

Od dnia 15 listopada 2010 roku obowiązuje prawny zakaz palenia wyrobów tytoniowych w miejscach publicznych, a takim m. in. jest SZKOŁA!!!

Prawo i polityka państwa wobec palenia i używania wyrobów tytoniowych

Zgodnie z art. 3 Ustawy z dnia 9 listopada 1995 r. o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych (DZ.U. z 1996 r. Nr 10, poz. 55, z późn. zm.):

„Ochrona zdrowia przed następstwami palenia tytoniu realizowana jest przez kształtowanie polityki zdrowotnej, ekonomicznej i społecznej, do której należy:

- 1) ochrona prawa niepalących do życia w środowisku wolnym od dymu tytoniowego,
- 2) promocja zdrowia przez propagowanie stylu życia wolnego od nałogu palenia papierosów i używania wyrobów tytoniowych,
 - 2a) działalność wychowawcza i informacyjna,
- 3) tworzenie warunków ekonomicznych i prawnych zachęcających do ograniczenia używania tytoniu,
- 4) informowanie o szkodliwości palenia tytoniu i zawartości substancji szkodliwych na opakowaniach wyrobów tytoniowych i informacjach o wyrobach tytoniowych,
- 5) obniżanie norm dopuszczalnych zawartości substancji szkodliwych w wyrobach tytoniowych,
- 6) leczenie i rehabilitacja osób uzależnionych od tytoniu”.

Ostatnia nowelizacja w/w ustawy ogłoszona 8 kwietnia 2010 r., a obowiązująca od 15. 11. 2010 r. (Dz.U. z 2010 r. Nr 81, poz. 529) wprowadza **całkowity zakaz palenia wyrobów tytoniowych (art.5):**

- na terenie zakładów opieki zdrowotnej i w pomieszczeniach innych obiektów, gdzie udzielane są świadczenia zdrowotne,
- **na terenie jednostek organizacyjnych systemu oświaty**, o których mowa w przepisach o systemie oświaty oraz jednostek organizacyjnych pomocy społecznej, o których mowa w przepisach o pomocy społecznej,
- na terenie uczelni,
- w pomieszczeniach zakładów pracy,

- w pomieszczeniach obiektów kultury i wypoczynku do użytku publicznego,
- w lokalach gastronomiczno – rozrywkowych,
- w środkach pasażerskiego transportu publicznego oraz w obiektach służących obsłudze podróżnych,
- na przystankach komunikacji publicznej,
- w pomieszczeniach obiektów sportowych,
- w ogólnodostępnych miejscach przeznaczonych do zabaw dzieci,
- w innych pomieszczeniach dostępnych do użytku publicznego.

Kto pali wyroby tytoniowe w miejscach objętych zakazami określonymi w art. 5 podlega karze grzywny do 500 zł. (art.13, §2).

Palenie papierosów jest chorobą!

Palenie prowadzi do uzależnienia, które ma wymiar:

- psychiczny – nawyk wykonywania pewnych czynności w określonych sytuacjach,
- fizyczny – uzależnienie organizmu od substancji chemicznej (nikotyna) zawartej w papierosach.

Mechanizm fizycznego i psychicznego uzależnienia od tytoniu przypomina analogiczne schematy uzależnienia od alkoholu i narkotyków.

Zespół uzależnienia od tytoniu - objawy:

- silna potrzeba używania tytoniu,
- trudności kontrolowania tego zachowania,
- uporczywe używanie tytoniu wbrew wiedzy o szkodliwych następstwach,
- przedkładanie używania tytoniu ponad inne zajęcia i zobowiązania,
- występowanie objawów zespołu abstyntenckiego.

Palenie tytoniu jest uleczalne!

Zespół uzależnienia od tytoniu jest chorobą. Leczenie zespołu uzależnienia od tytoniu, jak każdej choroby przewlekłej, wymaga kompleksowego leczenia, w którym uczestniczą: lekarz, inni pracownicy ochrony zdrowia (psycholog, terapeuta, pielęgniarka) oraz pacjent.

Nowoczesna farmakologia oferuje coraz więcej możliwości leczenia zespołu uzależnienia od tytoniu i łagodzenia objawów odstawienia papierosów. Dobór najbardziej skutecznej metody powinien być wspólną decyzją pacjenta i lekarza.

Zgłoś swój problem dla lekarza rodzinnego, który udzieli Ci wsparcia i pomoże wyjść z nałogu!

Życzę powodzenia każdemu palącemu, kto podejmie wyzwanie wyjścia z nałogu. Uwierz, że się uda, a wygrasz z nałogiem i wygrasz zdrowie!

Pedagog szkolny
Renata Pałejko