

EFFECTS OF SMOKING FOR HEALTH

Sunil Fitha Cherikkal Abdulkhadar¹, Devika Santhosh Santhoshkumar T¹

Scientific adviser: Ionichi Galina¹

¹Department of Romanian Language and Medical Terminology, Nicolae Testemitanu University.

Introduction. Cigarette smoke is very harmful to the health of both active and passive smokers. The mortality rate for smokers is three times higher than for never smokers. As one of the oldest habits in the world, smoking has now become a major public health problem worldwide. **Objective of the study.** The proposed aim is to familiarize medical students with the harmful effects of smoking and to provide advice to reduce the rate of tobacco product consumption and exposure to cigarette smoke. **Materials and methods.** The study is based on the statistical method involving analysis and synthesis of data from the literature. This information allowed the observation of the phenomenon under investigation; the information was processed and subjected to analysis and interpretation. **Results.** Following the analysis of data from the literature and statistical data provided by the World Health Organization we identified the main risks and consequences caused by cigarette smoke. We also come up with a number of tips and recommendations to convince smokers to quit smoking. **Conclusions.** Analyzing statistical data and questionnaires among medical students produced encouraging results. Medical students are aware that smoking causes major health damage and promote a healthy tobacco-free lifestyle.

Keywords: smoking, cigarettes, healthy lifestyle, passive smoking, public health.

EFECTELE FUMATULUI ASUPRA SĂNĂTĂȚII

Sunil Fitha Cherikkal Abdulkhadar¹, Devika Santhosh Santhoshkumar T¹

Conducător științific: Ionichi Galina¹

¹Catedra de limba română și terminologie medicală, USMF „Nicolae Testemițanu”.

Introducere. Fumul de țigară este foarte nociv atât pentru sănătatea fumătorilor activi, cât și a fumătorilor pasivi. Rata mortalității pentru fumători este de trei ori mai mare decât a celor care nu au fumat niciodată. Fiind unul din cele mai vechi obiceiuri de pe glob, fumatul a devenit în prezent o problemă majoră de sănătate publică în întreaga lume. **Scopul lucrării.** Scopul propus este de a familiariza studenții mediciniști cu efectele nocive ale fumatului și de a oferi sfaturi în vederea reducerii ratei consumului produselor de tutun și expunerii la fumul de țigară. **Materiale și metode.** Studiul se bazează pe metoda statistică ce presupune analiza și sinteza datelor din literatura de specialitate. Aceste informații au permis observarea fenomenului supus cercetării, informațiile au fost prelucrate și supuse analizei și interpretării. **Rezultate.** În urma analizei datelor din literatura de specialitate și a datelor statistice oferite de către Organizația Mondială a Sănătății am identificat principalele riscuri și consecințe provocate de fumul de țigară. De asemenea, venim cu un șir de sfaturi și recomandări pentru a convinge persoanele fumătoare să renunțe la fumat. **Concluzii.** Analizând datele statistice și chestionarele realizate în rândul studenților mediciniști s-au obținut rezultate îmbucurătoare. Studenții mediciniști sunt conștienți de faptul că fumatul cauzează daune majore sănătății și promovează un mod sănătos de viață fără tutun.

Cuvinte cheie: fumat, țigări, mod sănătos de viață, fumat pasiv, sănătate publică.