

Preventivne mjere

Djecu i mladež treba zaštititi od dima cigareta

- Kako biste kod svoje djece spriječili posljedice od pasivnog pušenja, ne pušite u stanu ili autu.
- Trudne se osobe ni aktivno ni pasivno ne smiju izlagati dimu cigareta.
- Djecu i mladež opširno informirati o štetnosti aktivnog i pasivnog pušenja.
- Spriječiti pušenje pred djecom, npr. u javnim zgradama, kako biste im poslužili kao uzor.
- Nemojte djeci davati cigarete-igračke (npr. žvakaće u obliku cigareta).
- Uvjeriti djecu da je nepušenje «cool».

Daljnje informacije

- www.aerzteinitiative.at/_Kinder_1.htm
- www.besmart.at/asp/default.asp
- www.at-schweiz.ch/zielnichtrauchen/
- Österreichische Krebshilfe
- Schweizer Krebsliga

Aktivno i pasivno pušenje u dječjoj i adolescentnoj dobi

Informacije za roditelje i bližnje



Tebi za ljubav
Stoga ostavljam pušenje

Brojke i činjenice

Štetne tvari u dimu cigareta

- 40 kancerogenih tvari: prouzrokuju rak pluća i paranazalnih sinusa
- Nikotin: oštećuje kardiovaskularni i živčani sustav.
- Nadražajni plinovi kao amonijak: prouzrokuju nadražajni kašalj.
- Ugljični monoksid: smanjuje količinu kisika u krvi.
- Sitna prašina: nositelj je radioaktivnih tvari.

Navike pušenja djece i mladih

- 21% pušača s pušenjem počinje između svoje 13. i 15. godine života.
- Osobe koje s pušenjem počnu između svoje 13. i 19. godine života i time nastave preko 20 godina, u prosjeku umiru 7 do 12 godina ranije nego konzekventni nepušači.
- Kod povremenih pušača također se mogu uočiti negativne posljedice.
- Duhan za žvakanje ili vodene lule isto su toliko štetne kao i cigarete.

Zaštita od pasivnog pušenja odgovornost je roditelja

Posljedice pasivnog pušenja za vrijeme trudnoće

- Povećan rizik od prijevremenog porođaja
- Niža težina novorođenčeta
- Sporiji razvoj pluća
- Povećan rizik od nagle smrti djeteta
- Povećan rizik oboljenja od bronhijalne astme nakon rođenja

Posljedice pasivnog pušenja za dijete

- Što je dijete mlađe to je veći rizik
- Znatno smanjena funkcija pluća
- Učestalija oboljenja od bronhitisa
- Povećan rizik oboljenja od bronhijalne astme
- Povećan rizik oboljenja od upale srednjeg uha
- Smanjen protok krvi kroz srce
- Povećan rizik od zgrušavanja krvi