

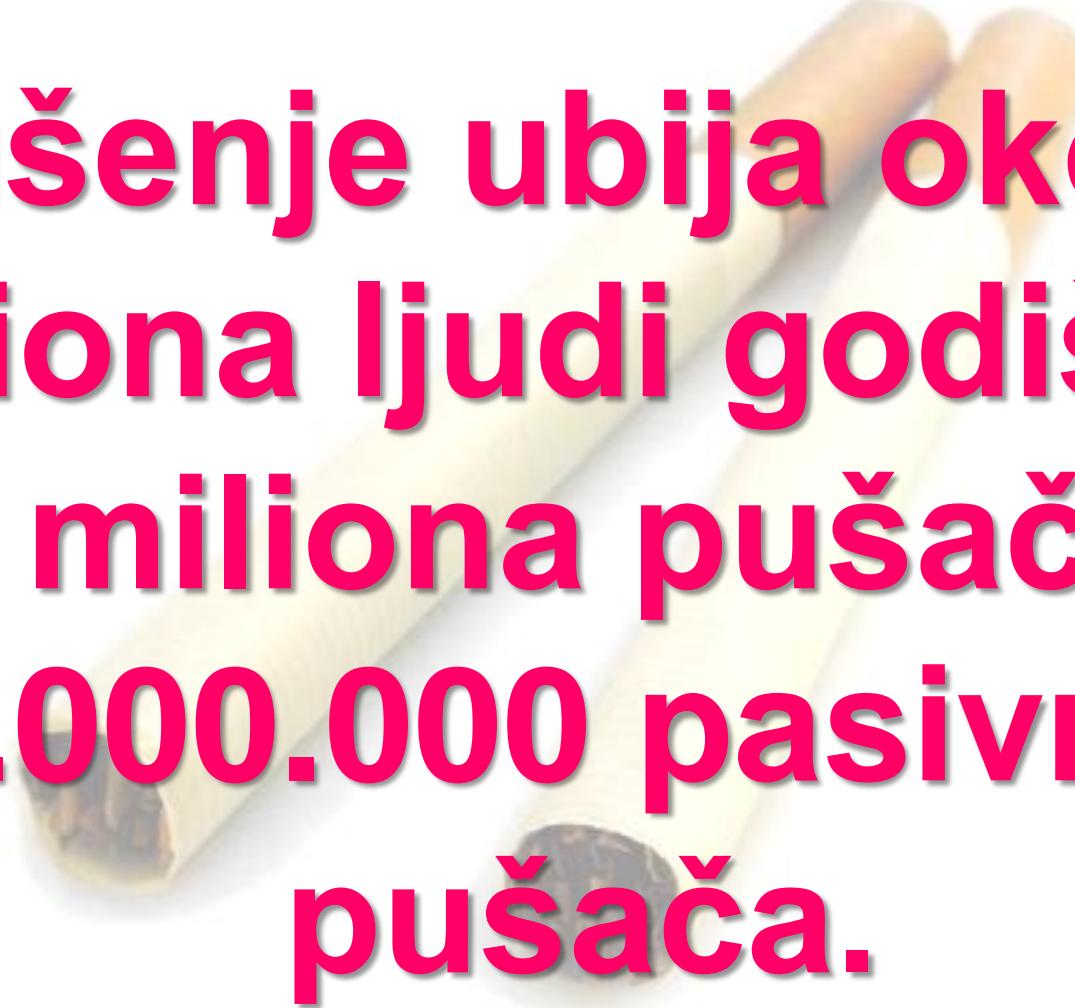


Institut za onkologiju i radiologiju Srbije

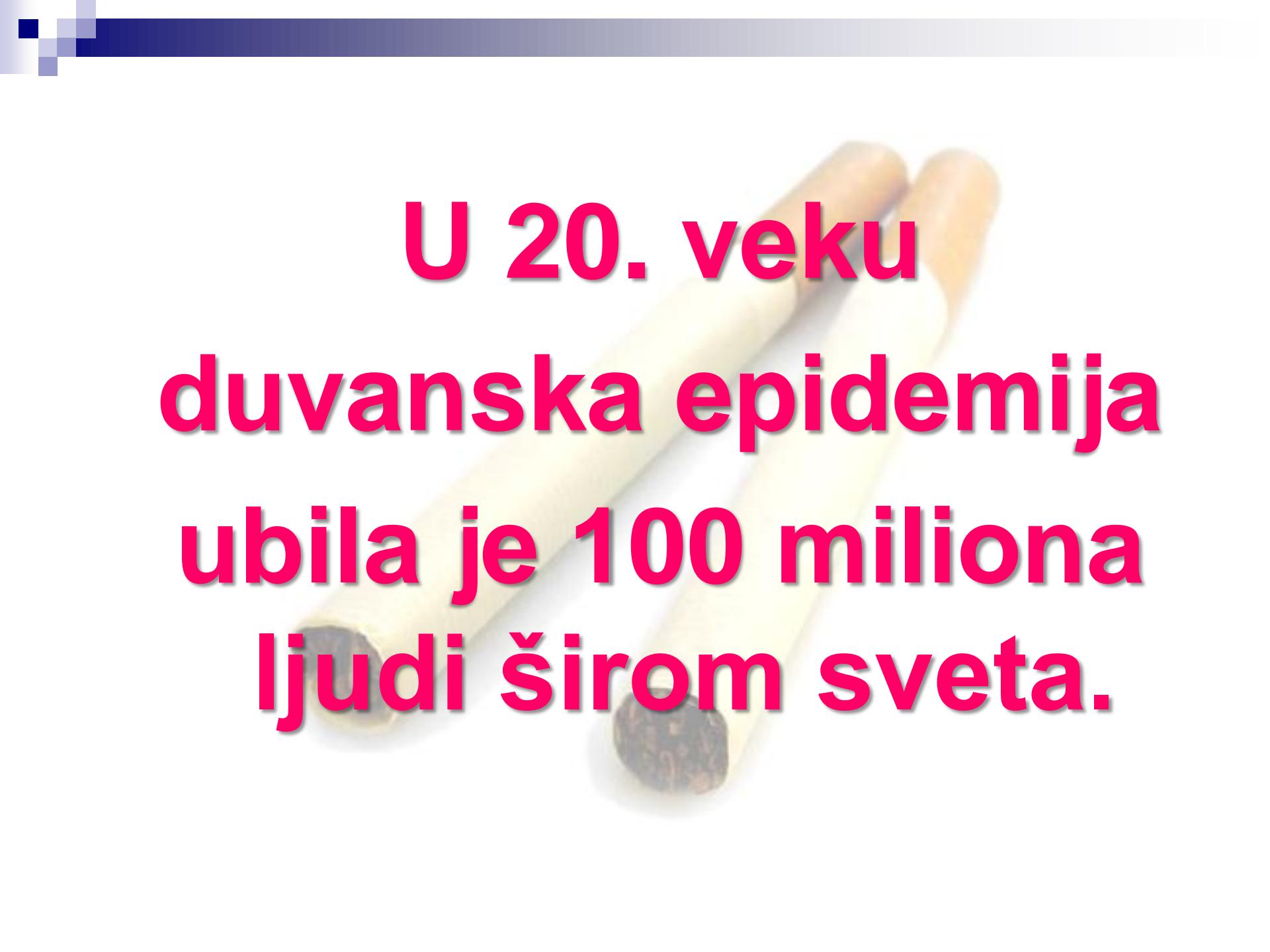
Prevencija pušenja

Dr Dragana Jovićević

Savez zdravstvenih radnika Srbije, Zlatibor 25-29.10.2017.



**Pušenje ubija oko 7
miliona ljudi godišnje,
6 miliona pušača i
1.000.000 pasivnih
pušača.**



**U 20. veku
duvanska epidemija
ubila je 100 miliona
ljudi širom sveta.**

**Procenjuje se da bi u
21. veku
duvan mogao da ubije
jednu milijardu ljudi.**

Kako smo došli u ovu situaciju? KOLUMBO JE KRIV ZA SVE

- 1492: Kolumbo donosi duvan u Evropu
- 1614: Otvaraju se prodavnice duvana u Engleskoj
- 1788: Duvan stiže u Australiju sa osuđenicima



Rodrigo de Jerez, crew member of Columbus's ship, became addicted to smoking; on return to England, he was imprisoned and killed by the Inquisition which believed he was possessed by the devil

The Tobacco Epidemic, Gary Huber

Nastaje EPIDEMIJA pušenja duvana

■ Krajem 18 veka, žvakanje duvana, koje je do tada bilo jedini vid konzumiranja duvana, postalo nepopularno, zbog straha od prenošenja TBC pljuvanjem



■ Međutim, duvanska industrija reagovala je munjevito – povećala je proizvodnju tzv. “*praktičnih i sigurnih cigareta*”

■ Cigarete su deljene vojnicima zajedno sa obrocima za vreme I i II sv. rata



povećan je broj pušača među britanskim i američkim vojnicima na



80%



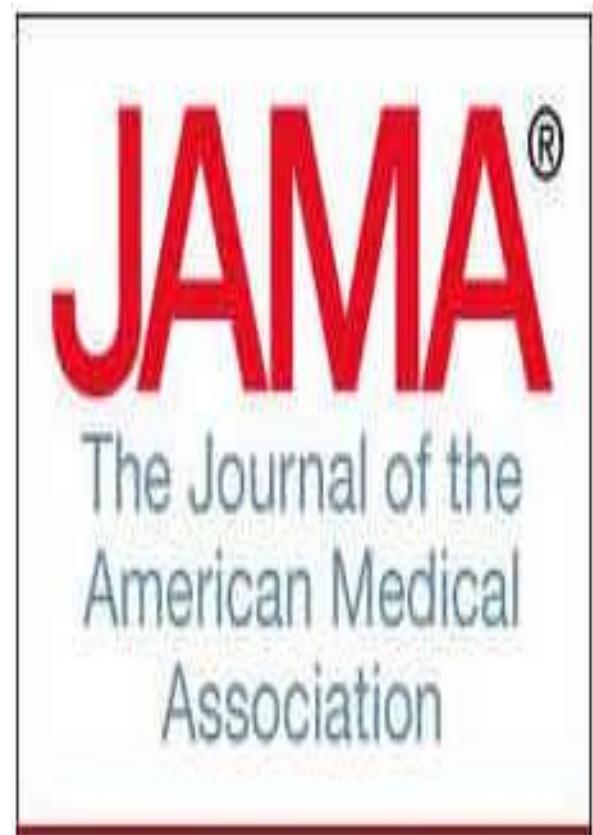
Vežbanje marketinga na ženama...

- Smatralo se da je pušenje neprihvatljivo za žene
- 1920: Žene po prvi put postaju meta duvanske industrije
- “Da zadržite vitku liniju, bolje uzmite Lucky nego slatkiš”
- 1968. Philip Morris povezuje cigarete sa oslobođanjem žena od društvenih stega: ”You've come a long way, baby !”



Posledice pušenja

- 1948: Uočeno da je sve veći broj obolelih od karcinom pluća u odnosu na 1938.
- 27. maja 1950. dr Morton L. Lewin objavio je u J.A.M.A. prvu veliku studiju koja povezuje pušenje sa rakom pluća.





Prekretnica

Britanska studija na lekarima

1954 Doll and Hill

*Sir Richard Doll, čuveni britanski epidemiolog
Austin Bradford Hill,
Richard Peto*

34.439 britanskih lekara uključeno je u studiju i praćeno od 1951. do 2001.g

Studijom je testirana hipoteza o povezanosti pušenja i raka pluća!

Procenjivanje i objavljivanje rezultata ≈ svakih 10 godina

Prva velika-prospektivna studija



1. Uočeni dokazi o štetnim efektima pušenja
2. Uočeni dokazi o prednostima ostavljanja cigareta



“Sve je postalo mnogo ozbiljnije onog trenutka kada su doktori shvatili da i njihove kolege lekari takođe umiru od posledica duvana...”

**Richard Doll (1912-2005) prezentovao svoje 50-o
godišnje rezultate
na press konferenciji 2004.g**

Rezultat: Štetni efekti pušenja

- Pušači imaju **20 puta** veći rizik da obole od raka pluća u odnosu na nepušače.
- **Pušenje duvana je glavni rizik za nastanak raka pluća !**
- **9 od 10 slučajeva raka pluća izazvano je pušenjem**
- **Pušenje ubija polovinu pušača** od toga $\frac{1}{2}$ u srednjim godinama (gubitak 10-15 g. života)
- **Rizik za nastanak raka pluća zavisi od:**
 - dužine pušenja
 - početka pušenja
 - broja popušenih cigareta



Rezultat: Štetni efekti pušenja

■ Pušenjem se povećava rizik i za nastanak malignoma:

- usne šupljine
- grla
- ždrela
- jednjaka
- mokraćne bešike
- grlića materice

- Ishemijskih bolesti srca i krvnih sudova, perifernog vaskularnog oboljenja i dr.

- Hronične opstruktivne bolesti pluća

PUŠENJE

85% PUŠAČA POČINJE SA PUŠENJEM PRE SVOG 16. ROĐENDANA

ŠTETNI EFEKTI

OŠTEĆENJE MOZGA
NICOTIN IS SLOVINSKI OTCEVAC BOZAK I STVARA VELIKU ZAHVATOST NEDO HEROKIN

STVARANJE BORA
PUŠENJE SHANJUJE DOTOK KRVI U KOŽU, TAKO DA KOŽA POSTAJE SMEZRANA SA PUNO BORA.

KATARAKTA
ŠTO ČOVJEK VIŠE PUŠA, VEĆE SU SANKE DA DOBILI KATARAKTU - OŠTEĆENJE KOJE IZAZIVA SLEPLOD. ČAK I BIVŠI PUŠAČI IMaju 15% VEĆE SANKE DOBILIJU KATARAKTU NEDO HEROKIN.

RAK USTA
PUŠENJE JE SLOVINSKI OTCEVAC DOBLJEG RAKA UUSTA. PUŠENJE OTČEVA RAO FLAVIJAČKE KOJAJA UKLANJA KLIKE U USTA. PUŠAČI IMaju JUTA UUSTA, NEPRIMJENJIVI ZABRIJAD I VEĆE SANKE DO OBOLJENJA HERPA - ČAK I AKO SU MLADI.

OŠTEĆENJE KOŽE
HATRAN CI DUVANCI ČINI DA PRSTI POSTAJU ŽUTI, A NOKTI PRELJAVI.

RAK GRLA
80% SLUČAJeva RAKA JEDNOKAČA IZAZVANO JE PUŠENJEM. KADA DUVANCI SIM DOSEGU U GRLO, HEMIKLUZE HOJE UZROKUJU RAK SKUPLJAJU SE NA SLUŽNIKOZ.

PSORIJAZA
PUŠAČI IMaju DVA PUTA VEĆE SANKE, NEDO NEFRAŠI, DA BI OBOLJELI - MAKAZNOG ČUPRA KOJI SE MOže POJAVITI NA SVAKOM DELO TELA.

OŠTEĆENJE SRCA
PUŠENJE JE GLAVNI UZROK SRČANOG UDARA. IZPOŠTUVANJE KOD PUŠENJA, NARAVNO UPRAZDNUJUĆE DUVANCIĆE ZIMA, ŠTO POČNE BRŽE RADI, KRVNI SUDOVI SE SUŠTUVAJU, ŠTO POVEĆAVA KRVNI PRITISC.

OBOLJENJE PLUĆA
PUŠAČI IMaju 20 PUTA VEĆE SANKE DA OBOLJU OD KREBU, IZPOŠTUVANJE KOD PUŠENJA, NARAVNO TOGA KAPACITET PLUĆA PUŠAČA SE SHANJUJE, MOže DOĆI DO RAZVJIA ASTME, LAKO SE NE PRESTANE SA PUŠENJEM, DO STVARANJA VELIKIH OTOKA NA DRGANIMA.

ČIREVI NA ŽELUCU
PUŠAČI SU VEDNO SKLONI OBILJANJU ČIREVA NA ŽELUCU I ČIREVIMA, I MAJHOVU KONTAKTNU REAKCIJU. KOD PUŠAČA, PUŠENJE JE MNOGO SPORIJE NEGO KOD NEPUŠAČA, PUŠENJE TAKOBE IZAZIVA HRONIČNE OBOLJENJE ČIREVA I ŽELUGA.

Sastav duvanskog dima

- 90% cigarete potiče iz biljke duvana
- 10% cigarete kombinacija hemikalija

- **Amonijak** – menja hemijsko stanje nikotina i povećava njegovu iskoristljivost

- **Teobromin i glicirizin** – bronhodilatatori

- **Acetaldehid** – šećer koji maskira gorak ukus duvana



Aditivi

ACETANISOLE - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in beef, cranberry, guava, grape, mango, peppermint; used in frozen dairy products, hard candies. ACETIC ACID - FDA GRAS; FEMA GRAS; found in banana, beer, beef, apple juice, apricot, blue cheese, blueberries; used in condiment relishes. ACETOIN - FDA GRAS; FEMA GRAS; found in apples, butter, yogurt, asparagus, black currants, blackberry, wheat, broccoli, brussels sprouts, cantaloupe; used in baked goods. ACETOPHENONE - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in apple, cheese, apricot, banana, beef, cauliflower; used in chewing gum. 6-ACETOXYDIHYDROTHEASPIRANE - FEMA GRAS; used in baked goods, instant coffee/tea, snacks, soups, seasonings, meat products. 2-ACETYL-3-ETHYLPYRAZINE - FEMA GRAS; found in pork; used in soups. 2-ACETYL-5-METHYLFURAN - FEMA GRAS; found in coffee, roasted filbert, tomato juice; used in soups, nut products, snack foods, gravies. ACETILPYRAZINE - FEMA GRAS; found in beef, coffee, popcorn, sesame seed, almond, wheat bread, cocoa, peanut, pork, potato chips; used in frozen dairy products. 2-ACETILPYRIDINE - FEMA GRAS; found in cocoa, coffee, roasted peanut, potato chips, tea, beer, wheat bread, hazelnut, lamb/mutton, potato; used in breakfast cereals, ice cream, candy. 3-ACETILPYRIDINE - FEMA GRAS; found in roasted filbert, cocoa; used in non-alcoholic beverages, ice cream, candy, gelatin and puddings, baked goods. 2-ACETYLTHIAZOLE - FEMA GRAS; found in bean, potatoes, artichoke, asparagus, beef, beer, brazil nuts, rice, boiled shrimp; used in snack foods. ACONITIC ACID - FDA GRAS; FEMA GRAS; found in beet root, sugarcane; used in alcoholic beverages, baked goods, chewing gum. d1-ALANINE - FDA approved food additive; natural constituent of protein in plants and animals; found in apple, beef, carob, pea, soybean, wine, zucchini. ALFALFA EXTRACT - FDA GRAS; FEMA GRAS; found in alfalfa; used in baked goods. ALLSPICE EXTRACT, OLEORESIN, AND OIL - FDA GRAS; FEMA GRAS; used in soups, candies, chewing gum, meats. ALLYL HEXANOATE - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in baked potato; used in gelatin and puddings. ALLYL IONONE - FDA approved food additive; FEMA GRAS; used in ice cream, baked goods, candy, gelatin and puddings, jellies. ALMOND BITTER OIL - FDA GRAS; FEMA GRAS; found in almond, apricot, peach kernel; used in baked goods, candy, gelatin and puddings, chewing gum. AMBERGRIS TINCTURE - FDA GRAS; FEMA GRAS; used in non-alcoholic beverages, ice cream, candy. AMMONIA - Occurs in human/animal breath due to protein metabolism; dissolved in water it is a naturally occurring substance that plays a vital role in protein metabolism in animals, including man. AMMONIUM BICARBONATE - FDA GRAS; used in baked goods. AMMONIUM HYDROXIDE - FDA GRAS; found in cured pork. AMMONIUM PHOSPHATE DIBASIC - FDA GRAS; used in dough, ice cream, gelatin and puddings. AMMONIUM SULFIDE - FEMA GRAS; used in baked goods, meat products, gravies, condiments. AMYL ALCOHOL - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in apple, banana, cheese, chicken, coffee, potato, raspberry, strawberry, tomato; used in baked goods, candy, gelatin and puddings, chewing gum. AMYL BUTYRATE - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in bananas, beer, apple juice, apricots, strawberries, wine; used in syrup, candy, chewing gum. AMYL FORMATE - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in apples, strawberry, brandy, honey, tomatoes, whiskey; used in non-alcoholic beverages, candy, chewing gum. AMYL OCTANOATE - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in strawberry, apple, cognac; used in baked goods, candy, gelatin and puddings. alpha-AMYLCINNAMALDEHYDE - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in black tea, olibanum; used in candy, baked goods, chewing gum. AMYRIS OIL - FDA approved food additive; found in brandies, liqueurs, amrys balsamifera; used in brandies, liqueurs, oriental specialties. trans-ANETHOLE - FDA GRAS; FEMA GRAS; found in cheese, tea, apple, licorice; used in alcoholic beverages. ANGELICA ROOT EXTRACT, OIL AND SEED OIL - FDA GRAS; FEMA GRAS; used in non-alcoholic beverages, alcoholic beverages, baked goods, chewing gum. ANISE, ANISE STAR, EXTRACT AND OILS - FDA GRAS; FEMA GRAS; found in star anise; used in ice cream, ices, baked goods, candy, chewing gum, meats, condiments. ANISYL ACETATE - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in currant; used in baked goods, candy, gelatin and puddings, chewing gum. ANISYL ALCOHOL - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in honey, tomato; used in gelatin and puddings. ANISYL FORMATE - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in vanilla; used in candy, baked goods. ANISYL PHENYLACETATE - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in honey; used in baked goods. APPLE JUICE CONCENTRATE, EXTRACT, AND SKINS - Common food item found in apple; used in juices, baked goods. APRICOT EXTRACT AND JUICE CONCENTRATE - Common food item found in apricot; used in condiments. 1-ARGININE - FDA approved food additive; natural constituent of proteins in plants and animals. ASAFETIDA FLUID EXTRACT AND OIL - FDA GRAS; FEMA GRAS; used in condiments, candy, soups, meats. ASCORBIC ACID - FDA GRAS; FEMA GRAS; found in citrus fruit, tea leaves; used in baked goods, sweet sauce, soups, candy, gelatin and puddings, dairy products. 1-ASPARAGINE MONOHYDRATE - FDA approved food additive; found in proteins, licorice. 1-ASPARTIC ACID - FDA approved food additive; FEMA GRAS; found in proteins, licorice; used in seasonings.

Neke od hemikalija koje su glavni sastojak duvanskog dima

- **Metanol** – koristi se kao raketno gorivo
- **Stearinska kiselina** – kao vosak za pravljenje sveća
- **Cijanovodonična kiselina**
- **Butan** – gorivo za upaljače
- **Kadmijum** – glavni sastojak baterija
- **Amonijak** – glavni sastojak sredstva za čišćenje wc šolja
- **Heksamin** – glavna komponenta goriva
- **Radon** – radioaktivni gas
- **Aceton** – skidač laka za nokte

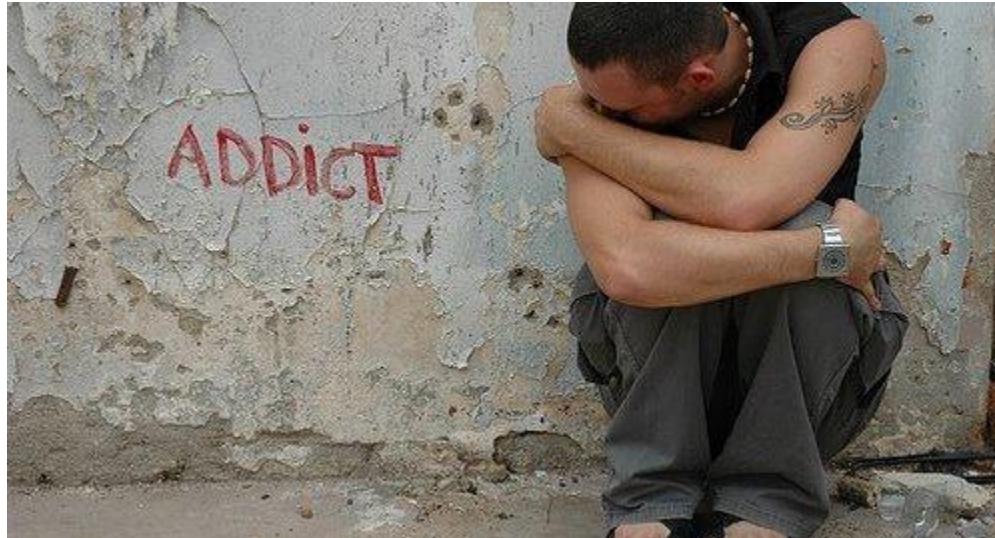


Zavisnost od nikotina

- 1980 g – proizvodi duvana svrstani u supstance koje izazivaju jaku zavisnost. U odnosu na druge, češće dovode do smrtnog ishoda.
- 1996. g – FDA objavljuje da je nikotin supstanca koja izaziva zavisnost .
- Svrstan prema MKB X u bolesti zavisnosti:
 - ✓ F 17.2 Duševni poremećaji i poremećaji ponašanja uzrokovani upotrebom duvana – sindrom zavisnosti
Disordines mentales et disordines morum propter usum tabaci (tabacomania)-syndroma dependentiae
 - ✓ F 17.3 Duševni poremećaji i poremećaji ponašanja uzrokovani upotrebom duvana – apstinencijalni sindrom
Disordines mentales et disordines morum propter usum tabaci (tabacomania)-syndroma abstinentialis

Zavisnost od nikotina

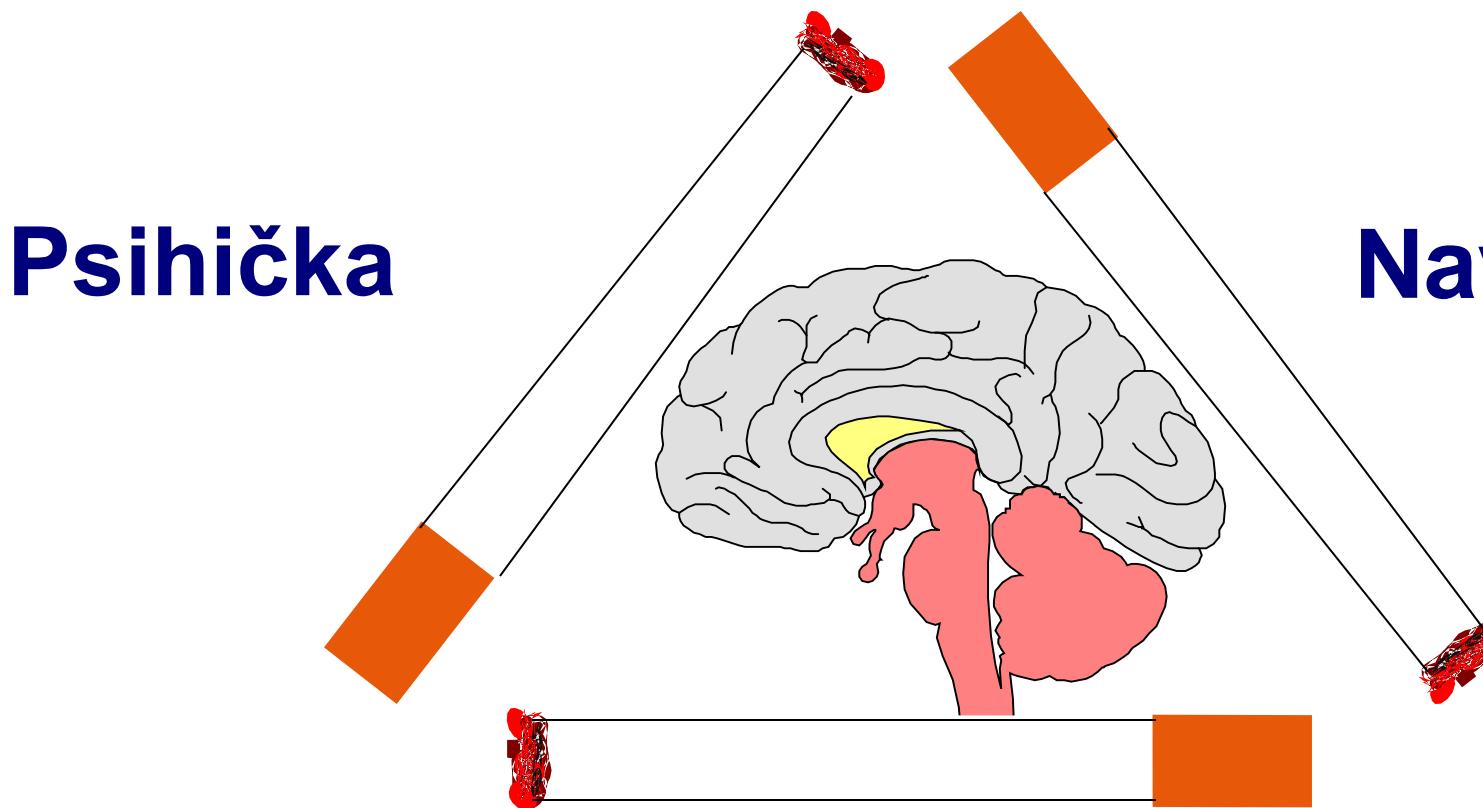
- Slična je zavisnosti od heroina
- 1000 puta je jača nego od alkohola
- 5 do 10 puta je jača nego od kokaina ili morfijuma



Zavisnost od nikotina

Psihička

Navika

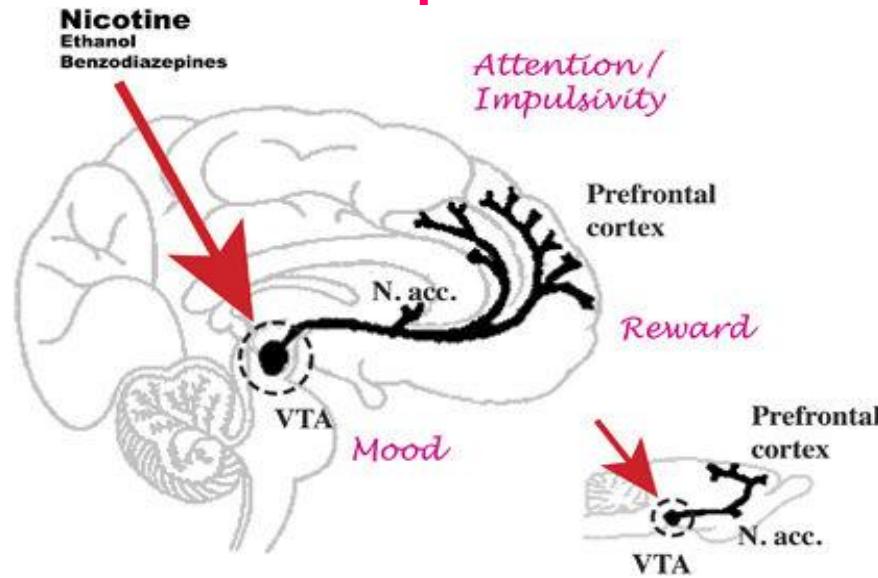


Fizička

Psihička zavisnost od nikotina

- Uvlačenjem dima, u organizam se uneće 1 do 2 mg nikotina po cigareti
- Nikotin za 15 sekundi dospe do mozga gde se vezuje za **nikotinske receptore** i stimuliše ih da oslobođaju supstance koje pružaju osećaj smirenosti i opuštenosti (serotonin) i zadovoljstva (dopamin)

Upravo zbog ovih osećanja opuštenosti i zadovoljstva osoba i puši.

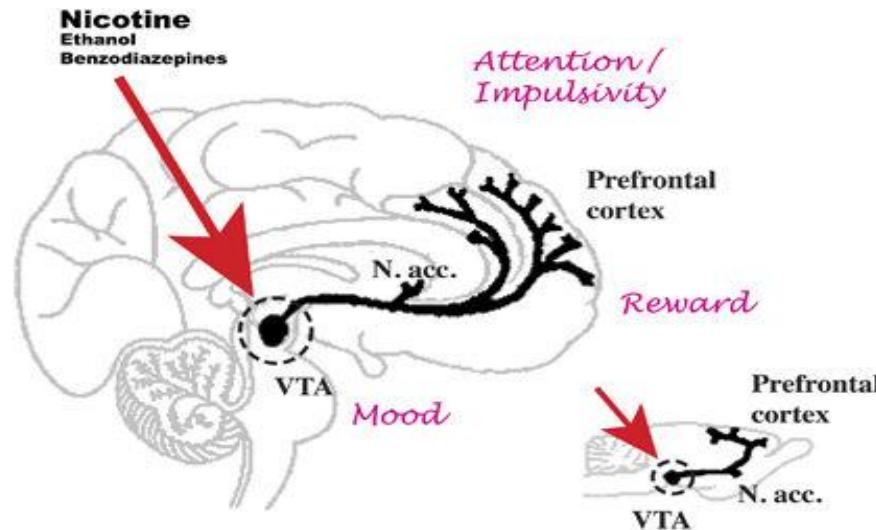


Fizička zavisnost od nikotina

- Nakon pola sata, nivo nikotina u krvi drastično opada, osećaj smirenosti i zadovoljstva nestaje

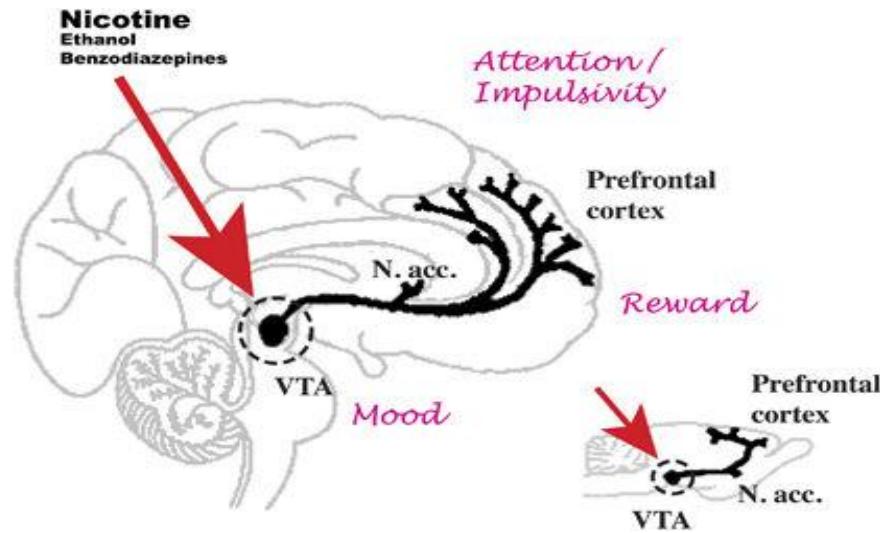
↓
nova doza nikotina koja će stimulisati receptore

↓
telo stiče toleranciju na nikotin, potrebe za njim su sve veće i nikotin postaje neophodan organizmu za normalno funkcionisanje.



Fizička zavisnost od nikotina

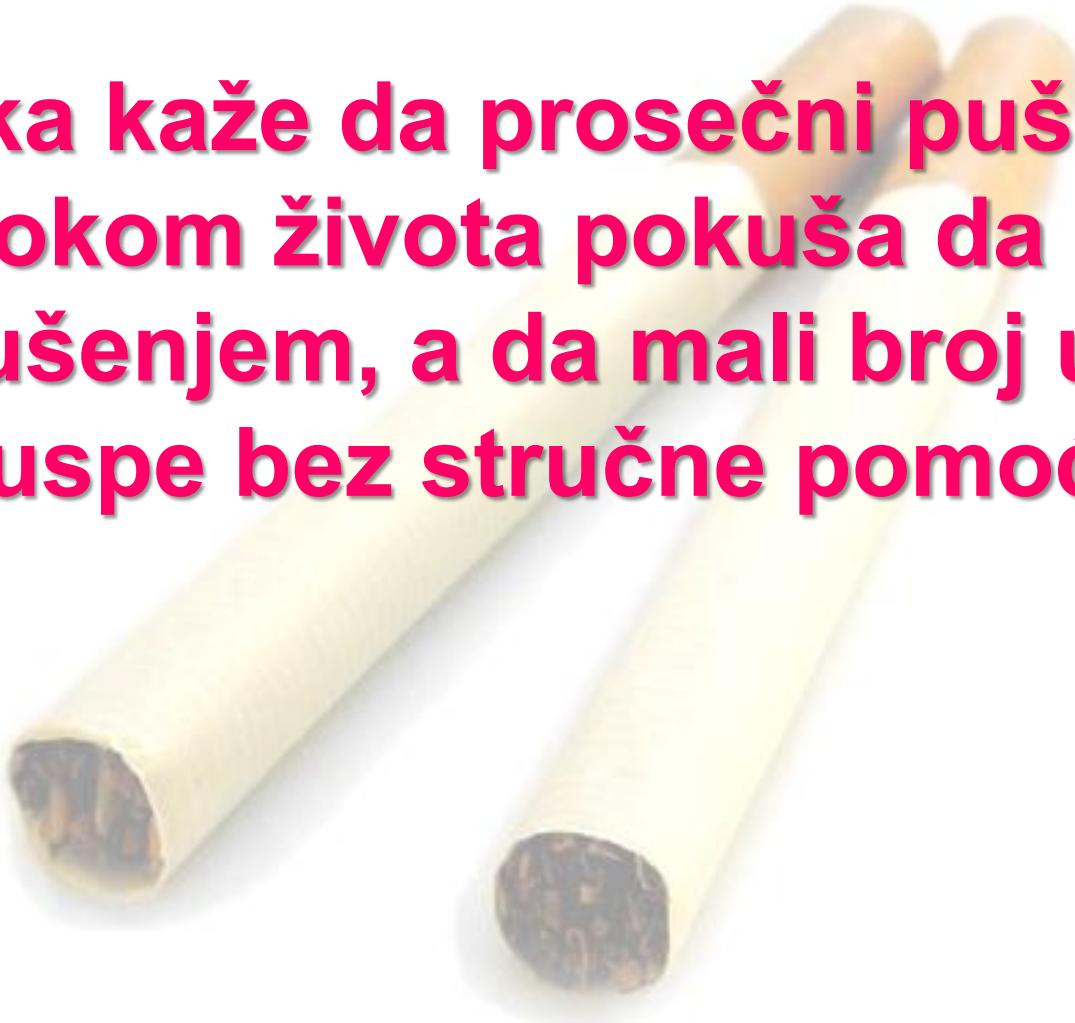
- U ovoj fazi ostavljanja cigareta nedostatak nikotina čini da se osoba oseća loše i stalno ima potrebu i želju da zapali još jednu cigaretu (**tzv. APSTINENCIJALNA KRIZA**)



Vreme je da prestanete



Statistika kaže da prosečni pušač 3 – 4 puta tokom života pokuša da prekine sa pušenjem, a da mali broj u tome uspe bez stručne pomoći.



Programi za odvikavanje od pušenja

- **Individualni program** – rad sa pojedincem i njemu se prilagođava program
- **Grupni program** – rad sa pušačima sličnih karakteristika
 - ✓ Dostupan je većem broju pušača
 - ✓ Rad u grupi je lakši
 - ✓ Pušačima je osigurana edukacija
 - ✓ Pušači razmenjuju iskustva, imaju stručnu i prijateljsku pomoć
 - ✓ Imaju manje problema u održavanju apstinencijalne krize

Metode koje se koriste u savetovalištima

- **Kognitivno-bihevioralna** – metod koji se koristi kako bi se promenilo ponašanje i stavovi prema pušenju i prema duvanskom dimu
- **Farmakoterapija** – upotreba preparata za odvikavanje od pušenja:
 - ✓ Zamenska terapija (nikotinske žvake, flasteri i sl.)
 - ✓ Citizin
 - ✓ Bupropion
 - ✓ Variniklin i dr.
- **Psihoterapija**
- **Savetovanje putem telefona**

НАЗИВ СЛУЖБЕ	НАЗИВ УСТАНОВЕ	АДРЕСА	ЗАКАЗИВАЊЕ ОДВИКАВАЊА (телефон, email, website)	РУКОВОДИОЦИ
Кабинет за превенцију и одвикавање од пушења	КЦС Клиника за пулмологију, Београд	Др Косте Тодоровића 26, 11 000 Београд	Тел. : 011/36 63 287 011/36 63 499 ika.pesic@kcs.ac.rs	Др сц. мед. Ика Пешић 063/310 812 066 /83 01 470
Превентивни центар	Градски завод за плућне болести и туберкулозу, Београд	Прешевска 33, 11 000 Београд	Тел. : 011/3811 847 pulmodir@yahoo.com	Др Софија Вукадиновић 064/40 00 153
Превентивни центар	Дом здравља Стари Град, Београд	Симина 27, 11 000 Београд	Тел. : 011/32 15 709, 32 15 777 26 27 255 vesnamandrapa@gmail.com	Прим. др Весна Мандрапа 064/24 20 997
Превентивни центар	Дом здравља Вождовац, Београд	Криволачка 4-6, 11000 Београд	Тел. : 011/30 80 610 gordana.palic@dzvozdovac.org gordanapalic@yahoo.com	Прим. др Гордана Палић-Јевремовић 064/22 90 999
Превентивни центар	Дом здравља Нови Београд, Београд	Нехрујева 53, 11 070 Нови Београд	Тел. : 011/2095253 aleksandrakekulic@yahoo.com	Мр сц. мед. прим. др Александра Секулић 064/14 56 159
Центар за промоцију здравља	Завод за јавно здравље Лесковац	Максима Ковачевића 11, 16 000 Лесковац	Тел. : 016/23 50 20 vanja.ilic@zzzle.org.rs	Прим. др Вања Илић 064/86 48 803
Саветовалиште за одвикавање од пушења (СОП)	Здравствени центар Чачак, Општа болница	Др Драгише Мишовића 25, 32 000 Чачак	Тел. : 032/30 70 00/локал 2375 drnadalazovic@gmail.com	Прим. др Нада Лазовић 065/33 73 717
Саветовалиште за одвикавање од пушења	Институт за јавно здравље Крагујевац	Николе Пашића 1, 34 000 Крагујевац	Тел. : 034 /504 542 promocija@izjzkg.rs	Милош Радосављевић 064 /11 29 675 065/ 87 77 035
Центар за превентивне здравствене услуге (СОП)	Дом здравља Ниш	Војводе Танкосића 15, 18 000 Ниш	Тел./факс :018/50 36 06 preventivni.centar@domzdravljanis.co.rs	Прим. др Зорица Чукуранић 062/257 043
АТД саветовалиште	Здравствени центар Аранђеловац	Краља Петра I 62, 34 300 Аранђеловац	Тел. : 034/71 19 17/ лок.113 zdrkar@sezampro.rs	Др Снежана Милић 063/66 44 32
Центар за превентивне здравствене услуге (СОП)	Дом здравља Нови Сад	Булевар Цара Лазара 75, Управа Руменачка 102, 21 000 Нови Сад	Тел. : 021/47 90 668 crznovisad@gmail.com www.dzns.org.rs	ВМС Весна Имброњев МС Александра Јарин 064/ 80 88 120 021/ 47 90 66
Превентивни центар	Дом здравља Сремска Митровица	Променада 1, 22 000 Сремска Митровица	Тел. : 022/61 58 20 preventivni.centar@dzsm.rs	Др Прича Светлана 064/86 44 091 064/24 91 811
Центар за промоцију здравља	Завод за јавно здравље Суботица	Змај Јовина 30, 24 000 Суботица	Тел. : 024/60 10 69 info@zjzs.org.rs	Др Нада Косић-Бибић 063/ 73 21 805
Одсек епидемиологије и превенције	Институт за онкологију и радиологију Србије	Пастерова 14, 11 000 Београд	Тел. : 011/20 67 269 epidemiolog@ncrc.ac.rs	Др Драгана Јовићевић Др сц. мед. Светлана Ристић

Paketi mera kontrole duvana

MPOWER – SZO 2013.

Šest efikasnih politika/mera kontrole duvana mogu da promene tok epidemije duvana:

1. Monitoring nad primenom duvana
2. Zaštititi ljude od duvanskog dima
3. Pružiti stanovništvu pomoć oko prekida upotrebe duvana
4. Upozoravati javnost na opasnost duvana
5. Sprovedi zabranu reklamiranja duvana
6. Povećati porez na duvan

Monitor tobacco use

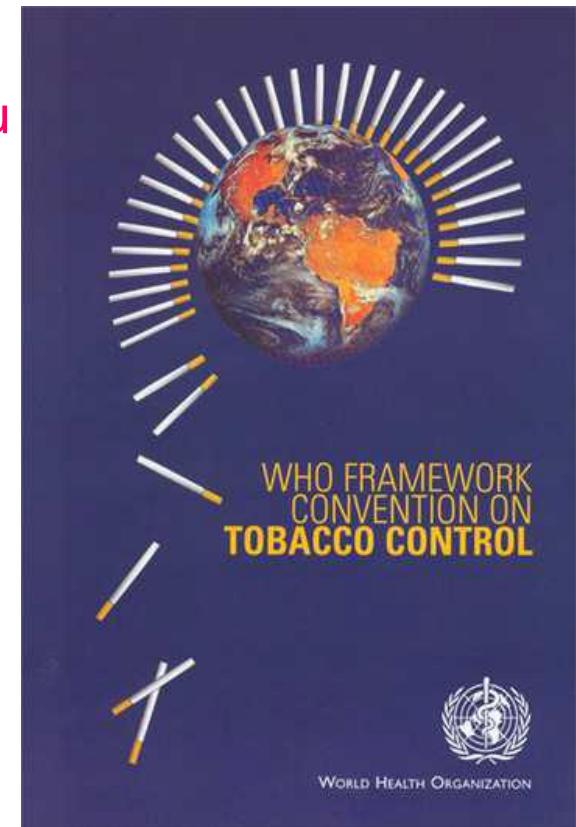
Protect people from tobacco smoke

Offer help to quit tobacco use

Warn about the dangers of tobacco

Enforce bans on tobacco advertising and promotion

Raise taxes on tobacco products



Koje su dobrobiti po zdravlje od prestanka pušenja

- **20 minuta po prestanku:** krvni pritisak i puls se snižavaju na normalne vrednosti, a temperatura ruku i nogu se povećava do normalnih vrednosti.
- **Posle 8 sati:** preostali nikotin u krvotoku opada na 6,25% normalnih dnevних najviših vrednosti, što čini smanjenje od 93,25%.
- **Posle 12 sati:** nivo ugljen-monoksida pada, a nivo kiseonika raste do normalnog nivoa u krvi.
- **Posle 24 sata:** anksioznost je na vrhuncu i u toku naredne dve nedelje će se vratiti na nivo pre odvikavanja od pušenja; rizik od iznenadnog srčanog udara se smanjuje.
- **Posle 48 sati:** završeci nervnih vlakana počinju da se regenerišu i čulo mirisa i čulo ukusa se oporavlju; bes i uznemirenost zbog prestanka pušenja dostižu vrhunac.
- **Nakon 2 do 3 nedelje:** cirkulacija se popravlja, šetnje su prijatnije i lakše, čak se i funkcija pluća poboljšava za 30%.

Koje su dobrobiti po zdravlje od prestanka pušenja

- **Tokom narednih 9 meseci:** opšta energija se poboljšava, a simptomi kao što su kašalj, umor, zapušenost nosa i ostajanje bez daha nestaju; smanjuje se lučenje sluzi, čiste se disajni putevi i smanjuje mogućnost infekcije.
- **Nakon godinu dana:** rizik od koronarne bolesti je smanjen na polovinu u odnosu na pušače.
- **Posle 5 godina:** verovatnoća smrtnosti od karcinoma pluća se smanjuje za 50%.
- **Posle 10 godina:** verovatnoća umiranja od karcinoma pluća je ista kao i za nepušače, prekancerozne ćelije su zamenjene normalnim, smanjuje se rizik od moždanog udara, kao i rizik od raka usta, grla, jednjaka, želuca, bubrega i pankreasa.
- **Posle 15 godina:** rizik od koronarne bolesti srca je isti kao i kod osobe koja nikada nije pušila.



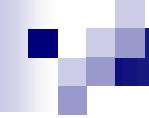
ОДВИКАВАЊЕ ОД ПУШЕЊА КОД ОНКОЛОШКИХ ПАЦИЈЕНТА



Tri su razloga za ostavljanje pušenja i nakon postavljanja dijagnoze malignih bolesti:

- 1. Onkološki pacijenti koji nastavljaju da puše i za vreme onkološkog lečenja imaju lošije rezultate lečenja u odnosu na pacijente koji ne puše, bez obzira da li se radi o vrsti tumora koja nastaje zbog upotrebe duvana.**
- 2. Pušenje duvana tokom onkološkog lečenja može imati uticaj na pogoršanje neželjenih efekata lečenja.**
- 3. Pušenje duvana tokom onkološkog lečenja povećava rizik od pojave novog tumora.**





Prestanak pušenja direktno je povezan i sa:

1. **Boljim odgovorom na lečenje**
2. **Smanjenim rizikom od nastanka komplikacija**
3. **Boljim kvalitetom života**
4. **Smanjenjem rizika od progresije bolesti.**



²Peppone LJ, Mustian KM, Morrow GR, Dozier AM, Ossip DJ, Janelsins MC, Sprod LK, McIntosh S. The Effect of Cigarette Smoking on Cancer Treatment-Related Side Effects. The Oncologist 2011; (16): 1784-1792.

**ДОБРОДОШЛИ
У
СРБИЈУ**

И овде је дувански дим
непожељан

Србија против дуванског дима



Република Србија
МИНИСТАРСТВО ЗДРАВЉА
Национална комисија за превенцију тумаче

