



Tisková zpráva, 14. listopadu 2022

Každé páté úmrtí v ČR mají na svědomí cigarety. Potenciálu nikotinových alternativ pro odvykání se věnují adiktologové i vláda

Už tento čtvrtek oslavíme tradiční Mezinárodní nekuřácký den – a jak zvyk káže, při této příležitosti se vždy hodí připomenout si závažné důsledky kouření i strategie, kterými se dají co nejefektivněji snižovat. Komplikace spojené s kouřením si totiž v Česku vyžadají průměrně 16 až 18 tisíc lidských životů ročně, a jde tudíž o jedny z největších zabijáků. Trh s tabákem a nikotinem se v posledních letech razantně proměnil a mnozí odborníci jsou toho názoru, že alternativy mají pro ty, kteří chtějí odvykat, smysl. Konkrétní strategie pro odvykání by ale lidé měli vždy konzultovat s adiktologickými odborníky.

Hřbitovy plné kuřáků?

Na dlouhodobě vysokou míru kouření klasických cigaret upozornilo i Národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti ve Zprávě o tabákových, nikotinových a souvisejících výrobcích v České republice 2021. Varuje hlavně před komplikacemi, které užívání cigaret provází a které mají v mnoha případech až fatální důsledky.

„Na nemoci způsobené kouřením ročně zemře cca 16–18 tis. osob, což je zhruba pětina všech úmrtí v ČR,“ uvádí **Pavla Chomynová, vedoucí Národního monitorovacího střediska pro drogy a závislosti (NMS)**. Dodává, že v Česku je taktéž vysoká nemocnost, co se týče onemocnění typu rakoviny, kardiovaskulárních nemocí a onemocnění dýchací soustavy. Ve všech případech jde o choroby, jejichž vývoj a průběh velmi negativně ovlivňuje právě kouření cigaret.

V návaznosti na závažná zjištění NMS vypracovalo doporučení určené zejména těm, kdo udávají směr národní politiky v oblasti tabáku, nikotinu a souvisejících výrobků. *„Doporučujeme především zvýšit informovanost spotřebitelů o nižší rizikovosti alternativních tabákových a nikotinových výrobků v porovnání s kouřením klasických cigaret a zakomponovat informaci o jejich nižší rizikovosti v porovnání s kouřením do zdravotních varování u alternativních výrobků,“* dodává Chomynová.

Správná cesta je snižování rizik

Jsou opravdu tabákové a nikotinové alternativy klasických cigaret schopny při odvykání pomoci? Odpověď možná skýtá adiktologická metoda tzv. harm reduction (HR). Jde o přístup, který zjednodušeně řečeno spočívá v postupném snižování rizik. U jedinců, kteří nejsou motivováni k abstinenci, spočívá ve snižování či minimalizaci rizik užívání návykových látek. Může jít o užívání pervitinu, alkoholu, ale stejně tak i tabákových nebo nikotinových výrobků.

„Příliš restriktivní nebo naopak liberální politika v oblasti závislosti není funkční. Příklady potvrzující toto tvrzení najdeme nejen v historii, ale i v současném výzkumu na poli adiktologie. Přístup a trend, který reflektuje nejnovější vědecké poznatky, je založen na evidence-based přístupu,“ věří **Ladislav Dékány, odborný garant Národní linky pro odvykání 800 350 000**, která odvykajícím poskytuje telefonické poradenství. Připomíná, že tabákové a nikotinové výrobky se rozlišují podle jejich rizikovosti pro uživatele. Všechny tyto výrobky naopak spojuje různý obsah nikotinu, tedy látky, která vyvolává závislost.



„Většina odborníků se shoduje, že nejrizikovějším nikotinovým výrobkem je klasická tabáková cigareta. To je dané zejména tím, že u nich dochází k nedokonalému spalování tabáku, tvorbě karcinogenů, rakovinotvorného dehtu a dalších zdraví škodlivých látek. Rizikovost nikotinových výrobků určuje nejen obsah nikotinu, ale také ostatní látky obsažené v nikotinových výrobcích, případně látky, které procesem užívání vznikají. Proto za méně rizikové výrobky považujeme zahřívání tabák, různé druhy bezdýmného tabáku, jako je šňupací a žvýkácí tabák, nebo elektronické cigarety,“ vysvětluje Děkány.

Alternativy uznává i vládní strategie

V souladu s přístupem harm reduction je tedy méně rizikové, pokud kuřák, který neplánuje s kouřením přestat, přejde na některou z méně rizikových alternativ. Každý nikotinový výrobek s sebou nese určitou míru rizika, většinou je však řádově menší. Tento přístup je podporován i v připravovaném vládním Akčním plánu politiky v oblasti závislosti na období 2022 až 2025.

Národní koordinátor pro protidrogovou politiku Jindřich Vobořil dokonce poukazuje na nutnost analýzy trhu a případné zavedení menší spotřební daně u méně rizikových nikotinových výrobků. To by mohlo podpořit přechod uživatelů z více rizikových forem na méně rizikové a snížit výdaje na zdravotní péči. Podobné úvahy mají podporu i u dalších významných osobností české adiktologické obce.

„Aby nikotinové alternativy tabákových výrobků motivovaly kuřáky k přechodu od klasických cigaret k méně rizikovým výrobkům, musí splňovat několik podmínek. Je zapotřebí, aby byly pro kuřáky atraktivní, vč. např. příchutí. Měly by být také biologickým a ekonomickým substitutem. To znamená dodat nikotin v dostatečném množství a být ekonomicky výhodnější než více rizikové výrobky,“ podotýká **epidemiolog Viktor Mravčík, poradce národního koordinátora pro protidrogovou politiku.**

Snahy odborníků však často naráží na agresivní marketing nikotinových výrobců, kteří takto míří hlavně na cílovou skupinu nezletilých uživatelů. Proto nelze opomínat, že jistá míra regulace, např. v podobě věkového omezení prodeje, je stejně důležitým prvkem zodpovědné státní politiky jako další efektivní opatření.

Kontakt pro média:

Sabina Prokopcová

+420 604 425 479

sabina.prokopcova@media-list.cz

Press kit: https://drive.google.com/drive/folders/1CQUS8hbHpn_1hXsVR-KDkyrnwugjm8aK

Národní linka pro odvykání – 800 350 000 je zřízena Úřadem vlády České republiky a provozována organizací AdiPoint, z.ú. K původnímu poradenství pro odvykání kouření spuštěnému v roce 2016 přibýly od roku 2018 další informační a poradenské služby pro odvykání alkoholu, patologického hraní, drog, léků a sociálních sítí, zahrnující i služby pro osoby blízké lidem se závislostí. Národní linka pro odvykání je určena všem občanům České republiky starším 15 let. Vyškolení konzultanti se klientům věnují každý pracovní den od 10 do 18 hodin. Hovory jsou pro volající zdarma. Pokud klient dává přednost komunikaci přes e-mail, může konzultanty kontaktovat na poradte@chciodvykat.cz. Další informace o službách jsou uvedeny na www.chciodvykat.cz.

Projekt je realizován za finanční podpory Úřadu vlády České republiky.