Преимущества жизни без курения

Одним из наилучших решений для сохранения вашего здоровья и здоровья вашей семьи является проживание в месте, где не курят. Воздух в вашем жилище будет чище и свежее, а ваше здание — безопаснее для проживания.

Каковы особенности жилья, в котором курение запрещено?

В таком жилье не разрешается курить нигде в здании, включая в квартирах. Воздух в многоквартирных домах постоянно циркулирует (даже при наличии хорошей системы вентиляции и воздухонепроницаемости), а запрет на курение в квартирах предотвращает распространение вторичного табачного дыма между квартирами. Курение также может быть запрещено в определенных местах за пределами жилья. Курящие лица могут проживать в здании, однако курение в нем запрещено.

Чем опасно пассивное курение?

Безопасный уровень пассивного курения неизвестен. Вдыхание вторичного табачного дыма:

- приводит к раздражению дыхательных путей. Может привести к затруднению дыхания и появлению таких респираторных симптомов, как кашель и хрипы.
- повышает риск возникновения заболеваний сердца, органов дыхания и рака легких.

Почему проживание в домах с запретом на курение благоприятно для здоровья?

- Воспитание детей в среде без курения снизит у них риск развития астмы, пневмонии, бронхита и ушных инфекций. Для детей, страдающих астмой, незадымленная среда снижает вероятность частых и тяжелых приступов астмы. Дети, вырасшие в среде без курения, едва ли начнут курить, став взрослыми.
- Если вы беременны, отсутствие вторичного табачного дыма снижает риск рождения ребенка с низким весом и замедленным развитием легких.
- Для новорожденных отсутствие табачного дыма снижает вероятность возникновения синдрома внезапной детской смерти (СВДС).
- Проживание в среде без курения способствует лучшему здоровью сердца и легких.
- В жилье, где запрещено курение, также снижается риск травм и смертности, возникших вследствие пожара.

Какие еще существуют преимущества проживания в домах с запретом на курение?

- Ваши близкие, гости, питомцы и персонал, обслуживающий здание, посчитают воздух более приятным для дыхания.
- В вашей квартире не будет токсинов от табачного дыма, которые задерживаются на коврах и стенах надолго после исчезновения видимого дыма, что может быть опасным для здоровья.
- Благодаря улучшенному качеству воздуха в помещениях ваша квартира будет более «экологичной».

Является ли жилье с запретом на курение дискриминационным?

В таком жилье запрещено курение, а не проживание курящих людей. Это отвечает требованиям федеральных Законов о справедливом решении жилищных вопросов (Fair Housing Laws) или Закона об инвалидах, проживающих в Америке (Americans with Disabilities Act). Домовладельцы могут (а некоторые это уже сделали) запретить курение в помещениях. Согласно Закону города Нью-Йорка о запрете загрязнения воздуха дымом (New York City's Smoke-Free Air Act) курение на данный момент запрещено в общественных местах жилых зданий, имеющих 10 или более жилищных единиц.

Что вы можете сделать:

СООБЩИТЕ СВОЕМУ ДОМОВЛАДЕЛЬЦУ ИЛИ УПРАВЛЯЮЩЕМУ АГЕНТУ О ТОМ, ЧТО ВЫ ПОДДЕРЖИВАЕТЕ 100% ЗАПРЕТ НА КУРЕНИЕ В ВАШЕМ ЗДАНИИ!

Если вы курите и нуждаетесь в помощи для отказа от курения, позвоните по телефону 311 или посетите сайт nyc.gov и введите в строке поиска NYC QUITS.

NYC Smoke-Free Living
Healthier homes, healthier living

NYC Health

Made possible with funding from the Centers for Disease Control and Prevention. ©2012 The City of New York, Department of Health and Mental Hygiene. All Rights Reserved.

6/2012