

## **Популярные вопросы и ответы**

### **Чем курение вредит здоровью?**

Споры заядлых курильщиков и противников табака стары, как само курение. На основной вопрос, почему же курение вредит здоровью, отвечаем, что безопасного уровня табачного дыма не существует. Как активное, так и пассивное курение вызывает серьезные сердечно-сосудистые и легочные заболевания, включая инфаркт миокарда, инсульт и рак легких.

### **Чем вредно курение во время беременности?**

Табачный дым может стать причиной внезапной смерти новорожденных. Курение во время беременности может приводить к рождению детей раньше срока, с низкой массой тела, а также аномалиями развития.

### **Почему пассивное курение является вредным?**

Вдыхание дыма, который заполняет рестораны, офисы и другие закрытые помещения, довольно опасно. В табачном дыме содержатся около 7000 химических веществ, часть из которых — вредные и даже канцерогенные.

### **Как отмечается Всемирный день без табака в России?**

В этот день проводятся просветительские акции и мероприятия, спортивные соревнования и забеги, организовываются конференции и семинары. Это праздник всех тех, кто ведет здоровый образ жизни. Про день не забывают медики, наркологи, активисты, связанные с Всемирной организацией здравоохранения.