

Javnozdravstveni dani

Predavanje „Pušenje kao ovisnost“

Služba za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti Nastavnog zavoda za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije 25. veljače 2020.g. u 17.00 sati u prostorijama Zavoda organizirala je predavanje „*Pušenje kao ovisnost*“ koje su održali *Tamara Brezičević, dipl.soc.radnica* i *Ivan Štivić, dr. med. spec epidemiologije*.

26. veljače 2020. godine obilježava se Hrvatski dan bez duhanskog dima s ciljem povećanja svijesti o štetnosti pušenja i posljedicama koje duhanski dim ima na zdravlje.

Obilježavanjem Dana bez duhanskog dima nastoji se potaknuti pušače da ne zapale cigaretu 24 sata kako bi uvidjeli da to nije nemoguće i nastavili s apstinencijom. To je prilika da pušači razmisle o svojoj ovisnosti o cigaretama, o tome koliko pušenjem štete svom zdravlju, zdravlju svojih ukućana i kako time utječu na okoliš, ali i da im nepušači pomognu da se odreknu cigareta i zauvijek ostanu nepušači. Koliko će osoba biti uspješna u prestanku pušenja ovisi o vlastitoj motivaciji, o stupnju ovisnosti o cigaretama, kao i o potpori okoline tijekom odvikavanja od pušenja.

Na predavanju je predstavljena plan za osnivanje „Škole nepušenja“ u okviru Nastavnog zavoda za javno zdravstvo. Škola nepušenja program je u kojem se putem edukativno-psihoterapijskog pristupa, maloj grupi polaznika pomaže u odvikavanju od pušenja.

Predavanje je održano uz potporu Ministarstva zdravstva u sklopu ovogodišnjeg projekta „*Prevenција ovisnosti i zaštita mentalnog zdravlja u Brodsko-posavskoj županiji*“ te projektne aktivnosti „*Javnozdravstveni dani*“.