

Za opustitev kajenja ni nikoli prepozno | Revija Vzajemnost



[Dobro počutje](#) | [feb. '21](#)

Čeprav se o škodljivosti kajenja največ govori 31. januarja (dan brez cigarete), 4. februarja (svetovni dan boja proti raku) in 31. maja (svetovni dan brez tobaka), vladne in nevladne

organizacije vse leto poudarjajo pomen in koristi prenehanja kajenja. Zaradi bolezni, ki jih povzroča tobak, namreč umre največ ljudi.

Število kadilcev in smrti zaradi posledic kajenja se sicer počasi zmanjšuje, k čemur pripomoreta tako ozaveščanje kot zakonodaja, še vedno pa vsako leto umre več kot osem milijonov ljudi (približno 900.000 zaradi pasivnega kajenja), v Sloveniji okoli 3000. »Raziskave kažejo, da so zasvojenostim hitro izpostavljeni že otroci ali mladostniki. Tobak pa največji davek terja med delovno aktivnimi ljudmi, starimi od 30 do 59 let. Pri nas je raba tobaka vodilni dejavnik tveganja za prezgodnjo smrt in za izgubljena zdrava leta življenja,« pravi **Mihaela Lovše**, predsednica Slovenske zveze za javno zdravje, okolje in tobačno kontrolo (SZOTK). Žal v Sloveniji še vedno kadi vsak četrti odrasli prebivalec. Zdravju škodljive so tudi elektronske cigarete, vodne pipe in brezdimni tobačni izdelki (tobak za oralno uporabo, tobak za žvečenje in njuhanje).

Prikazan je samo večji odlomek članka. Ogled celotnih člankov je na voljo naročnikom, ki se za ogled članka v celoti lahko [prijavijo tu](#).

Za prijavo potrebujete naročniško številko in PIN. Če ste naročnik, lahko za pridobitev številke PIN pošljete svoje podatke (ime, naslov, naročniška številka) na e-naslov evzajemnost@vzajemnost.si.

Če niste naročnik, se lahko [naročite tu](#).
