един тютюнев продукт. До момента не са получени солидни независими доказателства за ефективността на ЕСДН като начин за отказване от никотина, а възможността за съчетаната им употреба отлага или осуетява отказването от никотиновите продукти като такива.

Агресивната реклама на ЕСДН в по-ниските възрастови групи, употребата на ароматизатори (над 16 хиляди вида, половината, от които плодови и на сладкиши харесвани от деца, като „ванилията“ и „канелата“, повишават токсичността, а „маслото“ води до облитериращ бронхиолит), необявеното вкарване на никотин в обявените за безникотинови течности, използването на никотинови соли за подобряване на вкуса и по-висока концентрация водят до бързото възникване на зависимост и преминаване към употребата на тютюн. Употребата на ЕСДН, дори еднократна, повишава до три пъти вероятността за започване употреба на традиционни тютюневи изделия. В детска възраст никотинът нарушава развитието на мозъка с дългосрочни последствия, като обучителни нарушения и тревожност.