



31.01.2020. Дуже од 20 година у Србији се сваког 31. јануара обележава Национални дан без дувана а у Лозници од 2001.године. Активности у оквиру обележавања Националног дана без дувана упозоравају јавност на штетне ефекте употребе дувана као и излагања дуванском диму. Ове године, Национални дан без дувана се обележава **под слоганом „Заштитимо се од дувана“** и тежи да укаже на значај заштите од дувана у домаћинствима

У свету тренутно има више од једне милијарде пушача, од који 80% живи у слабо и средње развијеним земљама. Светска здравствена организација (СЗО) указује на то да више од 7 милиона људи сваке године умире због коришћења дувана, од чега је 890.000 смртних случајева повезано са изложеношћу дуванском диму, а не са директном употребом дувана.

Дуван је претња за сваку особу, без обзира на пол, старост, расу, културни или образовни ниво. Он доводи до патње, болести и смрти, и осиромашује породице. Употреба дувана има огромну цену за националну економију због пораста трошкова за здравствену заштиту и смањења продуктивности рада. Он појачава неједнакост у здрављу и погоршава сиромаштво, јер најсиромашнији људи троше мање на основне потребе као што су храна, образовање и здравствена заштита.

Овогодишњи слоган Националног дана без дувана **„Заштитимо се од дувана“** посебно наглашава опасности којима су непушачи, нарочито деца, изложени удисањем дуванског дима из окружења у којем најдуже бораве – своје куће.

Др Дарко Тешмановић, спец.социјалне медицине аутор је прве мобилне апликације за подршку одвикавања од дувана:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.darko.ostavitecigarete>

Мобилна апликација за подршку одвикавању од пушена спада у методе самоодвикавања, а ослања се и на бихевиоралне методе, разрађене у алгоритму који прати процену степена зависности од дувана, процену спремности за одвикавање и у зависности од категорије, програмиран је тако да даје одређене подстицаје које сам зависник од дувана бира међу предложеним опцијама . **Софтверска апликациј**

а

доступна је од 31. јануара 20

18

. године,

поводом

Националног дана без дувана

.