**Превантивно – информационен център – Враца,**

**Общински съвет по наркотични вещества – Враца и**

**РЗИ - Враца**

**отбелязват съвместно** **31 май 2025 г. – Световен ден без тютюнопушене под мотото:**

**„Примамливи продукти. Скрити намерения. Разкриване на опасностите.“**

Всяка година на 31 май Световната здравна организация отбелязва Световен ден без тютюнопушене.

Информационната кампания в гр. Враца е насочена към хора от различни възрастови и целеви групи.

Инициативата „ЯБЪЛКА СРЕЩУ ЦИГАРА” ще се проведе на 30.05.2025 г. пред Първа Инвестиционна Банка гр. Враца от 10.00 ч. – 12.00 ч. и е насочена към широката общественост и най-вече към подрастващото поколение, а целта е да се откажат цигарите и да се избере здравословния начин на живот.

В рамките на събитието ще бъде извършено измерване на въглеродния оксид в издишания въздух и количеството на карбоксихемоглобин в кръвта на пасивни и активни пушачи със „Smoker lyzer” като безплатните услуги, предлагани в Кабинета за консултиране и отказване от тютюнопушене.

Ще се популяризира Националната телефонна линия за отказване от тютюнопушенето

0700 10 323. и ще бъдат предоставяни здравно – образователни материали за вредата от употребата на тютюневи изделия на граждани и заинтересовани страни по темата.

Тази година темата на Световния ден е свързана с дизайнерските характеристики и стратегиите, които правят никотина и тютюневите изделия привлекателни, включително ароматите, които продължават да примамват децата и младите хора към никотинова зависимост.

По данни на СЗО във всички държави младите хора използват в по-висок процент електронни цигари спрямо възрастните. В световен мащаб около 37 милиона младежи на възраст 13-15 години използват тютюн.

По отношение на употребата на електронни цигари от юношите на възраст 13-15 години в данните за България се отбелязва ръст от 10,8% - през 2015 г. до 23,3% - през 2023 г. По данни на последно проучване, свързано със здравното поведение в училищна възраст, проведено през 2022 г. сред 44 страни и региони от Европа, Централна Азия и Канада, България е на първо място по дял настоящи пушачи на електронни цигари сред 11- и 13-годишните, а 15-годишните са на трето по употреба на електронни цигари.

По данни на Националния фокусен център за наркотици и наркомании и „Сова“5 АД от проведеното в края на 2024 г. Национално проучване относно нагласи и употреба на психоактивни вещества сред населението в Република България (извадка от 4002 лица) – 60,4% от българите в страната на възраст 15-64 г. посочват, че са употребявали поне веднъж някога в живота си цигари; 52,6% отбелязват, че са ги употребявали през последните 12 месеца; 49,9% – през последните 30 дни, а 37,1% – през последните 24 часа преди провеждане на проучването.

Посочват, че са употребявали поне веднъж някога в живота си електронни цигари 32,1% от населението на възраст 15-64 г.; 29,4% отбелязват, че са ги употребявали през последните 12 месеца; 20,2% – през последните 30 дни, а 7,6% – през последните 24 часа преди проучването.

Употребявали са поне веднъж някога в живота си наргиле 16,1% от населението на възраст 15-64 г.; 13,7% отбелязват, че са го употребявали през последните 12 месеца; 8,8% – през последните 30 дни, а 2,6% – през последните 24 часа преди провеждане на проучването.

Устройства за нагряване на тютюн са употребявали поне веднъж някога в живота си 10,6% от населението на възраст 15-64 г.; 10,0% отбелязват, че са ги употребявали през последните 12 месеца; 6,5% – през последните 30 дни, а 2,2% – през последните 24 часа преди провеждане на проучването.

Няма съществена разлика по отношение на употребата на цигари между възрастовите групи 15-64 г. и 15-29 г. Когато обаче става въпрос за по-съвременните продукти за пушене (електронни цигари, наргиле, устройства за нагряване на тютюн), то разпространението на употребата им сред младите хора (на възраст 15-29 г.) е доста по-голямо.

**Електронни цигари** са употребявали поне веднъж някога в живота си 48,5% от младите хора на възраст 15-29 г.; 44,8% са ги употребявали през последните 12 месеца; 31,9% – през последните 30 дни, а 11,8% – през последните 24 часа преди проучването.

**Водна лула (Наргиле)** са употребявали поне веднъж някога в живота си 37,4% от младите хора на възраст 15-29 г.; 32,5% са го употребявали през последните 12 месеца; 22,2% – през последните 30 дни, а 7,9% – през последните 24 часа преди проучването.

**Устройства за нагряване на тютюн** са употребявали поне веднъж някога в живота си 17,6% от младите хора на възраст 15-29 г.; 16,7% са ги употребявали през последните 12 месеца; 10,7% – през последните 30 дни, а 3,8% – през последните 24 часа преди проучването.

Рискове от употребата на електронните цигари (вейповете):

Електронните системи за доставка на никотин (ЕСДН), които чрез нагряване изпаряват специално предназначени за целта течности, най-често са във вид на електронни цигари, наргилета, лули за многократна или еднократна употреба.

Употребата им води до хиперлипидемия, превъзбуда на симпатиковата нервна система, нарушения във функциите на ендотелия, увреда на ДНК и активация на макрофагите. Чрез общите механизми на оксидативния стрес и възпалението тя уврежда сърдечно-съдовата и дихателната система - пулс, кръвно налягане, повишавайки риска от инфаркт. Доказва се и връзка с основни респираторни заболявания и астма, особено когато се съчетава с употребата на тютюневи изделия. А 59% от потребителите на ЕСДН и 79% от тези на нагреваеми тютюневи изделия ги съчетават с пушене на традиционни цигари. Това засилва никотиновата зависимост и нанася по-големи щети на здравето от употребата на един тютюнев продукт. До момента не са получени солидни независими доказателства за ефективността на ЕСДН като начин за отказване от никотина. А възможността за съчетаната им употреба отлага или осуетява отказването от никотиновите продукти като такива.

При излагане на вторично въздействие на аерозола, нивата на фини частици, летливи органични съставки и тежки метали във въздуха надхвърлят посочените в Рамковата конвенция по тютюна на СЗО.

Агресивната реклама на ЕСДН в долните възрастови групи, употребата на ароматизатори (над 16 хиляди вида, половината от които плодови и на сладкиши, харесвани от деца, като „ванилията“ и „канелата“ повишават токсичността, а „маслото“ води до облитериращ бронхиолит), необявеното вкарване на никотин в обявените за безникотинови течности, използването на никотинови соли за подобряване на вкуса и по-висока концентрация гарантират бързото възникване на зависимост и преминаване към употребата на тютюн. Употребата на ЕСДН, дори еднократна, повишава до три пъти вероятността за започване употреба на традиционни тютюневи изделия. В детска възраст никотинът нарушава развитието на мозъка с дългосрочни последствия като обучителни нарушения и тревожност.

Нормативната регулация не успява да обхване непрекъснато променящите се продукти с междинни характеристики, като например, електронните цигари без никотин със сменящи се пълнители, които позволяват добавяне на други вещества в течността. Освен крайно променливото количество никотин (от 0 до 66 mg/ml, два пъти повече от цигара) течностите съдържат пропилен гликол, глицерин, овкусители и ароматизатори, които при изпаряването се разпадат на токсини и канцерогени – като нитрозамини и формалдехид, както и на все още неизучени като въздействие при вдишване вещества. Мощността на устройството и честотата на дърпане определят количеството постъпващ никотин, от чиято форма – свободен или във вид на соли – зависи поносимостта като вкус и скоростта на проникване в мозъка. Мощността на ЕСДН нараства от 10 до 250W, променяйки състава на аерозола и излагайки потребителите на още неизследвани вредни съставки.