**Fakte kryesore**

**• Duhani vret pothuajse gjysmën përdoruesve të tij.**

**• Duhani vret më shumë se 7 milion njerëz për çdo vit. Më shumë se 6 milion të këtyre rasteve të vdekjes janë si rezultat i përdorimit të drejtpërdrejtë të duhanit, ndërsa rreth 890 000 janë si rezultat i ekspozimit dhe konsumimit pasiv të duhanit nga ana e joduhanpirësve.**

**• Rreth 80% e 1,1 miliard duhanpirësve në botë jetojnë në vendet me zhvillim të ulët dhe mesatar.**

**Një ndër shkaqet kryesore të vdekjes, sëmurjes dhe varfërimit**

Epidemia e duhanit është një nga kërcënimet më të mëdha për shëndetin publik që vret më shumë se 7 milion njerëz në vit. Mbi 6 milion të këtyre rasteve janë si pasojë e përdorimit të drejtpërdrejtë të duhanit, ndërsa rreth 890 000 janë si rezultat i ekspozimit pasiv ndaj tymit të duhanit.

Rreth 80 % e 1,1 miliard duhanpirësve në botë jetojnë në vendet me të ardhura të ulëta dhe mesatare ku ngarkesa që shkakton sëmundja dhe vdekja si pasojë e përdorimit të duhanit është më e rëndë. Përdoruesit e duhanit të cilët vdesin para kohe i privojnë familjet e tyre nga të ardhurat, i rrisin shpenzimet për mbrojtje shëndetësore dhe e pengojnë zhvillimin ekonomik.

Në disa vende fëmijët e familjeve të varfra shpesh herë marrin pjesë në kultivimin e duhanit, për të kontribuar në të ardhurat e familjes. Këto fëmijë janë posaçërisht të ndjeshëm ndaj “sëmundjes së duhanit të gjelbër” të cilën e shkakton nikotina që absorbohet përmes lëkurës gjatë prekjes së gjetheve të njoma të duhanit.

**Mbikëqyrja është qenësore**

Mbikëqyrja e mirë e ndjek vëllimin dhe karakterin e epidemisë së duhanit dhe tregon mënyrën më të mirë se si mund të bëhet përshtatja e politikave. Vetëm 1 nga 3 vende, që paraqet 39% të popullatës botërore, ndjek përdorimin e duhanit duke përdorur anketat nacionale reprezentative për të rinjtë dhe të rriturit një herë në 5 vjet.

**Pirja pasive e duhanit vret**

Pirja pasive e duhanit paraqet thithjen pasive të tymit të duhanit që mbush mjediset e restoranteve, zyrave dhe mjediseve të tjera të mbyllura në të cilat njerëzit kanë ndezur produkte të duhanit siç janë cigaret, cigaret e mbështjella me dorë ose nargilet. Në tymin e cigareve gjenden më mbi 4.000 kemikalie , 250 prej të cilave njihen si të dëmshme, ndërsa 50 njihen si shkaktarë të kancerit.

**Nuk ka nivel të sigurt të pirjes pasive të duhanit.**

• Tek të rriturit pirja pasive e duhanit shkakton sëmundje të rënda kardiovaskulare dhe respiratore, përfshirë këtu sëmundjet koronare të zemrës dhe kancerin e mushkërive. Tek shtatzënat ndikon në peshën e ulët të foshnjës të porsalindur.

• Pothuajse gjysma e fëmijëve në vendet publike rregullisht thithin ajër të ndotur me tym duhani.

• Pirja pasive e duhanit shkakton mbi 890 000 vdekje të parakohshme në vit.

• Në vitin 2004, fëmijët marrin pjesë me 28% në numrin e përgjithshëm të vdekjeve të cilat i referohen pirjes pasive të duhanit.

Secili nga ne duhet të ketë mundësi të thithë ajër në të cilin nuk ka tym duhani. Ligjet kundër pirjes së duhanit e mbrojnë shëndetin e duhanpirësve, janë popullorë, nuk u bëjnë dëm bizneseve dhe i nxisin duhanpirësit të heqin dorë nga duhani.

Mbi 1,4 miliard njerëz, ose 20% e popullsisë botërore janë të mbrojtur me ligje nacionale gjithëpërfshirëse kundër pirjes së duhanit.

**Përdoruesit e duhanit kanë nevojë për ndihmë kur bëhet fjalë për lënien e duhanit.**

Hulumtimet tregojnë se shumë pak njerëz i kuptojnë rreziqet specifike ndaj shëndetit që janë si pasojë e pirjes së duhanit. Për shembull, një anketë e realizuar në vitin 2009 zbuloi se 38% e duhanpirësve nuk e kanë ditur se pirja e duhanit shkakton sëmundje koronare të zemrës, ndërsa vetëm 27% e kanë ditur se shkakton goditje në tru.

Pjesa më e madhe e duhanpirësve që janë të vetëdijshëm për rreziqet që sjell duhani, duan të heqin dorë nga përdorimi i tij. Këshillimet dhe trajtimi mund ta dyfishojnë mundësinë për sukses në këtë proces.

**Shërbimet gjithëpërfshirëse nacionale**

Shërbimet gjithëpërfshirëse nacionale të dedikuara për lënien e pirjes së duhanit shpenzimet për të cilat mbulohen pjesërisht ose plotësisht, janë në dispozicion të duhanpirësve vetëm në 26 vende, gjegjësisht përfshijnë vetëm 33% të popullsisë botërore.

**Fotografitë me paralajmërime kanë efekt**

Reklamat kritike kundër duhanit dhe paralajmërimet grafike në paketime – sidomos ato që përmbajnë fotografi – e zvogëlojnë numrin e fëmijëve të cilët fillojnë të pinë duhan dhe e rrisin numrin e duhanpirësve të cilët heqin dorë nga pirja e duhanit.

Paralajmërimet grafike mund t’i bindin duhanpirësit ta mbrojnë shëndetin e personave të tjerë që nuk pinë duhan dhe të evitojnë pirjen e duhanit në prani të fëmijëve. Studimet e realizuara pas implementimit të paralajmërimeve grafike në Brazil , Kanada, Singapor dhe Tajlandë tregojnë për një rritje të konsiderueshme të vetëdijes për dëmet që i shkakton duhani.

78 vende, që përfaqësojnë 47% të popullsisë në botë, i plotësojnë praktikat më të mira për paralajmërime grafike, që përfshijnë paralajmërime në gjuhën lokale dhe mesatarisht përfshijnë së paku gjysmën e pjesës së parme dhe të pasme të paketimit të cigareve.

Fushatat në medie gjithashtu mund ta zvogëlojnë përdorimin e duhanit, duke ndikuar që duhanpirësit t’i mbrojnë personat që nuk pinë duhan dhe t’i bindin të rinjtë që të heqin dorë nga duhani.

Rreth 44% e popullsisë në botë jeton në 43 vende të cilat në 2 vitet e fundit kanë transmetuar së paku një fushatë të madhe mediatike kundër duhanit.

**Ndalimi i reklamimit e zvogëlon përdorimin**

Ndalimi i reklamimit, promovimit dhe sponsorizimit të duhanit mund ta zvogëlojë përdorimin e tij.

• Ndalimi i përgjithshëm i reklamimit, promovimit dhe sponsorizimit të duhanit mund ta zvogëlojë përdorimin e tij për rreth 7%, ndërsa në disa vende ky zvogëlim arrin edhe deri në 16%.

• Vetëm 37 vende, që përfshijnë 15% të popullsisë në botë, i kanë ndaluar të gjitha format e reklamimit, promovimit dhe sponsorizimit të duhanit.

**Tatimet e ndalojnë përdorimin e duhanit**

Tatimet për produktet e duhanit janë mënyra më e mirë për ta zvogëluar përdorimin e duhanit, sidomos nga të rinjtë dhe të varfrit. Rritja e tatimeve e rrit çmimin e duhanit për 10%, ndërkohë që e zvogëlon konsumimin e tij për rreth 4% në vendet me të ardhura të larta, dhe rreth 5% në vendet me të ardhura mesatare dhe me të ardhura të ulëta.

Megjithatë, tatimet e larta për produktet e duhanit janë masë e cila përdoret rrallë. Vetëm 32 vende, që paraqesin 10% të popullsisë në botë, zbatojnë tatime për produktet e duhanit, kështu që më shumë se 75% e çmimit me pakicë paraqet tatim. Të ardhurat nga tatimet e duhanit janë mesatarisht për 250 herë më të larta se shpenzimet për kontrollimin e duhanit, tregojnë kështu të dhënat që janë në dispozicion.

**Tregtisë ilegale me produkte të duhanit i duhet dhënë fund**

Tregtia ilegale me produkte të duhanit paraqet një shqetësim të madh shëndetësor, ekonomik dhe të sigurisë në mbarë botën. Vlerësohet se një nga 10 cigare dhe produkte të duhanit që konsumohet në rrafsh botëror është ilegal. Tregtimin ilegal e mbështesin lojtarë të ndryshëm – duke filluar nga tregtarët e vegjël e deri tek rrjetet e organizuara të kriminelëve që janë të përfshirë në tregtimin armëve dhe njerëzve. Evitimi i pagimit të tatimeve (legal) dhe evazioni fiskal (ilegal), sidomos kur bëhet fjalë për tatimet më të larta të duhanit, e dobësojnë efikasitetin e politikave për kontrollimin e duhanit. Këto aktivitete përfshijnë aktivitete legale, siç është blerja e produkteve të duhanit me tatime më të ulëta, si dhe aktivitete jolegale, siç është kontrabanda, prodhimi ilegal dhe falsifikimi.

Industria e duhanit dhe të tjerë pohojnë se tatimet e larta kontribuojnë për rritjen e nivelit të evazionit fiskal. Megjithatë, provat tregojnë se qeverisja e dobët, niveli i lartë i korrupsionit, angazhimi i dobët i qeverisë për rregullimin e problemit me duhanin e paligjshëm, administrata joefikase doganore dhe tatimore dhe kanalet jozyrtare të shpërndarjes së produkteve të duhanit, shpesh herë janë më të mëdha ose të barabarta me faktorët e pa tatuar.

Ekziston një mendim i gjerë se nga kontrollimi i tregtimit ilegal ka dobi procesi për kontrollimin e duhanit dhe shëndeti publik dhe ka si rezultat një dobi më të gjerë për qeveritë. Kjo do e zvogëlojë numrin e vdekjeve të parakohshme që ndodhin si pasojë e përdorimit të duhanit dhe do i rrisë të ardhurat nga tatimet për qeveritë e vendeve. Ndalimi i tregtisë ilegale me produkte të duhanit është prioritet shëndetësor dhe i realizueshëm, por për ta arritur atë duhet bërë një përmirësim i sistemeve nacionale dhe subnacionale të administrimit tatimor dhe bashkëpunimit ndërkombëtar. Protokolli i Konventës kornizë të OBSH-së për kontrollimin e duhanit për eliminimin e tregtisë ilegale me produktet e duhanit paraqet politikën themelore për zvogëlimin e përdorimit të duhanit dhe pasojave të tij shëndetësore dhe ekonomike.

Përderisa shprehet hapur mbështetja për aksionet kundër tregtisë ilegale, sjellja në “prapavijë” e industrisë së duhanit është shumë ndryshe. Dokumentet interne të industrisë së duhanit të publikuara gjatë kontesteve gjyqësore tregojnë se industria e duhanit në mënyrë aktive e kultivon tregtinë ilegale në rrafsh botëror. Ajo gjithashtu punon edhe për bllokimin e zbatimit të masave për kontrollimin e duhanit, siç janë rritja e tatimeve dhe paralajmërimet grafike, duke deklaruar se pikërisht këto masa do e nxisin tregtinë ilegale.

Përvojat e shumë vendeve tregojnë se tregtia ilegale mund të zgjidhet me sukses edhe nëse rriten tatimet dhe çmimet e duhanit, që ka si rezultat të ardhura më të larta nga tatimi i duhanit dhe zvogëlim të përdorimit të duhanit.

Zbatimi i masave të rrepta për kontrollimin e tregtisë ilegale rrit efektivitetin e tatimeve të rritura dhe çmimeve më të larta të duhanit, si dhe politikave për kontrollimin e duhanit, e kështu zvogëlon përdorimin e duhanit dhe pasojat e tij shëndetësore dhe ekonomike.

Përgjigjja e OBSH-së

OBSH mbetet e dedikuar ndaj luftës kundër epidemisë globale të duhanit. Konventa kornizë e OBSH-së për kontrollimin e duhanit hyri në fuqi në shkurt të vitit 2005 dhe sot ka 181 vende anëtare që përfshijnë më shumë se 90% të popullsisë në botë.

Konventa kornizë e OBSH-së për kontrollimin e duhanit paraqet një kthesë në promovimin e shëndetit publik. Ajo është marrëveshje e bazuar në prova që e vërteton të drejtën e njerëzve për një standard më të lartë të shëndetit, siguron dimensione ligjore për bashkëpunim shëndetësor ndërkombëtar dhe vendos standarde të larta transponomi.

Në vitin 2008 OBSH implementoi një mënyrë praktike dhe ekonomike për rritjen e zbatimit të dispozitave kryesore për zvogëlimin e kërkesës për duhan nga Konventa kornizë e OBSH-së për kontrollimin e duhanit në terren: MPOWER. Çdo masë pjesë e MPOWER korrespondon me së paku 1 dispozitë të Konventës kornizë të OBSH-së për kontrollimin e duhanit.

Gjashtë masat MPOWER janë:

• Mbikëqyrja e politikave për përdorimin dhe parandalimin e përdorimit të duhanit

• Mbrojtja e njerëzve nga përdorimi i duhanit

• Ofrimi i ndihmës për të hequr dorë nga përdorimi i duhanit

• Paralajmërim për rreziqet që sjell përdorimi i duhanit

• Zbatimi i ndalesave për reklamim, promovim dhe sponsorizim të duhanit

• Rritje të tatimeve për duhanin

Për më shumë detaje për përparimin e arritur sa i përket kontrollimit të duhanit në rrafsh global, nacional dhe lokal, mund t’i lexoni raportet e Organizatës Botërore të Shëndetësisë për epideminë globale të duhanit.

• Raporti i OBSH-së për epideminë globale të duhanit 2017

Protokolli për eliminimin e tregtisë ilegale të produkteve të duhanit kërkon një spektër të gjerë të masave të cilat kanë të bëjnë me zinxhirin e furnizimit me duhan, përfshirë këtu edhe licencimin e importimit, eksportimit dhe prodhimit të produkteve të duhanit; themelimin e sistemeve për ndjekjen dhe caktimin e sanksioneve për personat që merren me tregtimin ilegal të duhanit. Kjo do e zvogëlojë prodhimin ilegal dhe kontrabandën e produkteve të duhanit. Protokolli për eliminimin e tregtisë ilegale të produkteve të duhanit, protokoll i parë i Konventës, u miratua në nëntor të vitit 2012 në takimin e pestë të Konferencës së anëtarëve në Seul, Republika e Koresë, dhe për momentin është i hapur për ratifikim, pranim, miratim ose përshtatje nga ana e vendeve anëtare që kanë nënshkruar Konventën kornizë të OBSH-së për kontrollimin e duhanit.

**Listë me fakte për përfitimet shëndetësore nga lënia e pirjes së duhanit**

1. **Të gjithë duhanpirësit mund t’i ndjejnë përfitime shëndetësore afatgjatë që vijnë si rezultat i heqjes dorë nga pirja e duhanit për të gjithë duhanpirësit.**

Ndryshime shëndetësore të dobishme:

• Pas 20 minutash normalizohet ritmi i zemrës dhe tensioni i gjakut.

• Pas 12 orësh niveli i monoksid karbonit në gjakun tuaj bie në nivele normale.

• Pas 2-12 javësh, përmirësohet qarkullimi i gjakut dhe rritet funksioni i mushkërive tuaja.

• Pas 1-9 muajsh, qetësohet kolla dhe merret frymë më lehtë.

• Pas 1 viti rreziku nga sëmundjet e zemrës zvogëlohet për rreth 50%, krahasuar me duhanpirësit.

• Për 5 vjet rreziku nga goditja ë tru është i ulët po aq sa edhe i personave të cilët nuk janë duhanpirës.,

• Për 10 vjet, rreziku nga kanceri i mushkërive është sa gjysma e rrezikut tek personat që nuk përdorin duhanin, dhe e njëjta gjë vlen edhe për edhe për rrezikun e kancerit të gojës, fytit, ezofagut, mëshikëzës së urinës, qafës së mitrës dhe pankreasit.

• Për 15 vjet, rreziku nga sëmundjet koronare është i njëjtë si edhe tek joduhanpirësit.

1. **personat e të gjitha moshave të cilët kanë probleme shëndetësore si pasojë e konsumimit të duhanit, mund të kenë mjaft përfitime nga lënia e duhanit.**

Përfitime krahasuar me personat të cilët vazhdojnë me pirjen e duhanit.

• Rreth të 30-ve: fitoni pothuajse 10 vite zgjatje të jetës.

• Rreth të 40-ve: fitoni pothuajse 9 vite zgjatje të jetës.

• Rreth të 50-ve: fitoni pothuajse 6 vite zgjatje të jetës.

• Rreth të 60-ve: fitoni pothuajse 3 vite zgjatje të jetës.

• Pas paraqitjes së sëmundjeve të rrezikshme për jetën, personat të cilët lënë duhanin pas sulmit në zemër, zvogëlojnë për 50% rrezikun nga një sulm i ri në zemër.

**3. Lënia e duhanit e zvogëlon rrezikut nga shumë sëmundje si rezultat i duhanpirjes pasive tek fëmijët.**

Lënia e pirjes së duhanit e zvogëlon rrezikun nga shumë sëmundje si rezultat i pirjes pasive të duhanit tek fëmijët, sëmundje si sëmundjet respiratore (astma) dhe infeksionet e veshit.

**4. Përfitime të tjera.**

Lënia e pirjes së duhanit zvogëlon mundësinë e paraqitjes së impotencës, vështirësive për të ngelur shtatzënë, lindjes së parakohshme, lindjes së foshnjave me peshë të ulët të lindjes dhe aborteve spontane.

**Dita Botërore pa duhan**

**Duhani dhe sëmundjet e zemrës**

**Data:** 31 maj 2018

Çdo vit në 31 maj, Organizata Botërore e shëndetësisë (OBSH) dhe partnerët e saj e shënojnë Ditën botërore pa duhan, duke i theksuar rreziqet shëndetësore dhe rreziqet e tjera që paraqiten si rezultat i përdorimit të duhanit dhe angazhohen për politika efikase për zvogëlimin e përdorimit të duhanit.

Në fokus të kësaj Dite botërore pa duhan është “Duhani dhe sëmundjet e zemrës”. Fushata do e rrisë vetëdijen për:

• lidhshmërinë mes përdorimit të duhanit dhe sëmundjeve të zemrës dhe sëmundjeve të tjera kardiovaskulare, përfshirë këtu edhe sulmin në tru, që paraqesin shkaqe kryesore të vdekshmërisë në mbarë botën;

• aksione dhe masa të realizueshme të cilat aktorët kryesorë, përfshirë këtu qeveritë dhe publikun, mund t’i ndërmarrin për t’i zvogëluar rreziqet ndaj shëndetit të zemrës të shkaktuara nga duhani.

Dita botërore pa duhan 2018 përputhet me një spektër më të gjerë të nismave dhe mundësive në drejtim të zgjidhjes së problemit me epideminë e duhanit dhe ndikimin e saj ndaj shëndetit, sidomos vdekshmërisë së lartë dhe vuajtjen që u shkakton miliona njerëzve. Këto aksione i përfshijnë edhe nismat e mbështetura nga OBSH-së Zemra globale dhe Zgjidhje, që kanë për qëllim të zvogëlojnë numrin e vdekjeve nga sëmundjet kardiovaskulare dhe ta përmirësojnë kujdesin, si dhe të takimit të tretë Asamblesë së përgjithshme të Kombeve të Bashkuara për parandalimin dhe kontrollimin e sëmundjeve joinfektive që do të mbahet në vitin 2018.

**Si e rrezikon duhani shëndetin e zemrës tek njerëzit në mbarë botën**

Dita botërore pa duhan 2018 do të fokusohet në ndikimin e duhanit ndaj shëndetit kardiovaskular të njerëzve në mbarë botën.

Përdorimi i duhanit është faktor i rëndësishëm rreziku për zhvillimin e sëmundjeve koronare të zemrës, sulmit në tru dhe sëmundjeve vaskulare periferike.

Edhe pse tashmë dihet se si ndikon duhani ndaj shëndetit dhe se ka zgjidhje të ndryshme për zvogëlimin e rasteve te vdekjes dhe sëmundjeve, niveli i njohurive tek popullata e gjerë për atë se duhani është një nga shkaktarët kryesorë për paraqitjen e sëmundjeve kardiovaskulare mbetet i ulët.

**Fakte për duhanin, zemrën dhe sëmundjet e tjera kardiovaskulare**

Sëmundjet kardiovaskulare (SKV) vrasin më shumë njerëz se sa cilido shkaktar tjetër i vdekjeve në mbarë botën, ndërsa përdorimi i duhanit dhe ekspozimi pasiv ndaj tymit të duhanit shkaktojnë përafërsisht 12% të të gjithë rasteve të vdekjes tek sëmundjet kardiovaskulare. Përdorimi i duhanit është shkaktari i dytë me radhë që shkakton paraqitjen e sëmundjeve kardiovaskulare dhe tension të lartë të gjakut.

Epidemia globale e duhanit vret më shumë se 7 milionë njerëz për çdo vit, nga të cilët rreth 900.000 janë persona që nuk e përdorin duhanit por që janë ekspozuar ndaj pirjes pasive të tij. Pothuajse 80% e më shumë se 1 miliard duhanpirësve në botë jetojnë në vendet me zhvillim të ulët dhe mesatar, ku ngarkesa që shkakton sëmundja dhe vdekja si pasojë e përdorimit të duhanit është më e rëndë.

Masat e OBSH-së janë në përputhje me Konventën kornizë të OBSH-së për kontrollimin e duhanit dhe mund të përdoren nga qeveritë për zvogëlimin e përdorimit të duhanit dhe për mbrojtjen e popullatës nga sëmundjet joinfektive. Këto masa përfshijnë:

• Ndjekjen e politikave për përdorimin dhe parandalimin e përdorimit të duhanit;

• Mbrojtjen e njerëzve nga ekspozimi ndaj tymit të duhanit duke krijuar vende publike të mbyllura, vende pune dhe transport publik ku do jetë e ndaluar pirja e duhanit;

• Ofrimin e ndihmës për ta lehtësuar lënien e duhanit (mbulim të shpenzimeve, mbështetje për popullatën, këshillime nga dhënësit e shërbimeve shëndetësore dhe linja telefonike nacionale për ofrimin e ndihmës për lënien e duhanit);

•Paralajmërimin për rreziqet nga duhani përmes zbatimit të paketimit të standardizuar dhe/ose paralajmërime të mëdha grafike për dëmet që i shkakton duhani shëndetit në paketimet e cigareve dhe zbatimin e fushatave efektive kundër pirjes së duhanit për mediet të cilat e informojnë publikun për dëmet që i shkakton përdorimi i duhanit dhe ekspozimi pasiv ndaj tymit të duhanit;

• Zbatimin e ndalesave gjithëpërfshirëse për reklamim, promovim dhe sponsorizim të duhanit;

dhe

•Rritjen e tatimeve për prodhimet e duhanit dhe kufizimin e qasjes në to.

**Qëllimet e fushatës së Ditës botërore pa duhan 2018**

Dita botërore pa duhan 2018 ka për qëllim:

• Theksimin e lidhshmërive mes përdorimit të duhanit, sëmundjeve të zemrës dhe sëmundjeve të tjera kardiovaskulare.

• Ngritjen e vetëdijes tek popullata e gjerë për ndikimin që ka duhani dhe ekspozimi pasiv ndaj tymit të duhanit për paraqitjen e sëmundjeve kardiovaskulare.

• Sigurimin e mundësive për popullatën, qeveritë dhe të tjerët që të ndërmarrin masa për promovimin shëndetit të zemrës duke u mbrojtur nga përdorimi i duhanit.

• Nxitjen e vendeve për të përforcuar zbatimin e masave të vërtetuara MPOWER për kontrollimin e duhanit, të cilat janë pjesë e Konventës kornizë të OBSH-së për kontrollimin e duhanit.