

Siqaret çəkməyə alüdəçilik çox vaxt yeniyetmə və gənc yaşlarında baş verir. Yeniyetmələr adətən özlərini böyüklərə oxşatmaq üçün əllərinə siqaret alır, sonra isə onu ata bilmir. Gənclər əsasən bekarlılıqdan, bir-birinin bəhsinə siqaret çəkməyə əl atır və getdikcə ona vərdiş edir. Əksər hallarda tütündən istifadə nəticəsində sağlamlığa dəyən zərər illər və hətta onilliklər keçdikdən sonra özünü bürüzə verir.

Beynəlxalq Tütünçəkmədən İmtina Günü bir daha öz sağlamlığımız, yaxın və doğmalarımızın sağlamlığı barədə düşünməyə vadər edir.



Bir gün siqaret çəkməkdən imtina etmək sağlam hayatı tərzi istiqamətində və bu təhlükeli vərdişlə mübarizədə ilk addım ola bilər.

## YADDA SAXLAYIN!



## SIQARET ÇƏKMƏK SAĞLAMLIQ ÜÇÜN TƏHLÜKƏLİDİR!

Buklet Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyinin İctimai Səhiyyə və İslahatlar Mərkəzində hazırlanmışdır.

Bukletde dərc olunanlar Ümumdünya Səhiyyə Teşkilatının məlumatlarına əsaslanır və Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyinin Sağlam Həyat Terzi Layihəsinin Milli Koordinatoru ilə razılışdırılmışdır.

Buklet Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyinin səhiyyə İslahatları çərçivəsində ictimai səhiyyə kadrlarının hazırlanması üzrə Tədbirlər programı əsasında çap edilmişdir.



Bakı, AZ1122, Zərdabi küç., 96  
Tel: 431-12-72, Faks: 430-52-85  
[office@isim.az](mailto:office@isim.az) [www.isim.az](http://www.isim.az)



# BEYNƏLXALQ TÜTÜNÇƏKMƏDƏN İMTİNA GÜNÜ!



Tütün epidemiyası və tütünlə qlobal mübarizə strategiyaları



**Tütünçəkmə dünyani bürümüş qlobal problemlərdən biridir və onunla mübarizə beynəlxalq səviyyədə aparılır.**



Beynəlxalq Tütünçəkmədən İmtina Günü noyabr ayının üçüncü çərşənbə axşamı qeyd olunur. Bu tarix 1977-ci ildə Amerikanın Onkoloji Cəmiyyəti tərəfindən təsis edilmişdir.

1988-ci ildə ÜST Assambleyasının 42-ci sessiyasında 19 sayılı qətnamə ilə 31 may Ümumdünya Tütünsüz Günü elan edilmişdir.

Dünyanın 50-dən artıq ölkəsinin imzaladığı Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatının (ÜST) 21 may 2003-cü il tarixli Tütünlə Mübarizə üzrə Çərçivə Konvensiyasına Azərbaycan da 2005-ci il noyabrın 1-də qoşuldu. Bu Konvensiya tütün məmulatlarının istehsalını, satışını və istifadəsini tənzimləyən bəşəriyyətin ilk beynəlxalq razılılaşmasıdır ki, ictimai yerlərdə sıqaret çəkməyi və tütün məmulatlarının hərhansı formada reklamını qadağan edir.

Sıqaret çəkənlərin sayının artım dinamikası narahatlıq doğurur. Bununla yanaşı, ictimai yerlərdə sıqaret çəkildikdə etrafdaçılar özgəsinin sıqaret tüstüsünü udmaqla passiv sıqaret çəkməye məruz qalırlar. Son illər Avropa ölkələrində sıqaretçəkməyə qarşı rəsmi səviyyədə sərt tədbirlər görülür. Bu tədbirlər əhalinin passiv sıqaretçəkmədən xilas olunmasına yönəldilib.



Azərbaycanda da tütünçəkmənin məhdudlaşdırılması istiqamətində qanunvericiliyin təkmilləşdirilməsi əhalinin sağlığının qorunması, sağlam həyat tərzinin təbliği, uşaqların, yeniyetmələrin və gənclərin sağlam böyüməsi və inkişafı, zərərlər vərdişlərə aludəciliyin profilaktikası, tütün məmulatlarının istehlakının zərərlə təsirinin azaldılması məqsədi daşıyır.



*Monitoring*

**1-ci strategiya: tütündən istifadənin və profilaktika strategiyalarının monitorinqi**

Tütündən istifadə və onun təsirinin qiymətləndirmə sistemini gücləndirmək vacibdir. Hal-hazırda, dünya ölkəlerinin yarısında (inkişaf edən ölkələrin 2/3-də) gənclər və yaşılılar arasında tütündən istifadəyə dair hətta minimum məlumat belə yoxdur.



*Protecting*

**2-ci strategiya: insanların tütün tüstüsündən qorunması**

Dünya əhalisinin 2/3-i dövlət idarələrində və digər qapalı yerlərdə tütün çəkməyə icazə verilən ölkələrdə yaşayır. İş yerlərində tütün çəkəmənin qadağan olunması siyaseti iqtisadi inkişaf etmiş ölkələrdə işçilər arasında tütündən istifadənin 29% azalmasına şərait yaratmışdır.



*Offering*

**3-cü strategiya: tütündən imtina olunması məqsədilə yardımların təklif edilməsi**

Tütün təhlükələri barədə bilən tütün çəkənlərin 3/4-ü bu vərdişdən imtina etmək arzusundadır. Tütündən asılılığı müalicə edən kompleks xidmətlər dünyə əhalisinin yalnız 5%-i üçün əlcətandır. Bu asılılığın aradan qaldırılması üçün tütün çəkənlərə yardım və dəstək göstərmək eksər insanlara faydalı olacaq.



*Warning*

**4-cü strategiya: tütünlə bağlı təhlükələr barədə xəbərdarlıqların edilmesi**

Tütün məmulatlarının qutularında olan xəbərdarlıqlar tütündən istifadənin qarşısını ala bilir. Yalnız dünya əhalisinin 6%-i yaşadığı 15 ölkədə qutuların üzərinə xəbərdarlığın yerləşdirilməsi üçün azı 30% yer ayrılmamasına məcbur edilir, "yüngül", "qetranı az olan" kimi yanlış və aldadıcı yazıların qarşısını almaq üçün tədbir görülmədiyi ölkələrdə isə dünya əhalisinin 40%-i yaşayır.



*Enforcing*

**5-ci strategiya: tütün məmulatlarının reklamı, satışının stimullaşdırılması və sponsorluğuna qadağaların qoyulması**

Dünyada yaşayan uşaqların təxminən yarısı tütün məmulatlarının pulsuz yayılmasına qadağaya qoyulmayan ölkələrdə yaşayır. Tütün reklamına qoyulan qadağalardan əvvəl və sonra aparılan tədqiqatlar göstərdi ki, qadağadan sonra tütündən istifadə 16% azalıb.



*Raising*

**6-ci strategiya: tütün məmulatlarına qoyulan vergilərin artırılması**

Tütün məmulatlarına qoyulan vergilərin 10% artırılması adətən, yüksək gəlir səviyyəsi olan ölkələrdə tütündən istifadəni 4%, gəliri aşağı və orta səviyyədə olan ölkələrdə isə təxminən 8% azaldır. Tütün məmulatlarının qiymətlərinin 70% artırılması, tütünlə əlaqəli bütün ölüm hallarını azı 1/4-dək azalda bilər.