



Hasłem tegorocznych obchodów Światowego Dnia bez Tytoniu, obchodzonego 31 maja jest **„Stop nielegalnemu obrotowi wyrobami tytoniowymi”**.

Głównymi celami Światowego Dnia bez Tytoniu w bieżącym roku są :

- Podniesienie świadomości dotyczącej szkodliwego wpływu nielegalnego obrotu tytoniem na zdrowie publiczne, ze względu na zwiększającą się dostępność i niskie ceny produktów z przemytu – zagrożona jest szczególnie młodzież oraz grupy ludzi o niskich dochodach,
- Pokazanie jak polityki zdrowotne dotyczące profilaktyki palenia tytoniu, takie jak wzrost produktów i cen, zastosowanie ostrzeżeń obrazkowych i innych środków są determinowane przez nielegalny handel wyrobami tytoniowymi,
- Podkreślenie jakim źródłem wzbogacania się grup przestępczych jest nielegalny handel tytoniem,
- Promowanie ratyfikacji, przystąpienia i korzystanie z Protokołu dotyczącego nielegalnego handlu wyrobami tytoniowymi przez wszystkich członków WHO FCTC, a także jego wcześniejsze wprowadzenie przez aktywne zaangażowanie wszystkich stron.

Szacuje się, iż nielegalny rynek wyrobami tytoniowymi stanowi w Europie 6 – 10 %. Biorąc pod uwagę dostępność ekonomiczną wyrobów tytoniowych, ograniczenie dostępności tanich papierosów pochodzących z nielegalnych źródeł, ma ogromne znaczenie dla zdrowia publicznego. Wyeliminowanie lub ograniczenie nielegalnego handlu będzie powodowało zmniejszenie liczby osób palących papierosy, a co za tym idzie – zmniejszy liczbę zachorowań na choroby odytoniowe oraz ograniczy liczbę zgonów.

Zdrowie jest najważniejszym wskaźnikiem jakości naszego życia i wartością samą w sobie, ma także znaczenie w budowaniu pozycji społecznej i kariery - jest czynnikiem kształtującym życie. Jego wartość w dużej mierze zależy od nas samych, od decyzji, nawyków i przyzwyczajzeń, od stylu życia. Najbardziej niekorzystnym dla zdrowia elementem stylu życia było i jest palenie tytoniu. Papieros jest jedynym produktem sprzedawanym legalnie, którego używanie zgodnie z przeznaczeniem zagraża zdrowiu i życiu. W Polsce nadal z powodu palenia przedwcześnie umierają tysiące osób. Uzależnienie od tytoniu jest chorobą, której wyleczenie wymaga wysiłku i pracy. Wie o tym każdy palacz, który choć raz próbował to zrobić. Jest to indywidualne wyzwanie, ale z drugiej strony przekonanie jak największej liczby palaczy na świecie do zerwania z nałogiem jest kluczowe dla zmniejszenia

liczby zgonów związanych z konsumpcją tytoniu, jaka prognozowana jest w ciągu najbliższych 20 lat.

Palenie tytoniu to największa indywidualna możliwa do wyeliminowania przyczyna przedwczesnych zgonów w Polsce. Obecnie nie ma już żadnych wątpliwości, co do szkodliwości palenia tytoniu. Poznanie prawdy o skutkach zdrowotnych, społecznych i ekonomicznych używania tytoniu może pomóc wielu ludziom, dać im impuls do zmiany stylu życia i poprawy swego zdrowia, zdrowia rodzin oraz całej społeczności.

Pierwsza zasada „Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem” brzmi:

1. **Nie pal.** Palenie jest najważniejszą przyczyną przedwczesnych zgonów.
2. Jeśli palisz, **przestań.** Zaprzestanie palenia, zanim się rozwinie nowotwór złośliwy lub inna poważna choroba, znacznie zmniejsza ryzyko zgonu z powodu palenia tytoniu, nawet jeśli palenie rzuci osoba w średnim wieku.
3. Jeśli nie potrafisz przestać palić, **nie pal przy niepalących.** Skutki zdrowotne Twojego palenia mogą także ponosić osoby z Twojego otoczenia