



ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΣΤΟΝ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΧΩΡΟ

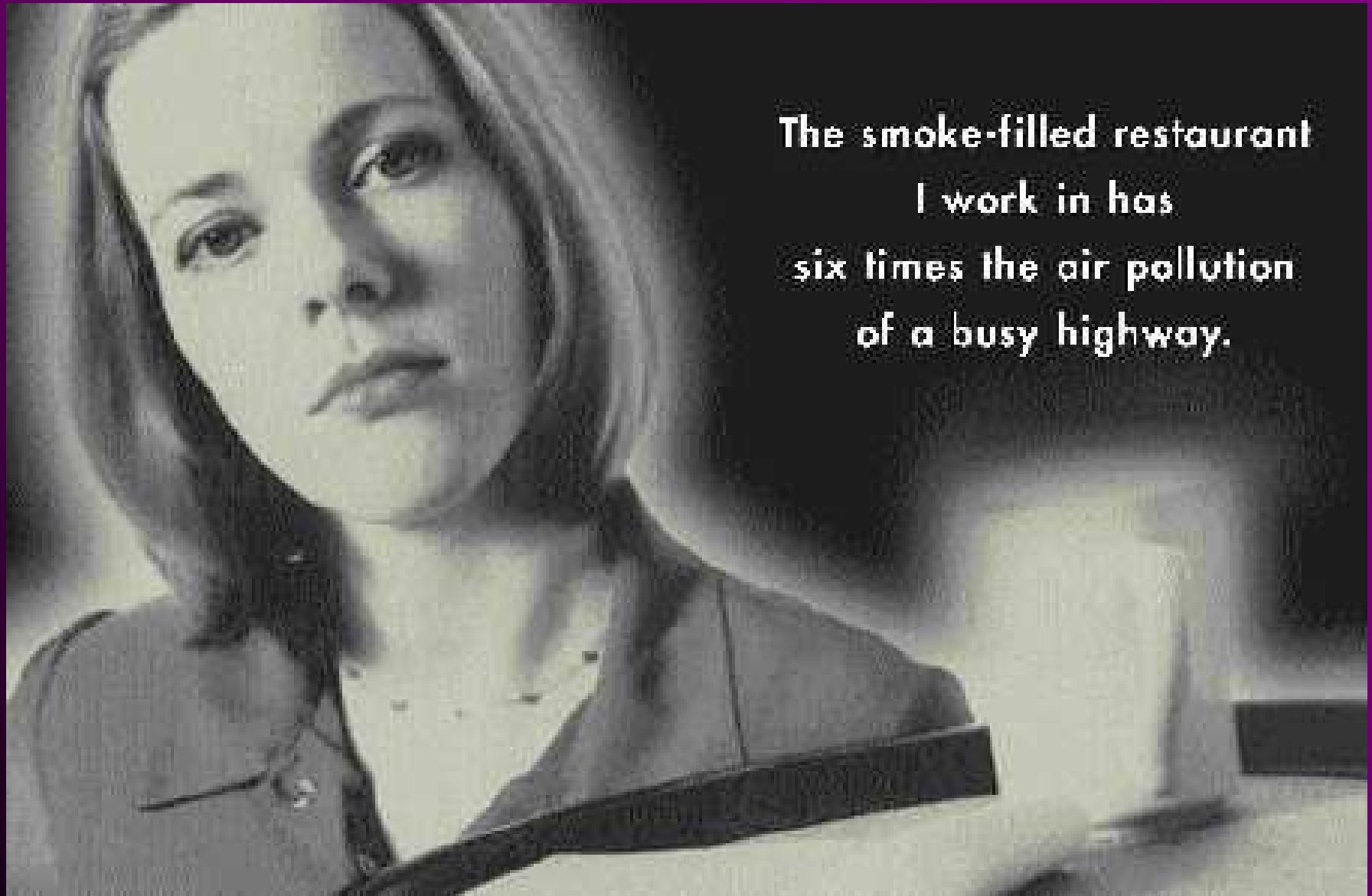


Παρασκευή Κατσαούνου
Λέκτορας Πνευμονολογίας
Ιατρική Σχολή Αθηνών
ΓΝ ΕΥΑΓΓΕΛΙΣΜΟΣ



ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΣΤΟΝ ΕΡΓΑΣΙΑΚΟ ΧΩΡΟ

- Η ανάγκη για απαγόρευση του καπνίσματος αναδείχθηκε τα τελευταία χρόνια όπου πια αποδείχθηκε αδιαφιλονίκητα η επίδραση του παθητικού καπνίσματος.
- Έτσι όλοι οι εργασιακοί χώροι πρέπει πλέον να προστατεύονται.
- Στους εργασιακούς χώρους συμπεριλαμβάνονται όλοι οι δημόσιοι χώροι, καθώς και τα εστιατόρια, τα μπαρ, οι καφετέριες, που απαρτοποιούν εργασιακό χώρο για πλήθος σερβιτόρους, μάγειρες κλπ.



The smoke-filled restaurant
I work in has
six times the air pollution
of a busy highway.

ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ

- Environmental tobacco smoke (ETS)
- “second-hand smoke”
- “involuntary smoking”

ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ- ETS

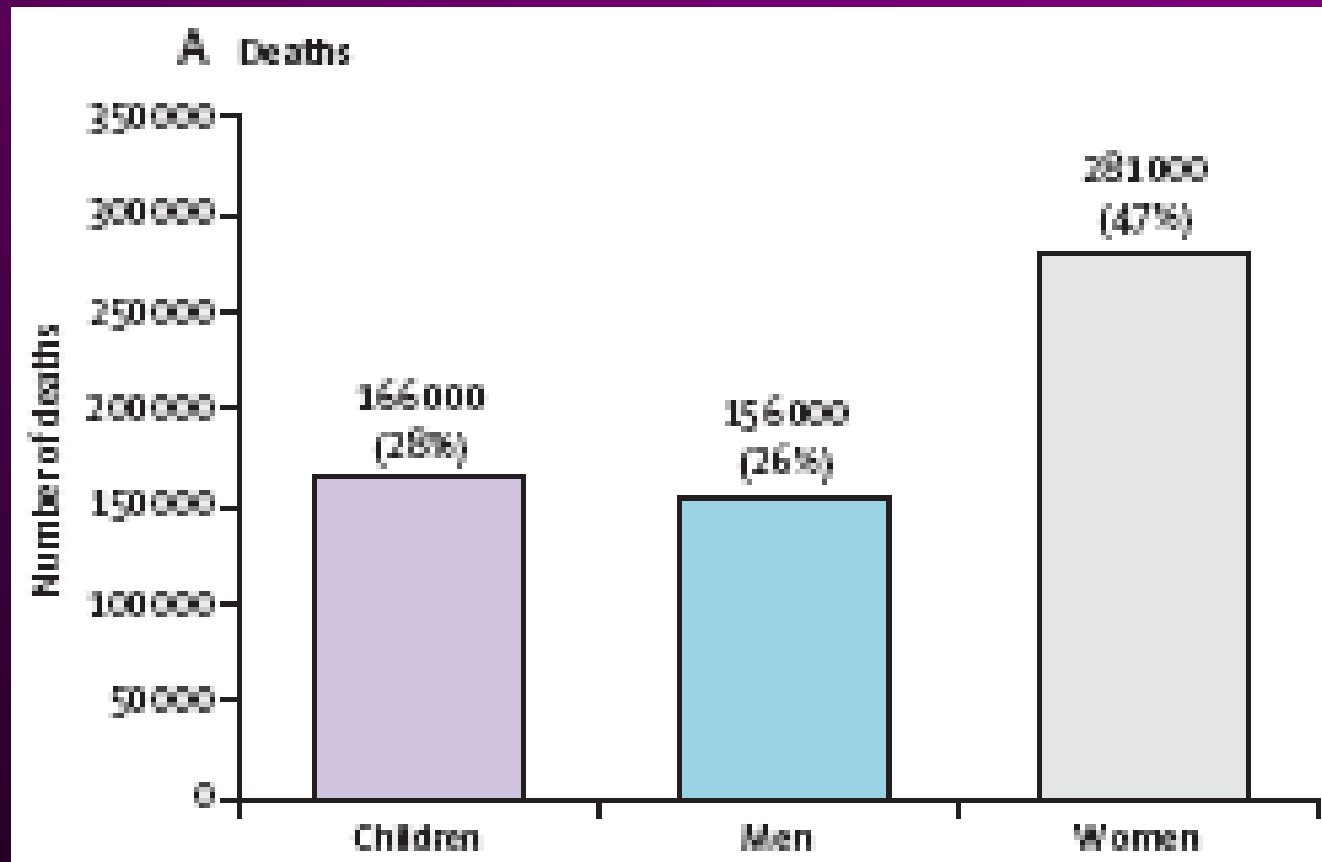
- Αποτελεί σημαντικό και απόλυτα αναγνωρισμένο ρύπο των εσωτερικών χώρων.
- Η έκθεση ενός μη καπνιστή που συμβιώνει με καπνιστή είναι ισοδύναμη περίπου με το 1% της έκθεσης ενεργητικού καπνιστή 20 τσιγάρων την ημέρα.
- Αυτό το ποσοστό πολλαπλασιάζεται σε χώρους με πολλούς καπνιστές και γίνεται τραγικά υψηλότερο σε χώρους όπως μπαρ, καφετέριες, νυχτερινά κέντρα.

ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ- ΝΟΥΜΕΡΑ

Το 2004 εκτέθηκαν σε παθητικό κάπνισμα:

- 40% των παιδιών.
- 33% των μη καπνιστών αντρών.
- 35% των μη καπνιστών γυναικών.

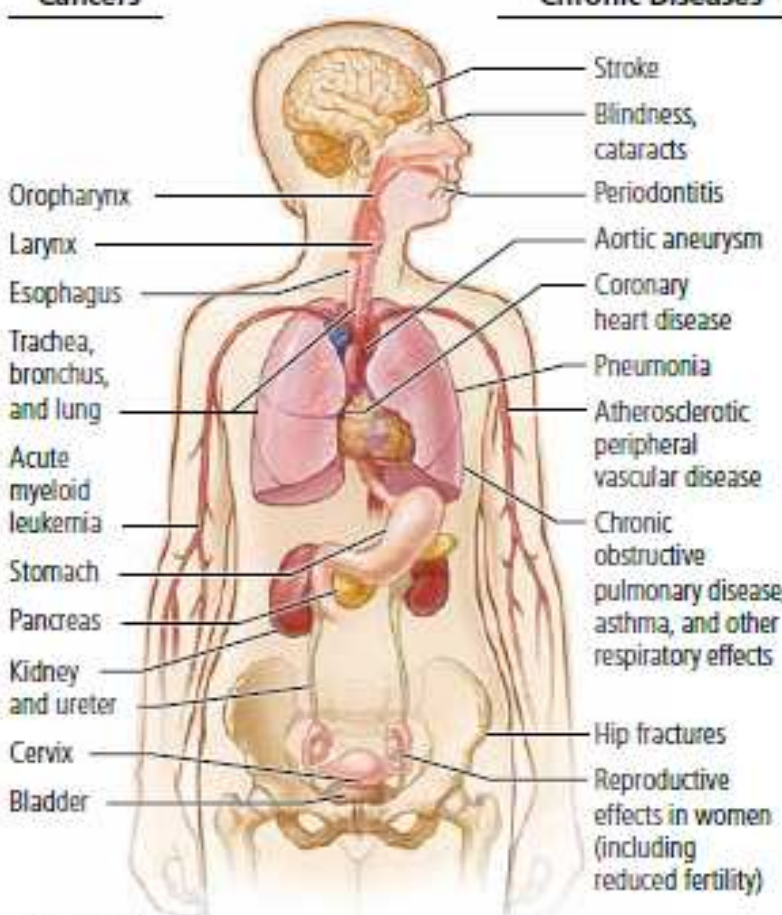
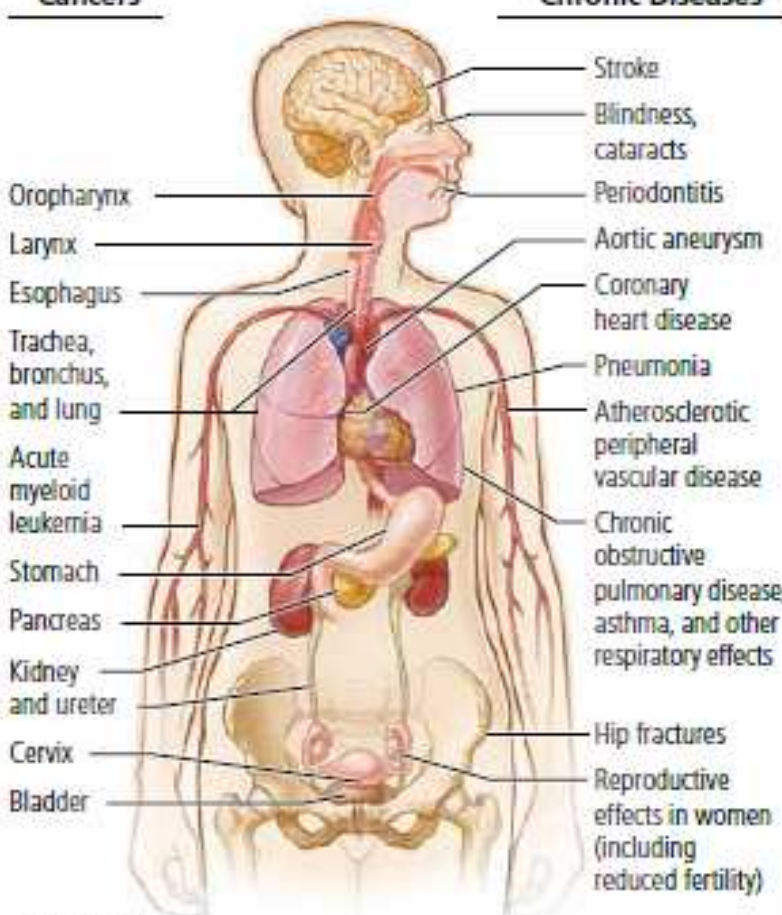
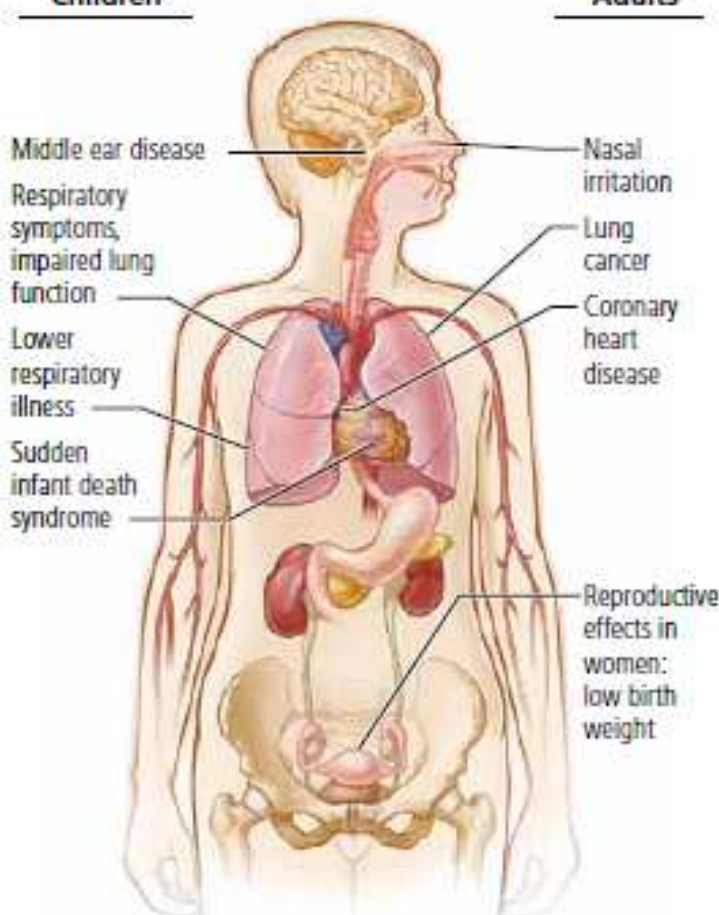
ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ-ΝΟΥΜΕΡΑ



Κάθε χρόνο πάνω από **600.000 (!)** μη καπνιστές πεθαίνουν λόγω παθητικού καπνίσματος.

ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ

DISEASES CAUSED BY SMOKING AND EXPOSURE TO SECOND-HAND SMOKE

Smoking		Secondhand Smoke Exposure	
Cancers	Chronic Diseases	Children	Adults
 <p>Oropharynx</p> <p>Larynx</p> <p>Esophagus</p> <p>Trachea, bronchus, and lung</p> <p>Acute myeloid leukemia</p> <p>Stomach</p> <p>Pancreas</p> <p>Kidney and ureter</p> <p>Cervix</p> <p>Bladder</p>	 <p>Stroke</p> <p>Blindness, cataracts</p> <p>Periodontitis</p> <p>Aortic aneurysm</p> <p>Coronary heart disease</p> <p>Pneumonia</p> <p>Atherosclerotic peripheral vascular disease</p> <p>Chronic obstructive pulmonary disease, asthma, and other respiratory effects</p> <p>Hip fractures</p> <p>Reproductive effects in women (including reduced fertility)</p>	 <p>Middle ear disease</p> <p>Respiratory symptoms, impaired lung function</p> <p>Lower respiratory illness</p> <p>Sudden infant death syndrome</p> <p>Nasal irritation</p> <p>Lung cancer</p> <p>Coronary heart disease</p> <p>Reproductive effects in women: low birth weight</p>	

Source: (150).

600.000 (!) ΘΑΝΑΤΟΙ ΕΤΗΣΙΩΣ ΑΠ'Ο ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ

- Οι θάνατοι από παθητικό κάπνισμα είναι περισσότεροι στις γυναίκες από ότι στους άντρες.
- Περίπου μισοί από αυτούς τους θανάτους (47% ή 281.000) αφορούν γυναίκες.
- 166.000 θάνατοι (28%) αφορούν παιδιά μικρότερα από 5 ετών.

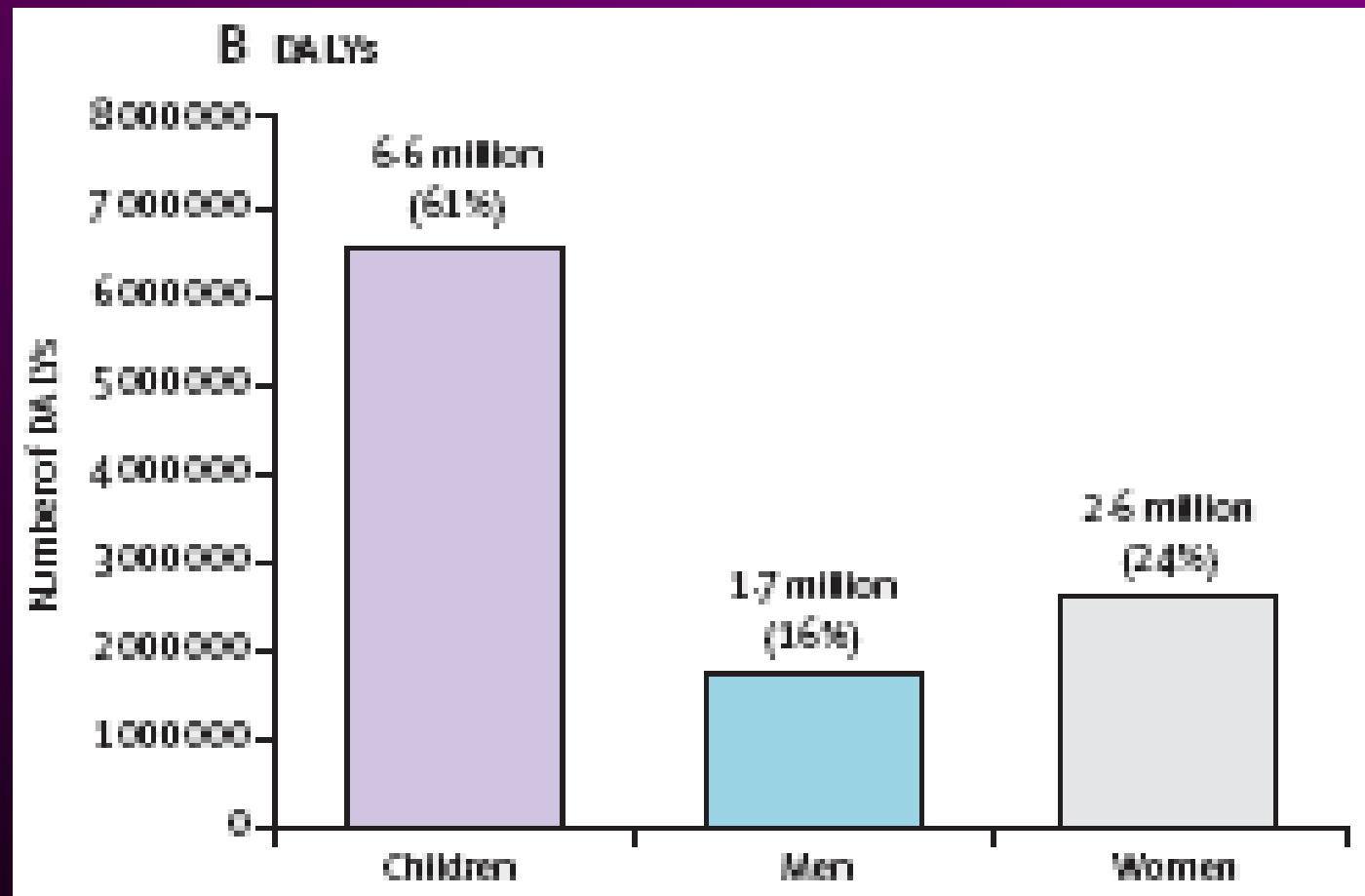
600.000 (!) ΘΑΝΑΤΟΙ ΕΤΗΣΙΩΣ ΑΠ'Ο ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ

- 379.000 θάνατοι από ΣΝ.
- 165.000 θάνατοι από λοιμώξεις κατώτερου αναπνευστικού.
- 63.900 θάνατοι από άσθμα.
- 21.400 θάνατοι από καρκίνο πνεύμονος.

DALYs (disability-adjusted life years) ΚΑΙ ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ

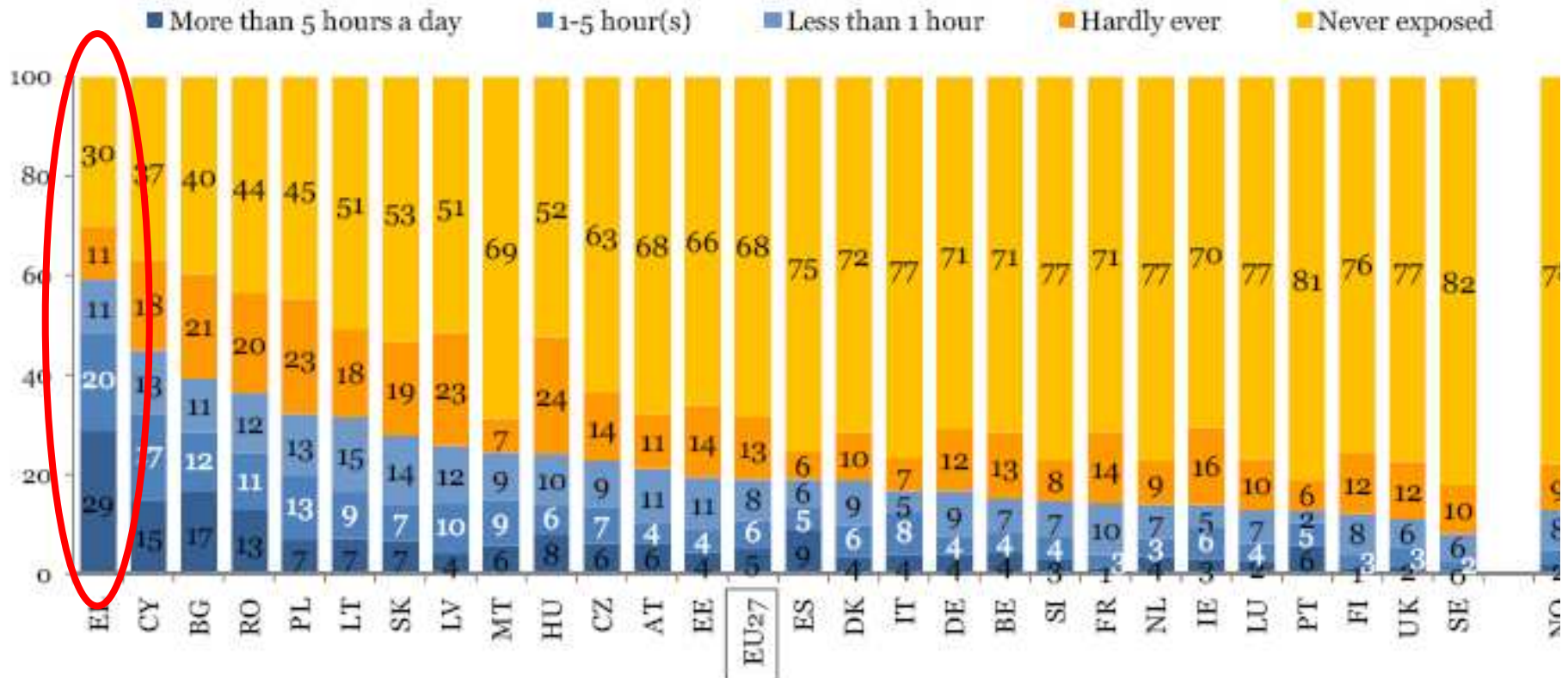
- 10.9 εκατομύρια DALYs χαθήκαν λόγω παθητικής έκθεσης σε καπνό.
- DALYs αφορούν απώλειες λόγω ασθένειας, αναπηρίας ή θάνατο.
- 61% των DALYS αφορούν παιδιά λόγω λοιμώξεων του κατώτερου αναπνευστικού (5.939.000) και άσθματος (651.000).

ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ DALYs



ΕΚΘΕΣΗ ΣΕ ΕΤΣ ΣΤΗ ΔΟΥΛΕΙΑ

Amount of exposure to tobacco smoke at the workplace



Q4. At your workplace, how many hours are you exposed to tobacco smoke, on a daily basis?

Base: respondents working away from the home

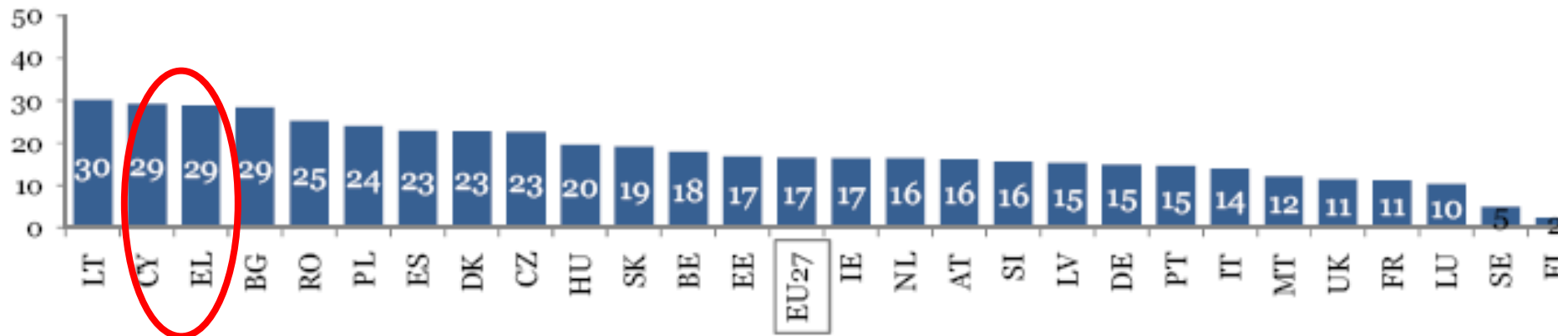
% by country

ΕΚΘΕΣΗ ΣΕ ΕΤΣ ΣΤΗ ΔΟΥΛΕΙΑ

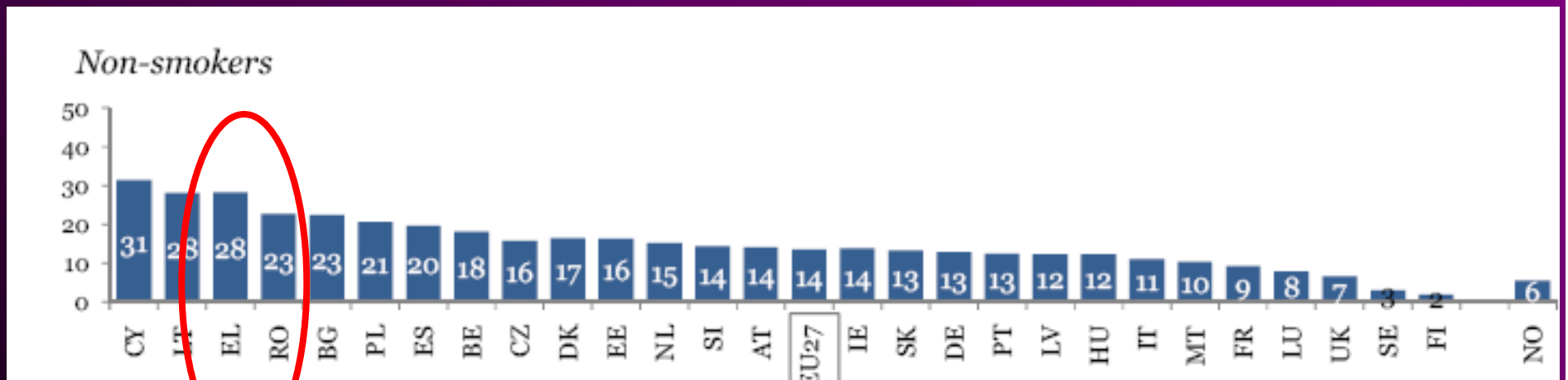
- 17% στην Ευρωπαϊκή ένωση
- 60% στην Ελλάδα
- 47% στη Βουλγαρία
- 41% στη Λιθουανία, Κύπρο
- <10% στην Αγγλία, Γαλλία, Σουηδία
- Συχνότερα σε:
 - άντρες
 - χαμηλή εκπαίδευση
 - εργάτες
 - ηλικία άνω των 54
 - αυτοαπασχολούμενοι

ΕΚΘΕΣΗ ΣΕ ΕΤΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

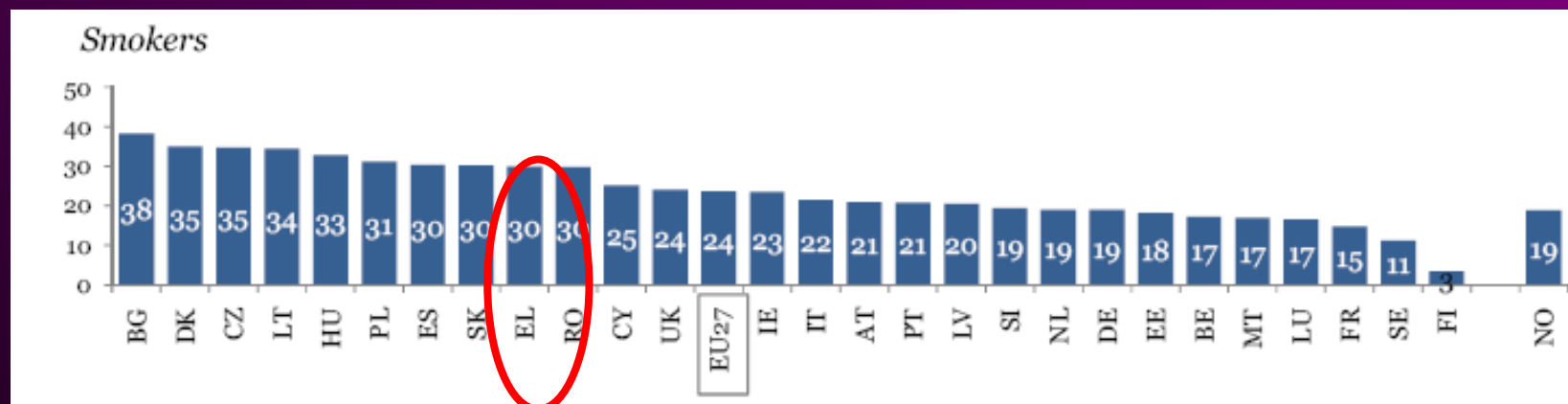
All respondents



ΕΚΘΕΣΗ ΣΕ ΕΤΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ

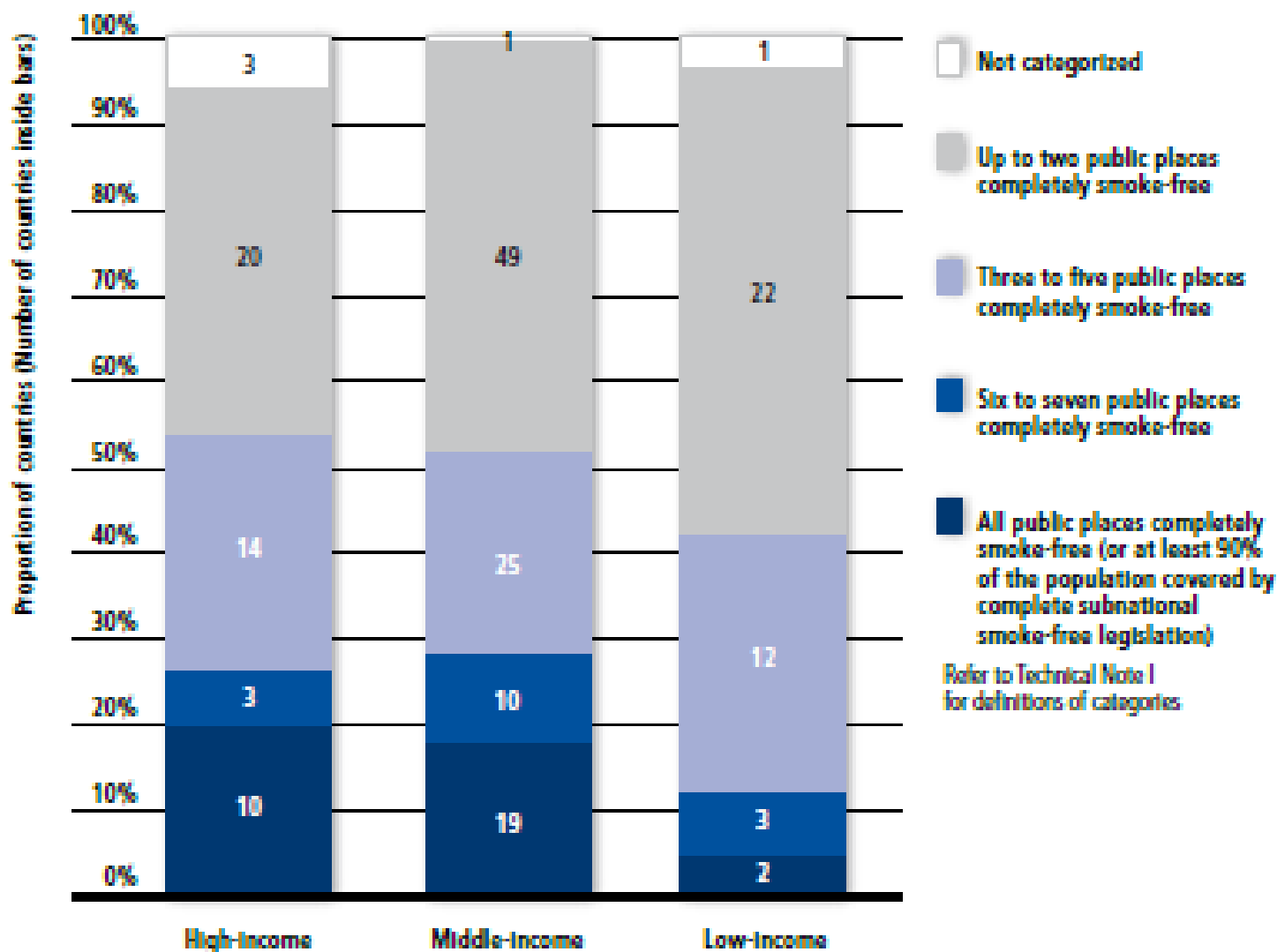


ΕΚΘΕΣΗ ΣΕ ΕΤΣ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ



ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ ΠΟΥ ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΙ ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΣΕ ΔΗΜΟΣΙΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ

SMOKE-FREE LEGISLATION



Η ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ ΓΙΑ ΑΠΑΓΟΡΕΥΣΗ ΤΟΥ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ ΔΕ ΒΛΑΠΤΕΙ ΤΙΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΙΣ

- Παρά τους αντίθετους ισχυρισμούς της βιομηχανίας καπνού και εστίασης, η εμπειρία δείχνει ότι στις χώρες όπου επιβλήθηκε νομοθεσία για απαγόρευση του καπνίσματος, οι χώροι όπου απαγορεύτηκε το κάπνισμα γρήγορα έγιναν δημοφιλείς.
- Η νομοθεσία στάθηκε πολύ εύκολο να εκτελεστεί.
- Η επίδραση της νομοθεσίας αυτής στις επιχειρήσεις εστίασης ήταν είτε θετική, είτε ουδέτερη.

149. *Evaluating the effectiveness of smoke-free policies.* Lyon, International Agency for Research on Cancer, 2009 (IARC Handbooks of Cancer Prevention, Tobacco Control, Vol. 13: <http://www.iarc.fr/en/publications/pdfs-online/prevent/handbook13/index.php>, accessed 25 May 2011).

**1^η ΙΟΥΛΙΟΥ 2009:
Η ΕΛΛΑΔΑ ΔΕΝ ΕΣΒΗΣΕ ΤΟ
ΤΣΙΓΑΡΟ**

ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ ΠΟΥ ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΙ ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΣΕ ΔΗΜΟΣΙΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ

- Δεν υπάρχει ασφαλές όριο έκθεσης σε παθητικό κάπνισμα.
- Οι νόμοι που απαγορεύουν το κάπνισμα βελτιώνουν την υγεία, δίνουν κίνητρο στους καπνιστές να διακόψουν και οδηγούν σε μείωση της κατανάλωσης καπνού.
- Οι νόμοι αυτοί έγιναν γρήγορα δημοφιλείς και η αποδοχή τους υπήρξε υψηλή.
- • Όμως μόνο το 5% του παγκόσμιου πληθυσμού προστατεύεται από ανάλογη νομοθεσία.
- • Το άρθρο 8 του WHO (FCTC) απαιτεί από τα πολιτικά κόμματα να επιβάλουν νομοθεσία για την προστασία των μη καπνιστών από την έκθεση στον καπνό.

ΤΙ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ Η ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ ΠΟΥ ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΙ ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΣΕ ΔΗΜΟΣΙΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ;

- Απαγορεύει το κάπνισμα σε κτίρια, υπηρεσίες, δημόσιους χώρους.
- Είναι πιο αποτελεσματική όταν επιβάλεται με νόμους που περιλαμβάνουν πρόστιμα σε όσους δεν την τηρούν.
- Στους χώρους απαγόρευσης περιλαμβάνονται τα εστιατόρια και τα μπαρ, τα μέσα μαζικής μεταφοράς, όλοι οι δημόσιοι χώροι.
- Δεν επιτρέπει χώρους για καπνίζοντες ακόμη κι όταν σ' αυτούς υπάρχει πολύ καλός εξαερισμός.
- Η ύπαρξη στα κτίρια αυτά ειδικών χώρων όπου επιτρέπεται το κάπνισμα μειώνει την αποτελεσματικότητα της νομοθεσίας.

ΑΝΑΓΚΑΙΟΤΗΤΑ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑΣ

- Δεν υπάρχει ασφαλές όριο έκθεσης σε παθητικό κάπνισμα.
- Σε χώρους όπου επιτρέπεται το παθητικό κάπνισμα, οι άνθρωποι εκτίθενται σε σημαντική μόλυνση, συμπεριλαμβανομένης της έκθεσης σε CO.
- Μελέτες έχουν αποδείξει ότι τα επίπεδα της εσωτερικής μόλυνση είναι υψηλότερα από αυτά σε αυτοκινητόδρομους με κίνηση, κλειστά γκαράζ ή κατά τη διάρκεια πυρκαγιών.

ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ ΠΟΥ ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΙ ΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΣΕ ΔΗΜΟΣΙΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ

- Αν και ο αριθμός των χωρών που προστατεύονται από νόμους απαγόρευσης του τσιγάρου αυξάνονται, η πλειοψηφία των χωρών δεν έχει τέτοια νομοθεσία, ή έχει νόμους πολύ χαλαρούς, χωρίς επιτήρηση.
- Περίπου 40% των χωρών δεν προστατεύουν τα παιδιά από την έκθεση στο κάπνισμα στο σχολείο.
- Περισσότερες από το 50% των χωρών παγκοσμίως επιτρέπουν το κάπνισμα σε δημόσιους και κλειστούς χώρους.
- Μόνο 9% των χαμηλών και μεσαίων εισοδημάτων χώρες έχουν εστιατόρια όπου απαγορεύεται το κάπνισμα, σε σχέση με 29% των χωρών με υψηλό εισόδημα.
- Μόνο το 5% των χωρών παγκοσμίως (16 χώρες) προστατεύεται από ικανοποιητικούς περιεκτικούς νόμους απαγόρευσης του καπνίσματος.

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΒΕΛΤΙΩΣΗΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΣΕ ΧΩΡΕΣ ΟΠΟΥ ΕΠΙΒΛΗΘΗΚΕ Η ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

- Μείωση των νοσηλειών για εμφράγματ του μυοκαρδίου (Σκωτία, Νέα Ζηλανδία, Ιταλία, Η.Π.Α.
- Σημαντική μείωση της έκθεσης των μη καπνιστών σε παθητικό κάπνισμα.
- Δεν υπήρξε απόδειξη της αύξησης της έκθεσης σε παθητικό κάπνισμα των νεότερων λόγω αύξησης του καπνίσματος των γονέων στο σπίτι.
- Βελτιώθηκε η υγεία των εργαζομένων σε μπαρ (Ιρλανδία, Καλιφόρνια, Νέα Υόρκη, Σκωτία).

ΑΛΛΑ ΟΦΕΛΗ ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΠΙΒΟΛΗ ΤΗΣ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑΣ

- Δίνεται κίνητρο στους καπνιστές να διακόψουν το κάπνισμα και αυτούς που τ έχουν κόψει να το διατηρήσουν.
- Η επίπτωση του καπνίσματος μπορεί να μειωθεί κατά 4%.
- Η κατανάλωση του τσιγάρου μειώνεται. Η Παγκόσμια τράπεζα υπολογίζει μείωση της κατανάλωσης κατά 4-10% έως και 29%.
- Ακόμη και οι καπνιστές μειώνουν τον αριθμό των τσιγάρων που καταναλώνουν.
- Στη Νορβηγία, Ιταλία και Ιρλανδία παρατηρήθηκαν σημαντικές μειώσεις στην κατανάλωση καπνού.
- Ακόμη και το κάπνισμα στα σπίτια μειώνεται συμπαρασυρόμενο.
- Μετά την επιβολή της νομοθεσίας αυτή σταδιακά γίνεται πολύ δημοφιλής.

FCTC Article 8 guidelines (WHO Framework Convention on Tobacco Control)

Μέτρα για προστασία ατόμων από την έκθεση σε παθητικό κάπνισμα. Οι βασικές αρχές των οδηγιών είναι:

- Effective measures to protect against exposure to secondhand smoke require the total elimination of smoking and tobacco smoke in a particular space or environment.
- Ventilation or designated smoking rooms do not offer protection.
- All people should be protected from exposure to secondhand smoke. All indoor workplaces, indoor public places and public transport should be smokefree.
- Legislation is needed to protect people from secondhand smoke. Voluntary agreements are ineffective.
- Good planning and adequate resources are needed for implementation and enforcement of legislation.

FCTC Article 8 guidelines

(WHO Framework Convention on Tobacco Control)

- Civil society should be an active partner in developing, implementing and enforcing smokefree legislation.
- Smokefree legislation should be monitored and evaluated, to assess its impact and build support for the most effective possible measures.
- The protection of people from secondhand smoke should be strengthened and expanded if needed. This may require new or amended legislation or improved enforcement measures.
- There is need for clear definitions of key terms such as, 'smoking', 'workplace', 'public place', 'indoor' and 'enclosed'.

More than 739 million people are protected by comprehensive, national smoke-free laws, an increase of more than 385 million since 2008.

Bans must be comprehensive: partial bans have little or no effect, and usually do not include indirect forms of marketing.



Too
young to drink.
Too young to vote.
Old enough
to inhale someone
else's cigarette
smoke?

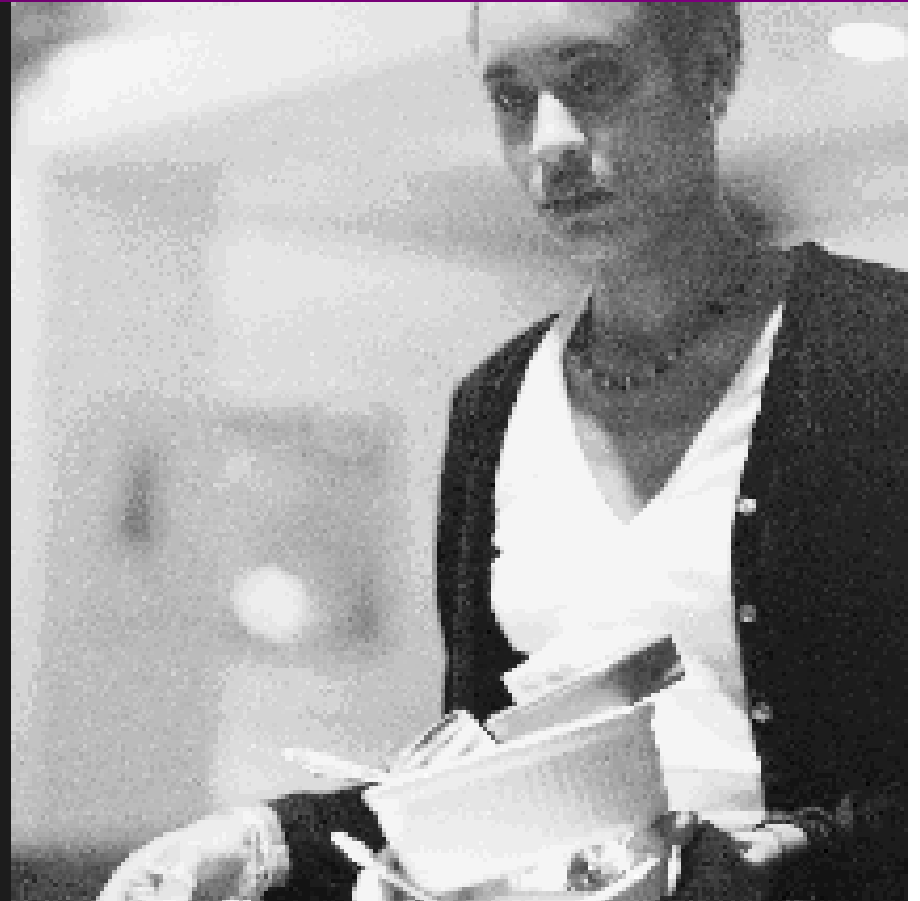
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Δεν υπάρχει ασφαλές όριο έκθεσης στο παθητικό κάπνισμα.
- Το παθητικό κάπνισμα σκοτώνει πάνω από 600.000 ανθρώπους ετησίως.
- Παγκοσμίως τα παιδιά εκτείθονται περισσότερο στο παθητικό κάπνισμα από οποιαδήποτε άλλη ηλικιακή ομάδα.
- Οι θάνατοι και η νοσηρότητα λόγω παθητικού καπνίσματος είναι περισσότεροι στις γυναίκες και τα παιδιά.
- Οι κυβερνήσεις θα πρέπει να προστατεύσουν τους πολίτες από τους κινδύνους του παθητικού καπνίσματος με τη θέσπιση νόμων απαγόρευσης του καπνίσματος στους χώρους εργασίας και στους δημόσιους χώρους.

**A pack a day.
And I don't even smoke.**

**Restaurant employees
deserve a smoke-free workplace.**

www.SmokeFreeFortCollins.org





Σας ευχαριστώ για την προσοχή σας



Ομάδα Εργασίας Διακοπής Καπνίσματος & Προαγωγής Υγείας
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΠΝΕΥΜΟΝΟΛΟΓΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ

~~ΚΑΤΙΝΙΖΟΥΜΕ~~
ωρίς όρια

Ανακαλύψτε έναν καινούργιο και υγιεινό τρόπο ζωής.

Ενημερωθείτε στο **800-801 80 80**

και δώστε μία υπεύθυνη λύση.


Συνεργαστείτε με τα **Ιατρεία Διακοπής Καπνίσματος**

ΔΙΑΚΟΠΗ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ ΣΕ ΓΟΝΕΙΣ

- Η έκθεση στον καπνό του τσιγάρου μετά τη γέννηση ενέχει ΣΟΒΑΡΟΥΣ, ΑΠΟΛΥΤΑ ΤΕΚΜΗΡΙΩΜΕΝΟΥΣ κινδύνους για το νεογνό, βρέφος και παιδί, αντίστοιχους με αυτούς της έκθεσης του εμβρύου καπνίστριας μητέρας στη διάρκεια της κύησης.
- Το κάπνισμα των γονέων αποτελεί πρότυπο για έναρξη καπνίσματος στα παιδιά, συγκεκριμένα διπλασιάζει τον κίνδυνο της καπνιστικής συνήθειας στα παιδιά.
- Το 1/3 περίπου των παιδιών που καπνίζουν μπορεί να αποδοθεί στην καπνιστική συνήθεια των γονέων.

ΠΑΘΗΤΙΚΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΚΑΙ ΕΝΗΛΙΚΕΣ

- Προκαλεί κακό στην υγεία 46%
- Επηρεάζει την αναπνοή τους ή
το άσθμα 25%
- Προκαλεί ερεθισμό στα μάτια 20%
- Προκαλεί βήχα 21%
- Προκαλεί ναυτία 8%
- Προκαλεί κεφαλαλγία 6%

 Lader, Meltzer. *Smoking related Behaviour and Attitudes, 2000.* Office for National Statistics, 2001