

Iceland  
Liechtenstein  
Norway grants

  
**AngioNet**  
CLUSTER CONNECTING SCIENTIFIC HEALTH COMMUNITY

*E-NE-Sănătate*

**FUMATUL**



Telemedicina - O șansă la sănătate pentru  
fiecare comunitate.

# Ce trebuie să știm

## Despre fumat



Impactul fumatului



Mortalitatea și complicații



Pericolele fumatului



Beneficiile renunțării la fumat

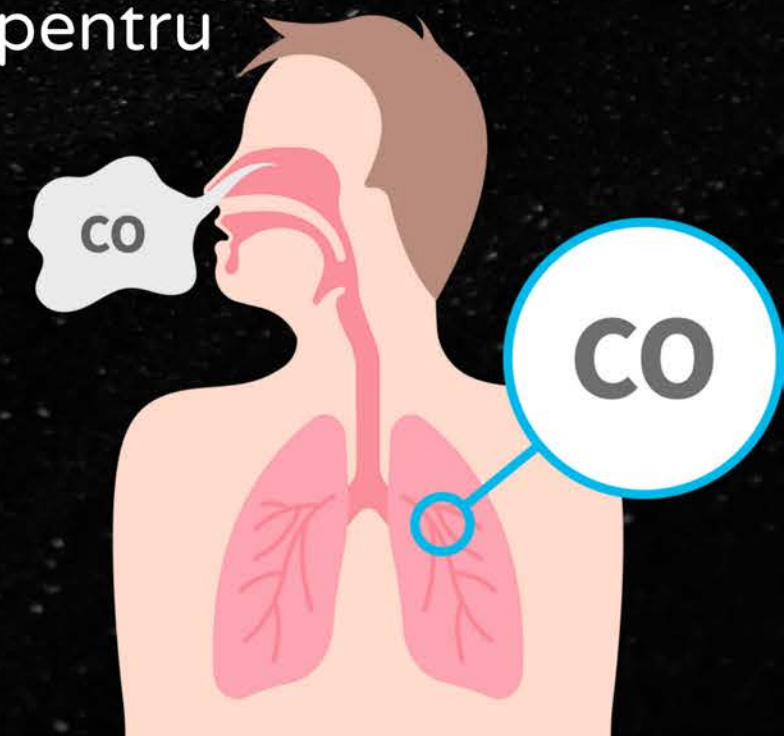


Prognosticul fumătorilor



# Despre fumat

Fumatul, prin inhalarea fumului produs de arderea tutunului sau altor substanțe, reprezintă o obișnuință extrem de dependentă, cu posibile riscuri grave pentru sănătate.



# Impactul fumatului

Fumatul este o epidemie globală cu peste 1,3 miliarde de fumători în întreaga lume. Este o cauză principală de deces (care pot fi prevenit), afectând atât fumătorii activi, cât și persoanele expuse la fumul de țigară în mod pasiv.

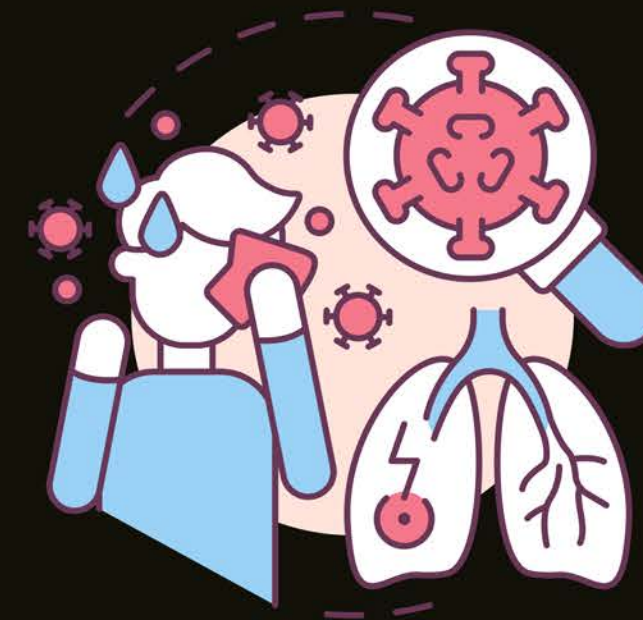


# PERICOLELE FUMATULUI

## BOLI PULMONARE

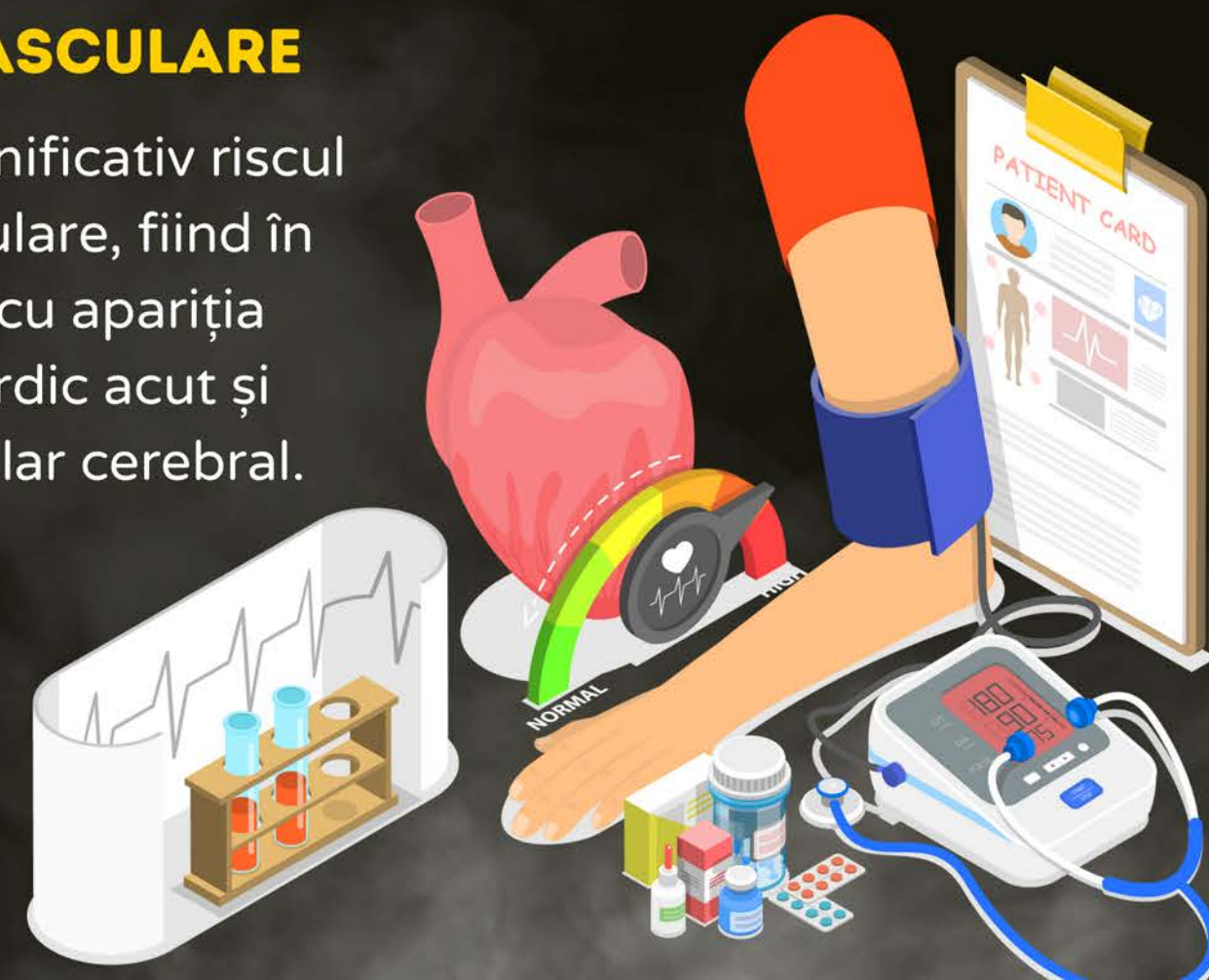
Fumatul deteriorează plămâni, cauzând bronhopneumopatie cronică obstructivă, dar poate agrava și astmul bronșic.

Crește susceptibilitatea la infecții, mai ales cele respiratorii.



## BOLI CARDIOVASCULARE

Fumatul crește semnificativ riscul de boli cardiovasculare, fiind în legătură strânsă cu apariția infarctului miocardic acut și accidentului vascular cerebral.



## CANCER

Fumatul este o cauza principală, dovedită, a diferitor tipuri de cancer, inclusiv cel pulmonar sau orofaringian.

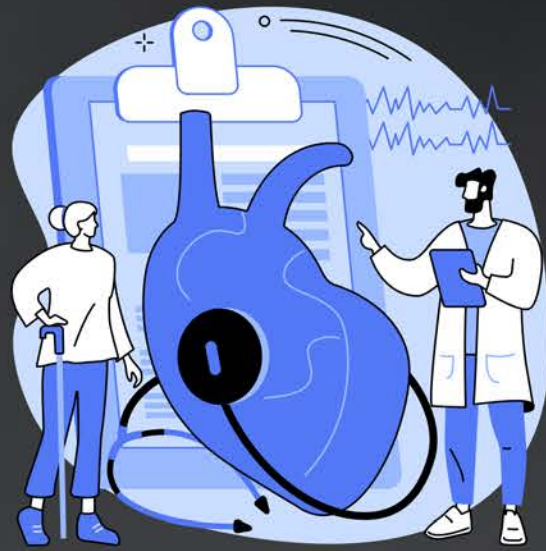


# MORTALITATEA ȘI COMPLICAȚII

Fumatul este responsabil de peste 8 milioane de decese anual. De asemenea, fumatul scurtează durata de viață a fumătorilor în medie cu 10 ani. Complicațiile care pot să apară la fumători includ emfizemul, accidentul vascular cerebral, dar și apariția diferitor tipuri de cancer.



# PROGNOSTICUL FUMĂTORILOR



Prognosticul fumătorilor se îmbunătățește semnificativ odată cu renunțarea la fumat. Riscul bolilor asociate fumatului scade în timp după renunțare. În plus, în primul an de la renunțarea la fumat, riscul de boli cardiovasculare scade semnificativ.



Este de așteptat o creștere în greutate de 5 kg în mediu în urma renunțării la fumat, dar este important de recunoscut beneficiul clar al renunțării la fumat asupra riscului cardiovascular, depășind riscul atribuit creșterii în greutate.



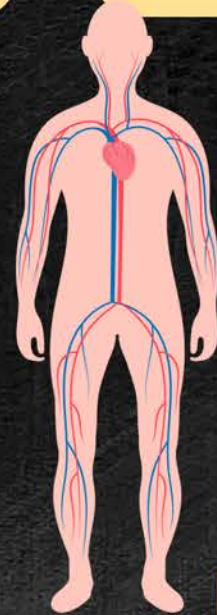
Țigările electronice au fost folosite pentru renunțarea la fumatul clasic, dar dovezile privind eficiența lor sunt limitate, astfel încât nu pot fi recomandate de rutină. Țigările electronice trebuie folosite cu atenție, pentru că pot afecta sănătatea cardiovasculară, prin creșterea rigidității arterelor, creșterea frecvenței cardiace și a tensiunii arteriale, dar și inducerea disfuncției endoteliale.

# Beneficiile Renunțării la Fumat

Renunțarea la fumat aduce numeroase beneficii asupra tensiunii arteriale și sănătății cardiovasculare.

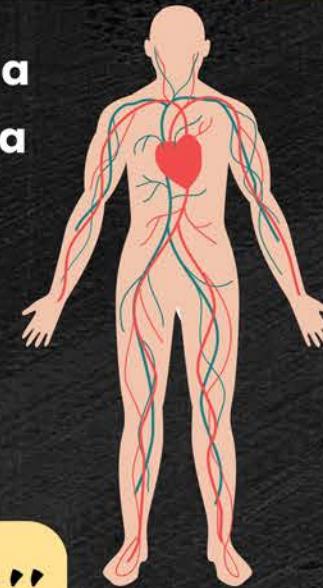
## Scăderea tensiunii arteriale

Fumatul poate determina creșterea tensiunii arteriale, deoarece substanțele chimice din fumul de țigară pot provoca constricția vaselor de sânge și creșterea frecvenței cardiace.



## Normalizarea funcției vasculare

Fumatul afectează funcția endotelială a vaselor de sânge, ceea ce poate duce la creșterea rigidității arteriale, dar și la ateroscleroză.



## Reducerea riscului de boli cardiovasculare

Fumatul este un factor de risc semnificativ pentru boli cardiovasculare, precum boala coronariană, accidentul vascular cerebral și insuficiența cardiacă. Renunțarea la fumat contribuie la reducerea riscului de a dezvolta aceste boli și la îmbunătățirea sănătății inimii și a vaselor de sânge.

## Îmbunătățirea calității vieții.





**Prezentul material a fost realizat în cadrul proiectului  
SG2.22 „Servicii de telemedicină pentru grupuri defavorizate cu afecțiuni  
cronice în zonele izolate din NE României”,  
Acronim: E-NE-Sănătate,  
finanțat în cadrul Schemei de granturi nr. 2  
„Furnizarea de servicii de sănătate de tip outreach în vederea  
îmbunătățirii prevenției pentru populația vulnerabilă din zonele izolate”  
în cadrul Programului „Provocări în sănătatea publică la nivel european” –  
Mecanismul Financiar SEE 2014 – 2021,  
coordonat de Ministerul Sănătății și derulat de Asociația Angionet Cluster**

---

# MULȚUMIM!

VĂ MULȚUMIM CĂ NE-AȚI URMĂRIT PREZENTAREA!

DACĂ AVEȚI ÎNTREBĂRI, COMENTARII SAU SUGESTII, VĂ RUGĂM SĂ  
NI LE ADRESAȚI.

---

# Pentru mai multe detalii:

---

## WEBSITE:

[cluster.angionet.ro](http://cluster.angionet.ro)  
[e-ne-sanatate.angionet.ro](http://e-ne-sanatate.angionet.ro)  
[www.eeagrants.ro](http://www.eeagrants.ro)

## SOCIAL MEDIA:

[@angionetcluster](https://www.instagram.com/angionetcluster)

## E-MAIL:

[office@angionet.ro](mailto:office@angionet.ro)

## TELEFON:

0751089848