

«Дим – невидимий вбивця»: чому пасивне куріння – ризик для здоров'я?

85% небезпечного тютюнового диму, який проникає в одяг та інші речі навколо любителів сигарет, сторонні не лише не бачать, але і не відчувають

Уже понад шість років в Україні діє [закон про заборону тютюнопаління у громадських місцях](#). Утім, небезпека для здоров'я некурців усе одно залишається, адже тютюновий дим і нині можна зустріти на зупинках громадського транспорту або ж у під'їздах житлових будинків. Чи можна якось боротись з тими, хто, всупереч законів, обкурює інших, і як?

Щороку у світі близько 600 тисяч життів забирає пасивне куріння, а від прямого впливу тютюну за рік помирає 5 мільйонів осіб. Такою є [статистика ООН](#).

[В Україні щоденно курить](#) 7,2 мільйона дорослих.

Астма, ішемічна хвороба серця і навіть рак легенів – лише кілька наслідків, які можуть загрожувати їм через цю шкідливу звичку. Для в середньому 85 тисяч громадян щороку все завершується смертельно.

Але у зоні ризику перебувають не тільки курці, але і ті, хто їх оточує. 85 відсотків небезпечного тютюнового диму, який проникає в одяг та інші речі навколо любителів сигарет, сторонні не лише не бачать, але і не відчувають.

Вторинний тютюновий дим містить понад 4000 хімічних речовин (із яких щонайменше 250 є шкідливими, а понад 50 викликають рак), тож безпечного рівня його впливу просто не існує. Навіть якщо провітрити накурене приміщення, ці небезпечні сполуки нікуди не зникають

Загрозу несе навіть вторинний дим [кальяну](#) і [електронних цигарок](#) (вейпів). При цьому у січні 2018 року, за результатами громадського моніторингу, кальян продовжували курити в Україні фактично у кожному п'ятому кафе, барі та ресторані.

Вагітні й діти – ті, хто найбільше перебувають у зоні ризику від пасивного куріння.

Серед немовлят вторинний тютюновий дим провокує раптову смерть, а у вагітних жінок він призводить до народження дітей з низькою масою тіла.

Зменшити кількість курців намагаються як держава, так і громадські організації (наприклад, [Центр громадянського представництва «Життя»](#)). І не лише за допомогою обмежень щодо продажу тютюнових виробів через відповідні закони, але й за допомогою різноманітних тематичних кампаній.

Наприклад, у листопаді 2017 року вони запустили акцію «Ні тютюну з ароматизаторами», а нині у Києві стартувала кампанія «Дим – невидимий вбивця». Остання і має на меті поширення інформації про шкоду пасивного куріння.

Власне, якими є шляхи боротьби з тими, хто обкурює інших?

По-перше, варто пам'ятати, що право на бездимне повітря гарантоване кожному українцеві законом.

Якщо куріння відбувається у кафе, барі чи ресторані, може допомогти скарга. Її варто залишити адміністраторові закладу, а ще надіслати до Держспоживслужби і застосунку [«Каратель»](#).

На дитячих майданчиках і зупинках, у ліфтах, під'їздах житлових будинків і підземних переходах можна залишити [наліпки](#), що «Куріння заборонене». Якщо це не допоможе, зробити ввічливе зауваження, а в крайньому випадку – звернутися до поліції.

Якщо хтось палить у громадському транспорті, окрім зауважень, можна написати скаргу до «Укртрансбезпеки», керівництва фірми-перевізника, а також звернутись до поліції.