1. Каждый день от потребления табака в мире погибает около **14 тысяч человек**. Это «клиентура» восьми участковых терапевтов.
2. Каждый год только в России **330-400 тысяч** человек умирают от связанных с курением заболеваний.
3. В течение XX века курение убило около **100 млн** человек во всем мире. По сути, это 10 вымерших мегаполисов размером с Москву, или пять опустевших городов вроде Мехико.
4. Если табачная эпидемия будет развиваться сегодняшними темпами, **250 млн** ныне живущих детей умрут от заболеваний, вызванных употреблением табака. Примерно столько младенцев родится во всем мире за два ближайших года.
5. В России курит **44 млн** человек. Около 60 процентов мужчин в нашей стране – курильщики, это один из самых высоких показателей в мире. С начала 90-х годов прошлого века число россиянок-курильщиц удвоилось. По количеству курильщиков мы «в одной лодке» с Китаем, Индией и Индонезией.
6. Почти четверть несовершеннолетних курильщиков пристрастились к табаку **до того, как им исполнилось 10 лет.**

7. Около **50 млн** женщин ежегодно вынуждены вдыхать дым во время беременности. Врачи давно выяснили, насколько серьезен вред курения во время беременности. Табачный дым сильно воздействует на плод – курение (в том числе пассивное) может стать причиной преждевременных родов и выкидыша, гибели плода, рождения маловесного ребенка. Дети курящих родителей более подвержены синдрому внезапной младенческой смерти, заболеваниям органов дыхания и другим проблемам со здоровьем и развитием.
8. В табачном дыму содержится около **4000 химических соединений**, в том числе 70, вызывающих рак, даже при пассивном курении.
9. **Почти половина** всех детей в мире – пассивные курильщики, что существенно увеличивает риск развития астмы. То есть, каждый второй ребенок может серьезно заболеть только потому, что рядом курят взрослые.
10. Проживание и совместная работа с курильщиками на **22 процента** увеличивают риск возникновения рака легких у людей, которые никогда не курили. У жен заядлых

курильщиков риск развития рака легкого вдвое выше, чем у жен некурящих мужчин. Пассивными курильщиками можно считать и жителей многоквартирных домов – если один человек курит в подъезде или лифте, все остальные рискуют заболеть или даже умереть от связанных с курением заболеваний.
11. Некурящие бармены и официанты получают на рабочих местах ежедневную дозу дыма и содержащихся в нем веществ, эквивалентную **3–5 выкуренным сигаретам**. По утрам у них настоящая никотиновая «ломка», которая проходит только после начала рабочего дня в дыму.
12. **Каждый второй** курильщик умирает от связанных с курением причин. Также курение является основной причиной рака легких, и отнимает в среднем 10–12 здоровых лет жизни. За 10 лет можно: проводить внука в первый класс и быть с ним рядом в момент получения школьного аттестата, или получить два-три высших образования, или написать 8–10 книг-бестселлеров, или выучиться на врача.
13. Во всем мире люди выкуривают больше **15 млрд сигарет в день**. Это 750 млн пачек, 75 млн блоков, горы окурков и другого мусора.
Курильщик может позвонить по телефону **8-800-200-0-200** (звонок для жителей России бесплатный), сказать, что ему необходима помощь при отказе от табакокурения, и его переключат на специалистов Консультативного телефонного центра помощи в отказе от потребления табака (КТЦ). Если все специалисты КТЦ в этом момент заняты, его номер телефона будет прислан в КТЦ по электронной почте, и в течение 1–3 дней ему перезвонят.
Обратившимся в КТЦ консультативную помощь оказывают психологи и врачи. Психологи помогают подготовиться ко дню отказа от курения, помогают найти замену ритуалам курения, вместе с обратившимся определят оптимальные пути преодоления зависимости, поддержат в трудные минуты борьбы с никотиновой зависимостью. Врачи проконсультируют о наиболее эффективных лечебных способах отказа от курения, дадут совет пациентам с различными заболеваниями о том, как лучше подготовиться к отказу от курения с учетом имеющихся проблем со здоровьем.

Сайт "Здоровая Россия"