

31 мая - Всемирный день без табака. Каждый год в последний день весны, 31 мая, мир отмечает Всемирный день без табака. В 2026 году тема дня звучит особенно актуально: «Разоблачение привлекательности - борьба с никотиновой и табачной зависимостью».

Почему это важно?

Табачная индустрия не сдаётся. Она агрессивно продвигает новые продукты: электронные сигареты, никотиновые пакетики, устройства с синтетическим никотином. Часто это маскируется под «инновации», но цель одна - привлечь новых пользователей и удержать старых.

Шокирующие цифры:

- 40 000 000 подростков 13–15 лет уже употребляют табак.
- 20 000 000 курят сигареты.
- 10 000 000 используют бездымный табак.
- 15 000 000 пробуют электронные сигареты.
- Дети используют электронные сигареты в 9 раз чаще, чем взрослые.

«Молодёжь целенаправленно выбирают в качестве мишени», - подчёркивает руководитель подразделения ВОЗ по борьбе с табакокурением Винаяк М. Прасад. Ароматизаторы, яркая упаковка, обманчивый маркетинг - всё это делает вредные и вызывающие зависимость продукты «модными».

Что нужно знать:

Приближается Всемирный день без табака

Автор: Исполнитель

27.05.2026 14:17 - Обновлено 27.05.2026 14:22

- Никотин - нейротоксин. Он быстро попадает в мозг (всего за 7 секунд!) и вызывает сильную
 - зависимость.
 - Безопасной дозы табака не существует.
 - Пассивное курение и курение при беременности наносят непоправимый вред.
 - Ущерб от табака - не только медицинский, но и экономический.

Ваш личный шаг: отметьте 31 мая без табака. Используйте этот день как точку отсчёта новой здоровой жизни. Новый сезон - новая привычка! Украсьте жизнь счастьем, а не дымом!

По информации Роспотребнадзора