

Zachęcaliśmy do rzucenia palenia, żeby uniknąć nowotworów [1]

Ponad 150 osób skorzystało 31 maja z bezpłatnych porad i badań w Wielkopolskim Centrum Onkologii. Zachęcaliśmy do rzucania palenia i zdrowego stylu życia z okazji Wielkopolskiego Dnia bez Tytoniu.

Podczas akcji edukacyjno – profilaktycznej, którą zorganizowało CO we współpracy z Wojewódzką Stacją Sanitarno – Epidemiologiczną oraz Wielkopolskim Centrum Psychiatrii i Centrum Dietetycznym Naturhouse odwiedzający CO mogli skorzystać z bezpłatnych badań i porad. Można było zmierzyć sobie zawartość tlenu w płucach w wydychanym powietrzu, poziom glukozy we krwi i ciśnienia tętniczego, a także poznać swoje BMI wraz z określeniem zawartości tkanki tłuszczowej. Specjaliści promocji zdrowia i terapii uzależnień doradzali, jak skutecznie rzucić palenie, dietetycy podpowiadali, co zrobić, żeby uniknąć tycia po odstawieniu papierosów. – Takie akcje są potrzebne, bo wciąż jest zbyt mało wiadomości o szkodliwości dymu tytoniowego. Ludzie palą podczas prowadzenia samochodu, nie zdają sobie sprawy, że oddychają dymem – mówi Jadwiga Zapała, specjalista promocji zdrowia z CO. Dodaje, że niepokojący jest duży odsetek palących młodych kobiet i fakt, że panie niechętnie rzucają palenie. – Panowie, którzy korzystali z naszych porad i deklarowali chęć rzucenia palenia, przyznawali często, że są w swoich postanowieniach osamotnieni, „bo ona jeszcze nie jest gotowa, żeby przestać palić” – dodaje.

Tę opieszałość pał w rzucaniu palenia widać wyraźnie w statystykach zachorowań na raka płuc, który jest nowotworem tytoniozależnym. W latach 1999-2013 w województwie wielkopolskim odnotowano łącznie 9 143 zachorowania na raka płuc wśród mężczyzn. Od 2008 roku liczba zachorowań wśród panów wyraźnie spada (602 - w 2008 roku, 576 - w 2013 roku). Ogółem w latach 1999 – 2013 liczba zachorowań na raka płuc u mężczyzn w województwie wielkopolskim zmniejszyła się o 12,9 %.

Odwrotna tendencja jest obserwowana wśród kobiet. W latach 1999 – 2013 w wielkopolskim na raka płuc zachorowały łącznie 2 202 kobiety. W roku 1999 ten nowotwór zdiagnozowano u 110 pał, w kolejnych latach liczba zachorowań rosła (2012 r. - 174, 2013 r. – 175) . Ogółem na przestrzeni lat 1999 – 2013 liczba zachorowań na raka płuc wśród wielkopolskich kobiet wzrosła aż o 59,1 %.

[2]

[3]

[4]

[5]

[6]

Aktualności

Source

URL: <https://onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/zachecalismy-do-rzucenia-palenia-zeby-uniknac-nowotworow?mini=2021-09>

Links

[1] <https://onkol.kielce.pl/pl/aktualnosci/zachecalismy-do-rzucenia-palenia-zeby-uniknac-nowotworow> [2]

https://onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/dsc_0310.jpg [3]

https://onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/dsc_0313.jpg [4]

https://onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/dsc_0315.jpg [5]

https://onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/dsc_0318.jpg [6]

https://onkol.kielce.pl/sites/default/files/galerie/dsc_0309.jpg