

Olukord Eestis

- Eestis suitsetab **igapäevaselt 22%** täiskasvanutest.
- Pea iga kümnes töötaja on tööl olles sunnitud tubakasuitsuses keskkonnas veetma kuni ühe tunni ja iga kahekümne viies töötaja rohkem kui viis tundi.
- Meeste hulgas on neid, kel tuleb igal tööpäeval tubakasuitsus olla vähemalt tund või kauem, viis korda rohkem, kui naiste hulgas.
- Vanuse kasvades suureneb rohkem kui viis tundi tööpäeval tubakasuitsuses töökeskkonnas viibivate inimeste osakaal.

Allikas: Täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring, 2014. Tervise Arengu Instituut.

Mõju tervisele

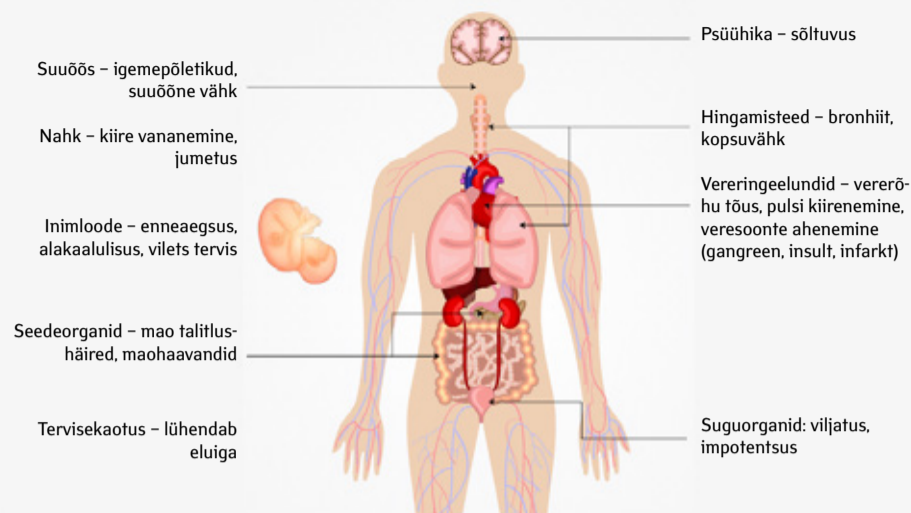
Maailma Terviseorganisatsiooni andmetel on tubakatarvitamine seotud **vähemalt 25 haiguse tekkega**. Joonis näitab, et pole ühtegi organit, mida tubakakeemia ei kahjustaks.

Tervisele ohutut tubakasuitsu sisaldust õhus ei ole olemas.

Tubakasuitsuses keskkonnas viibimine toob mittedsuitsetajatele kaasa järgmised terviseriskid:

- krooniline obstruktiivne kopsuhaigus ja astma
- kopsuvähk
- südame-veresoonkonnahaigused
- keskkõrvapõletikud
- imiku äkksurma sündroom

Tubaka tarvitamise mõjud:



Tubakasuits ei ohusta mittedsuitsetajaid mitte ainult ruumides, vaid ka sõidukites või muudes rajatistes. Tubakakeemias sisalduvad ohtlikud ained kinnituvad tekstiilidele ja teistele pindadele ning püsivad seal inimeste tervist kahjustades pikka aega.

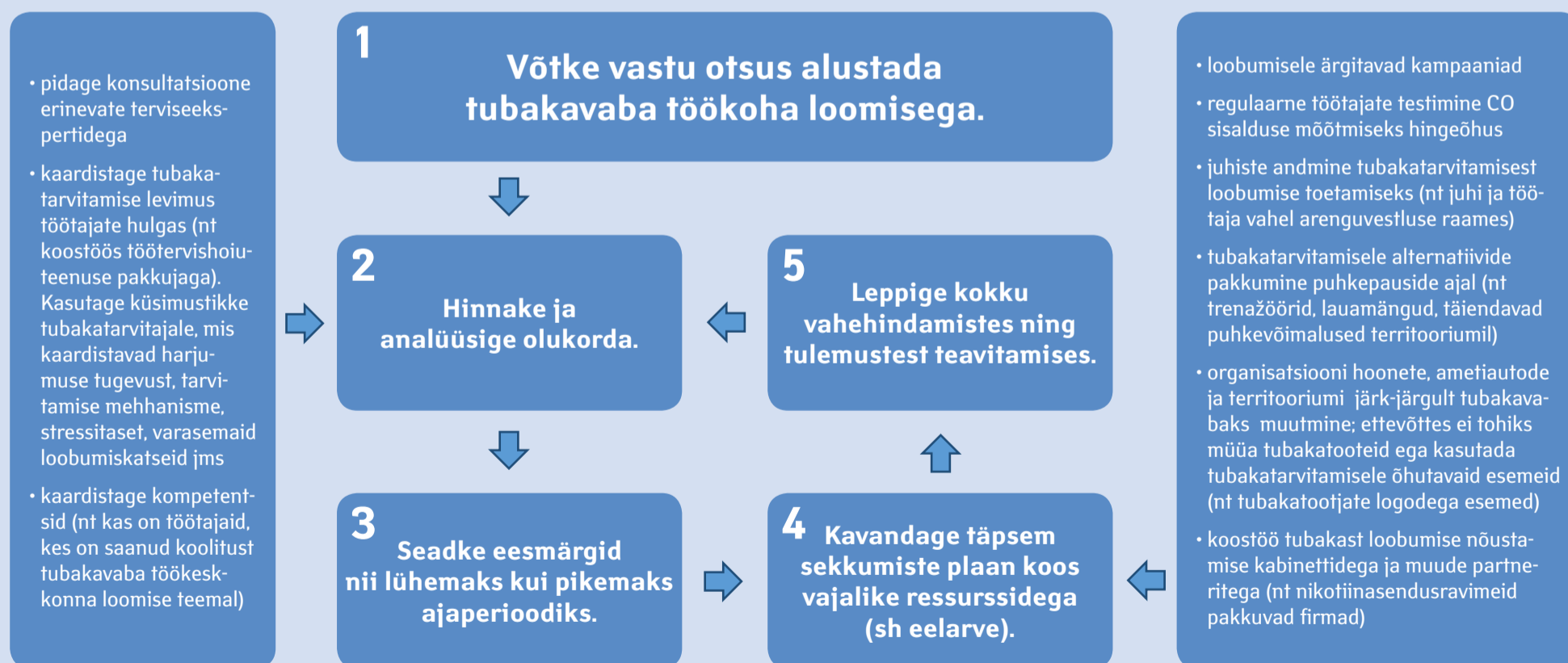
Mida saab igaüks ise teha?

- Tee juhtkonnale ettepanek, et suitsetamiseks ettenähtud alad oleksid korrektselt tähistatud.
- Toeta kolleege, kes on otsustanud loobuda, vajadusel suuna nad tubakast loobumise nõustamiskabinetti.
- Räägi kolleegidega, et nad ei suitsetaks tööruumides ja töökoha territooriumil ega ka ametiautodes. Suitsetamiseks on ette nähtud eraldi alad.

Mida saab teha töökohal?

Tervist väärtustava tubakavaba keskkonna loomine ja hoidmine on iga tööandja ja juhi võimuses. Kui organisatsioonis ei ole veel loodud terviseetemetega tegelevat töörühma, siis tuleks sellega kindlasti algust teha. Meeskonnal on suurem võimekus terviseküsimumustega tegelemiseks. Üheskoos kokku lepitud eesmärgid ja tegevused aitavad muutusi viia läbi kiiremini, süsteemsemalt ja tõhusamalt. Kindlustage, et töörühma liikmed oleksid juhtkonna poolt toetatud (sh sekkumine tubakavaba töökeskkonna rikkumise juhtumitesse).

NB!
Organisatsiooni otsus olla tubakavaba töökoht aitab luua head mainet ning on eeskujuks teistele organisatsioonidele.



NB! Kõikide tegevuste puhul ärge unustage teavituse planeerimist – kuidas info kavandatavatest tegevustest jõuaks iga töötajani.

Eesti õigusaktid

- Tubakapoliitika roheline raamat
- Tubakaseadus

Lisainfo:

- tubakainfo.ee
- terviseinfo.ee/et/valdkonnad/tubakas