

世界无烟日前夕,记者踏查一些公共场所控烟情况,并采访相关专家 创建无烟环境 我们该怎么做

5月31日是第34个世界无烟日,今年的主题是“承诺戒烟,共享无烟环境”。而公共场所禁烟一直是创建无烟环境的“先锋”,为提高城乡卫生水平,保障人民健康,《长春市爱国卫生条例》更是规定,长春市行政区域内所有室内公共场所、工作场所和公共交通工具全面禁烟,并应当设有明显的禁烟标识。那么目前一些公共场所控烟效果如何?创建无烟环境,各方需要做到哪些?戒烟如何应对戒断症状?城市晚报全媒体记者5月30日进行踏查了解。

一家医院有明显禁烟标识 仍有少数人吸烟

《长春市爱国卫生条例》(以下简称《条例》)自2017年2月1日起施行,《条例》中称,本市行政区域内所有室内公共场所、工作场所和公共交通工具全面禁烟,并应当设有明显的禁烟标识。市、县(市)区人民政府应当采取有效措施开展无烟机关、无烟学校、无烟医疗卫生机构等无烟场所建设。公职人员、教师、医护人员应当带头不在公共场所吸烟。禁止向未成年人售烟。禁止在大众传播媒介或者公共场所、公共交通工具、户外发布烟草广告。

《条例》中称,在禁止吸烟的场所吸烟,不听劝阻的,由市、县(市)区卫生和计生主管部门处以100元罚款。

对于公共场所控烟效果如何,5月30日,记者首先来到一家大型医院进行踏查,而记者刚从医院门诊进入,就看到大厅、楼道内设有明显的禁烟标识。这些禁烟标识整体呈现两个特点,一是数量多,尤其楼道内几乎每隔几米就有一个,二是宣传种类也较为丰富,包括“禁止

火车站内不能吸烟 有烟民把烟头扔在外面

5月30日,记者也来到了长春站进行踏查。记者发现,作为公共场所的长春站内不能吸烟,但有一些烟民在进站口的门口吸烟,在进站口外面的站前广场上也有人边走边抽烟,一些人还会随手将抽完的烟头扔到地上,对火车站周围环境带来一定影响。

随后,记者来到了长春

场所自身要制定相关制度 同时开展多种形式控烟宣传教育

吉林省肿瘤医院设有戒烟门诊,为广大有戒烟需求的患者提供帮助,并为建立无烟医院、无烟环境提供相关技术支持。5月30日,记者从吉林省肿瘤医院了解到,为创建无烟环境,该院还成立了控烟领导小组,制定了医院禁烟工作相关制度,各科室设立控烟监督员和巡查员,不定期对科室所辖区域进行巡查。控烟领导小组每月对全院进行检查,并将检查结果纳入该院绩效考核。

那么创建无烟环境,各方需要做到哪些?吉林省肿瘤医院相关专家表示,除了自身要制定相关制度外,各公共场所,单位还要开展多种形式的控烟宣传和教育,宣传吸烟的危害。医院应选派优秀的专家深入到高校、社区和媒体直播间,为在校

吸烟”,“为了您和他人的健康,请勿吸烟”,“感谢您不吸烟”等,营造出一种不吸烟的氛围。而这确实起到效果,记者在门诊楼梯间观察30分钟左右,没有一个人前往此处抽烟。

随后,记者又前往医院6号楼楼道内查看情况,发现楼道内也均设有禁烟标识,而在4楼楼道内,记者发现仍有2名男子坐在楼梯上吸烟,并且烟灰就直接弹在地上,抽完后烟头也扔在地上。记者前往提醒楼道内禁止吸烟,两名男子并没有回答。随后记者在6号楼3楼楼道内也发现两个烟头,看上去已经存在一段时间。

医院内的洗手间是“烟民”的聚集地,记者也对几个洗手间踏查,发现洗手间内也贴有明显的禁烟标识。附近一名工作人员表示,医院现在就是在构建完全的无烟环境,有时他看到有人吸烟也会进行劝阻,大部分人还是很配合的,立马把烟掐掉,但也有人

不配合,对此他也没有太好的办法。

站附近的一家大型商场内,发现商场的显著位置都贴有“无烟商场”的禁烟标志,在商场的卫生间内也有禁烟的标识。商场一名工作人员表示,虽然有商场挂有禁烟标识,但仍会有少量的顾客在卫生间内偷偷吸烟,对此他们在发现时会进行提醒和制止,但也无法做到完全杜绝顾客在卫生间吸烟。

师生、居民百姓进行戒烟科普宣教、公益义诊、防癌筛查,引导青少年和广大群众养成良好生活习惯。

“为了增强公众对癌症的预防和筛查意识,医院健康体检中心还为肺癌高危人群、承诺戒烟的百姓推出了健康筛查体检优惠套餐,制定个性化体检方案,实现疾病的早发现、早诊断及早治疗。比如市民承诺戒烟3个月,那么到我院体检中心体检享受9折优惠,来提升吸烟者的戒烟意愿!”吉林省肿瘤医院一名工作人员说。

采访中,一些受访者也表示,为更好地创造无烟环境,对在室内公共场所等违法吸烟行为的执法惩处力度应进一步加强,相关单位的控烟主体责任也应该得到提升。



呼吁大家从现在开始戒烟 三招教你应对戒断症状!

有关医学研究表明,吸烟可导致心脑血管疾病、癌症、慢性阻塞性肺病等多种疾病,已成为继高血压之后的第二号全球杀手。世界卫生组织也发出警告,在吸烟者当中,大约有一半人最终将死于吸烟所导致的疾病,每年还有成千上万不吸烟者也会因为被动吸烟而使健康受到损害。

所以呼吁大家戒烟从现在开始,完全戒烟或逐渐减少吸烟次数的方法,通常3到4个月就可以成功。丢掉所有的香烟、打火机、火柴和烟灰缸。避免参与往常习惯吸烟的场所或活动。餐后喝水、吃水果或散步,摆脱饭后一支烟的想法。坚决拒绝香烟的引诱,经常提醒自己,再吸一支烟足以令戒烟的计划前功尽弃。

记者从省肿瘤医院了解到,在停止吸烟或减少吸烟量后,吸烟者也会产生一系列不易忍受的症状和体征,医学上称之为戒断症状,包括吸烟渴求、焦虑、抑郁、不安、头痛、唾液腺分泌增加、注意力不集中、睡眠障碍、血压升高和心率加快等,部分戒烟者还会出现体重增加。而戒断症状也是一些人戒烟复吸率高的重要原因。

那么如何应对戒断症状?一是让自己忙起来,培养其他爱好,如散步、阅读、烹饪。二是让让手和嘴忙起来:如手拿玩物或健身器材、练书法、含牙签或吸管、嚼口香糖、吃棒棒糖或薄荷糖、嗑瓜子等。三是改变生活习惯、周围环境和社交交往,获得家人和朋友的支持。一般情况下,戒断症状在戒烟最初14天内表现最为强烈,大约1个月后开始减轻,一般不超过三个月。

对于戒断症状非常明显,通过上述方法难以克服的吸烟者,也可以拨打12320卫生热线。

/城市晚报全媒体记者 吕闯 实习生 张铭轩 报道 摄

相关链接>>

我国烟民超3亿 每年超百万人失去生命

5月31日,是第34个世界无烟日。国家卫健委与世卫组织共同发出“承诺戒烟 即刻行动”的强烈号召。

最新数据显示,我国吸烟人数超3亿,每年因吸烟死亡人数超100万,全国控烟形势十分严峻。

党政机关作为标杆群体,已经进入2022年底实现全面控烟的攻坚“倒计时”。

领导干部带头,是标杆更是风向。国家卫健委发布了《中国吸烟危害健康报告2020》,一系列“有充分科学证据”的最新研究结论证实——吸烟危害不容忽视,既坚定了公众戒烟信心,更指明了控烟发力方向。

下一步,国家将围绕重点场所、重点人群,直面成人吸烟率高、电子烟界定及监管等焦点问题,坚定不移推进控烟工作,加速落实无烟医疗卫生机构、无烟学校、无烟家庭建设。/新华社

5月31日起可购端午假期返程车票

再过10余天,2021年上半年的最后一个小长假——端午假期就要来临。按照目前铁路客票预售期最长为15天的规定,5月31日起,乘客可以通过12306网站、

12306 APP、车站售票窗口、代售点和订票热线(95105105)购买端午节假期最后一天(6月14日)返程车票。/城市晚报全媒体记者 刘佳雪 报道

长春国际汽车城新凯河流域 综合治理一期工程项目正式开工

近日,城市晚报全媒体记者了解到,5月29日,长春国际汽车城新凯河流域综合治理一期工程项目正式开工。

据了解,新凯河流经长春国际汽车城区域51公里,随着城市建设、汽车产业的快速发展,沿河两岸已经形成产业布局、城市框架等空间交融、遥相呼应的崭新格局,投资300亿元的奥迪一汽新能源项目、投资100亿元的红旗丝尔科跑车项目、投资89亿元的吉大红旗学院项目、投资近百亿元的比亚迪电池项目等即将落位沿河两岸,未来的新凯河两岸即是加速推进

“六个回归”、打造百公里配套半径、承载汽车产业集聚发展的重要空间,也是加快推动国际汽车城向西发展、建设西南新城的核心战场,可以改善河岸生态环境、提升城市品质、重塑产业布局。

新凯河流域综合治理工程项目启动以来,长春市委、市政府科学决策、全力推进,公主岭市、汽开区统筹生产、生态、生活,围绕产业发展、生态廊道、交通设施等,一体谋划、一体部署、一体施工,为“一河两岸”的规划建设奠定坚实基础。/城市晚报全媒体记者 陆续 实习生 许照彬 报道

全省收费站附近切勿乱停车

5月份以来,全省高速公路主要收费站、周边区域路段,正在开展整治占道停车、逆向停车、随意穿插变道、不按导向车道行驶等违法行为。

吉林省公安厅高速公路公安局长春分局针对辖区收费站内、外广场乱停车现象,采取有效措施,确保辖区内道路交通平安、畅通。

吉林省公安厅高速公路公安局长春分局与长春市公安局交警支队共商管

理对策,拟在收费站出口外广场施划一定数量的停车位,规范停车行为,满足群众驶离高速之后的临时停车需求。

长春分局为加强收费站入口处的行车秩序管理,将在入口处设置禁停标志、施划禁止标线,增设电子监控设备,对违反禁停标志、禁止标线的违法行为一律予以处罚。

/城市晚报全媒体记者 王跃 报道

长春2021年病退(退职)人员 劳动能力鉴定申请6月1日启动

长春市人社局近日发布通知,为进一步做好因病或非因工致残人员病退(退职)的劳动能力鉴定工作,2021年6月1日至8月20日,开展2021年病退(退职)劳动能力鉴定申请工作,统一组织劳动能力现场鉴定的具体时间另行通知。

申请条件
因病或非因工致残人员申请病退(退职)劳动能力鉴定需同时满足下列条件:(一)公务员和参照《公务员法》管理的事业单位、社会团体工作人员,企事业单位职工;国有改制企业解除劳动关系人员;持有残疾人联合会核发《中华人民共和国残疾人证》的残疾人。(二)截止到2021年12月31日前,男年满50周岁、女年满45周岁。申请退职的,不受年龄限制。(三)缴纳养老保险费(含视同缴费)满15年且符合在长春地区办理病退(退职)条件。

报名程序
(一)本人申请;(二)用人单位、档案托管机构、残疾人证核发残联审查同意;(三)市劳动能力鉴定委员会办公室初审,外县(市)区申请人员由

所在县(市)区人社局进行初审。

申请所需材料
(一)病退(退职)劳动能力鉴定表(A4纸,双面打印)。(二)所申报疾病的诊断证明、病历等材料及复印件。(三)以残疾人身份申请人员提供残疾证及复印件。受理部门初审后将劳动能力鉴定表、诊断或病历复印件、残疾证复印件一并交到长春市劳动能力鉴定委员会办公室。

受理部门
(一)各县(市)、双阳区、九台区人社部门负责本地病退(退职)劳动能力鉴定报名工作,审核后报长春市劳动能力鉴定委员会办公室。(二)驻长中省直机关事业单位、长春市各城区、开发区机关事业单位以及长春市辖区内企业在职职工,在长春市劳动能力鉴定委员会办公室报名。(三)国有改制企业解除劳动关系人员在档案存放部门报名。(四)具有残疾证并且有人事档案的人员在档案存放部门报名;具有残疾证无人事档案的人员在残联证核发残联报名。/城市晚报全媒体记者 刘佳雪 报道