****

**Priština, 31 maj. 2021. godine**

**Odluči se da prestaneš: Kancelarija Svetske Zdravstvene Organizacije (SZO) u Prištini poziva na poboljšanje usluga za prestanak korišćenja duvana**

Na Svetski dan bez duvanskog dima, koji se obeležava svake godine 31. maja, Svetska Zdravstvena Organizacija skreće pažnju na štetne efekte upotrebe duvana i pasivnog izlaganja dimu i obeshrabruje upotrebu duvana u bilo kom obliku. Pod temom “Odluči se da prestaneš”, ovogodišnja kampanja SZO za Svetski dan bez duvanskog dima je fokusirana na pružanje potrebnih alata i resursa osobama za prestanak pušenja kako bi uspeli u svom pokušaju.

Duvan predstavlja glavni faktor rizika za ne-zarazne bolesti kao što su kardio-vaskularne bolesti, karcinome, respiratorne bolesti i dijabetes. Blagodeti odvikavanja od duvana su skoro trenutne. Nakon samo 20 minuta odvikavanja od pušenja, puls opada. U roku od 12 sati nivo ugljen-monoksida u krvi se vraća na normalu. U roku od 2-12 nedelja poboljšava se cirkulacija i povećava funkcija pluća. U roku od 1-9 meseci smanjuje se kašalj i otežano disanje. U roku od 5-15 godina rizik od moždanog udara smanjuje se kao kod nepušača. U roku od 10 godina stopa smrtnosti od raka pluća je približno upola manja od pušača. U roku od 15 godina rizik od srčanih bolesti je jednak riziku nepušača.

„Pandemija COVID-19 je dovela do toga da mnogi korisnici duvana kažu da žele prestati, ali nemaju svi oni pristup alatima koji im mogu pomoći u tome. Zbog toga SZO poziva vlade da osiguraju građanima pristup sveobuhvatnim uslugama koje će im pomoći u prestanku korišćenja duvana, poput informacija i saveta, besplatnih linija za prestanak pušenja, mobilnih i digitalnih usluga prestanka, terapiju zamene nikotina i drugih alata koji dokazano pomažu ljudima u prestanku pušenja. Jačanje politika i usluga o prestanku pušenja može poboljšati zdravlje, spasiti živote i uštedeti novac “, rekao je dr Sergej Koriak, šef kancelarije SZO u Prištini.

Korisnici duvana imaju 84% veću šansu da uspešno prestanu pušiti kada dobiju intenzivne savete od lekara. Da bi pomogao korisnicima u odvikavanju od duvana, SZO je zajedno sa partnerima razvio nove digitalne alate kao što su Quit Challenge chatbot i digitalni zdravstveni radnik Artificial Intelligence [Florence](https://www.who.int/news-room/spotlight/using-ai-to-quit-tobacco), koja imitira zdravstvenu radnicu u borbi protiv dezinformacija o COVIDu-19 i duvanu, pruža informacije i savete korisnicima duvana da prestanu pušiti i upućuje ih na usluge digitalnog prestanka pušenja.

Quit Challenge (Izazov Prestani) pruža svakodnevna obaveštenja o savetima i podsticajima do 6 meseci kako bi pomogli ljudima da prestanu pušiti. Dostupan je besplatno na WhatsApp-u, Viber-u, Facebook Messenger-u kao i WeChat-u.

Globalno, oko 39% muškaraca i 9% žena koristi duvan. Trenutno se u Evropi nalaze najviše stope pušenja od 26%, a projekcije pokazuju pad od samo 2% do 2025. godine, ukoliko vlade ne preduzimaju hitne mere. Osiguravanjem da svi u društvu - posebno najugroženiji - mogu pristupiti uslugama prestanka upotrebe duvana, povećava šansu za uspeh i napredak ka budućnosti bez duvana.

Ostali resursi koje SZO preporučuje za prestanak pušenja su dostupni na ovom linku: <https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/world-no-tobacco-day-2021/quitting-toolkit>.

**Za više informacija, molimo Vas posetite internet stranicu SZO-a na linku:** <https://www.euro.who.int/en/media-centre/events/events/2021/05/world-no-tobacco-day-2021-commit-to-quit>