Wielka Brytania wolna od dymu tytoniowego? Jak badania, polityka i e-papierosy przyczyniły się do zmniejszenia liczby palaczy

Wprowadzenie

Podobnie jak w wielu innych krajach wysokorozwiniętych wskaźniki palenia w Wielkiej Brytanii, niegdyś jedne z najwyższych na świecie, odnotowują spadek od dziesięcioleci. To właśnie w tym państwie po raz pierwszy przeprowadzono i opublikowano kluczowe badania wykazujące związek między paleniem tytoniu a zachorowalnością na raka płuc. Chociaż początkowo rząd opieszale reagował na wyzwania związane z nałogiem palenia, w pierwszej dekadzie XXI wieku Wielka Brytania została uznana za światowego lidera w ograniczaniu konsumpcji tytoniu. Od niedawna przoduje również w zakresie realizacji ambitnych planów osiągnięcia statusu „kraju wolnego od dymu tytoniowego" poprzez podejmowanie różnorodnych inicjatyw ułatwiających rzucanie palenia, które obejmują m.in. przerzucanie się na e-papierosy. Niniejszy dokument informacyjny przybliża postępy Wielkiej Brytanii na drodze do uwolnienia się od dymu tytoniowego, przedstawiając zarówno sukcesy, jak i napotkane trudności.

Jak przedstawia się historia palenia tytoniu w Wielkiej Brytanii i jak papierosy wpływały na populację przez lata?

Konsumpcja tytoniu w Wielkiej Brytanii ma bardzo długą historię, sięgającą XVI wieku.[1] Najstarszą formą konsumpcji tytoniu było palenie fajek, choć tabaka (sproszkowana forma tytoniu wciągana nosem) i cygara także cieszyły się popularnością jeszcze przed wprowadzeniem masowej produkcji papierosów pod koniec XIX wieku.

Do 1948 roku 82% mężczyzn w Wielkiej Brytanii paliło tytoń w którejś z dostępnych postaci.[2] Według statystyk była to największa odnotowana powszechność palenia w Wielkiej Brytanii, co obejmowało fajki, cygara i papierosy, przy czym te ostatnie cieszyły się największą popularnością (65%).[3] W tym samym roku 41% kobiet paliło tytoń – w większości papierosy.

Dwa lata później, w 1950 roku, Wielka Brytania była krajem, w którym po raz pierwszy wykazano związek między paleniem a zachorowalnością na raka. Po znacznym wzroście liczby zgonów przypisywanych rakowi płuc w skali kraju, epidemiolodzy Sir Richard Doll i Sir Austin Bradford Hill przeprowadzili badania, które potwierdziły, że przyczyną tego stanu rzeczy są papierosy.[4] Zaledwie 10 lat później, w 1962 roku, opublikowano przełomowy raport Royal College of Physicians zatytułowany „Smoking and Health", w którym wykorzystano dane Dolla i Hilla.[5] Był to pierwszy tego typu raport w skali światowej rozpowszechniający informacje na temat negatywnego wpływu palenia tytoniu na zdrowie, który został opublikowany w czasach, gdy ogół społeczeństwa nie zdawał sobie zbytnio sprawy ze szkodliwości tego nałogu. Uważa się go za punkt zwrotny w historii zdrowia publicznego w Wielkiej Brytanii.[6] Jego znaczenie potwierdziło się trzy lata później, kiedy w 1965 r. ujawniono, że Wielka Brytania ma najwyższy wskaźnik umieralności na raka płuc spośród wszystkich głównych państw, a palenie jest przyczyną niemal 50% zgonów mężczyzn w średnim wieku.[7]

W 1974 r. rząd zaczął gromadzić dane na temat powszechności palenia w Wielkiej Brytanii w ramach badania *General Household Survey* (od tego czasu przemianowanego na *General Lifestyle Survey*).[8] Dane

opracowane przez *Office for National Statistics* pokazują, że w 1974 r. odsetek palaczy wynosił 51% wśród mężczyzn i 41% wśród kobiet. Był to wyraźny spadek w stosunku do szczytowego poziomu z 1948 r., a w ciągu kolejnych 50 lat badania zaobserwowano utrzymującą się tendencję spadkową, jeśli chodzi o odsetek osób palących w Wielkiej Brytanii.[9]

Niemniej jednak, pomimo malejącej popularności papierosów, palenie nadal wywiera wyraźny wpływ na społeczeństwo. Rząd Wielkiej Brytanii szacuje, że co roku z powodu palenia tytoniu umiera ok. 80 tys. osób w kraju.[10] Władze twierdzą również, że palenie jest jedną z głównych przyczyn nierówności zdrowotnych w Wielkiej Brytanii, a szkodliwe skutki najbardziej odczuwalne są przez część najmniej uprzywilejowanych społeczności w kraju.[11] Ponadto papierosy są najczęstszą przyczyną zgonów i poważnych niepełnosprawności, którym można było zapobiec.[12] Cancer Research UK podaje, że prawie ¾ przypadków raka płuc w Wielkiej Brytanii jest spowodowanych paleniem tytoniu (72%).[13]

Chociaż wskaźnik zgonów związanych z paleniem w Anglii spadł w ostatnich latach z 244 na 100 tys. przypadków w latach 2013–2015 do 202 na 100 tys. przypadków w latach 2017–2019,[14] palenie nadal ma niebagatelny wpływ na krajową służbę zdrowia (NHS – *National Health Service*). Biorąc pod uwagę wyłącznie Anglię, w latach 2019–2020 odnotowano około 506 tys. przyjęć do szpitala związanych z paleniem tytoniu, co przekłada się na ok. 1400 dziennie.[15] Ponadto osoby palące odwiedzają swojego lekarza rodzinnego o 35% częściej niż niepalące.[16] Szacuje się również, że palenie kosztuje NHS i gospodarkę około 17 miliardów funtów rocznie.[17]

Jakie bezpieczniejsze wyroby nikotynowe są dostępne w Wielkiej Brytanii i jak sprawdziły się do tej pory?

Obecnie na rynku w Wielkiej Brytanii dostępna jest szeroka gama bezpieczniejszych wyrobów nikotynowych. Osobom, które sięgają po produkty tytoniowe obarczone wysokim ryzykiem, takie jak papierosy, bezpieczniejsze wyroby nikotynowe oferują możliwość przestawienia się na mniej szkodliwe alternatywy. Obejmują one e-papierosy, podgrzewane wyroby tytoniowe, saszetki nikotynowe, nikotynową terapię zastępczą (NTZ) i snus, choć ten ostatni jest zakazany w Wielkiej Brytanii.

Produkty NTZ stanowiły pierwszą dostępną alternatywę, z której mieszkańcy Wielkiej Brytanii chcący rzucić palenie mogli korzystać od lat 80. ubiegłego wieku.[18] Pierwszymi dostępnymi produktami były nikotynowe gumy do żucia, a w 1992 roku na rynku pojawiły się plastry z nikotyną.[19] Produkty NTZ zostały oficjalnie dopuszczone do stosowania w celu redukcji szkód na terenie Wielkiej Brytanii w 2005 roku[20] i obecnie gumy, plastry, aerozole do nosa i jamy ustnej, inhalatory, tabletki, paski doustne i pastylki do ssania można kupić w aptekach i niektórych sklepach. Produkty NTZ są również dostępne na receptę u lekarzy lub w ramach usług NHS związanych z udzielaniem wsparcia przy rzucaniu palenia,[21] a wartość brytyjskiego rynku NTZ w 2019 r. wyniosła 165,4 mln euro.[22]

E-papierosy po raz pierwszy pojawiły się w Wielkiej Brytanii około 2005 roku[23], kilka lat po tym, jak zostały wynalezione w Chinach. Do pierwszych użytkowników tego produktu można zaliczyć m.in. osoby, którym wcześniej nie udało się rzucić palenia.[24] Brytyjska społeczność użytkowników e-papierosów zaczęła się błyskawicznie rozrastać, jeszcze zanim przemysł tytoniowy zainteresował się tym rodzajem produktu. Popularne stały się spotkania i pokazy poświęcone stosowaniu e-papierosów, a użytkownicy mogli dyskutować na temat dostępnych urządzeń, smaków i modyfikacji (modyfikacji urządzeń) na forach internetowych i w grupach dyskusyjnych, gdzie przedstawiano historie użytkowników, których życie uległo poprawie dzięki przerzuceniu się na e-papierosy.

Z początku przepisy prawa w Wielkiej Brytanii traktowały e-papierosy jako produkt powszechnego użytku.[25] W związku z tym podlegały obowiązującym przepisom dotyczącym bezpieczeństwa produktów

egzekwowanym przez urząd kontroli norm handlowych *Trading Standards*, ale w 2010 r. brytyjska agencja regulacyjna ds. leków i wyrobów medycznych MHRA (*Medicines and Healthcare products Regulatory Agency*) rozpoczęła konsultacje w sprawie włączenia e-papierosów do systemu licencjonowania leków.[26] Obawiając się, że licencjonowanie e-papierosów w sposób analogiczny do leków skutecznie wyeliminowałoby je z rynku, ponad tysiąc osób stosujących e-papierosy przesłało odpowiedzi w ramach konsultacji, a w kolejnym roku agencja MHRA ogłosiła zamiar niepodejmowania dalszych działań w odniesieniu do statusu e-papierosów, zobowiązując się jednocześnie do przeprowadzenia dalszych badań i oceny.[27] W 2015 r. sprzedaż e-papierosów osobom poniżej 18. roku życia stała się nielegalna, zgodnie z przepisami dotyczącymi produktów do inhalacji nikotyny *Nicotine Inhaling Products (Age of Sale and Proxy Purchasing) Regulations*.[28] Z kolei w 2016 roku przepisy regulujące stosowanie e-papierosów weszły w życie na mocy zarządzenia Tobacco and Related Products Regulations, które w pełni wdrożyło opublikowaną dwa lata wcześniej dyrektywę Unii Europejskiej w sprawie wyrobów tytoniowych.[29] Mechanizmy regulacyjne obejmowały wprowadzenie minimalnych standardów bezpieczeństwa i jakości dotyczących wszystkich e-papierosów i pojemników zapasowych, a także ograniczeń związanych z reklamą, a do 2015 roku, zaledwie 10 lat po wprowadzeniu e-papierosów na rynek, 2,6 miliona osób stosowało je[30] w ramach ruchu konsumenckiego, który zrewolucjonizował konsumpcję nikotyny w całym kraju.

Mniej więcej w tym samym czasie na rynek brytyjski wprowadzono podgrzewane wyroby tytoniowe. Podgrzewane wyroby tytoniowe z perspektywy prawa traktowane są obecnie w Wielkiej Brytanii jako nowatorskie wyroby tytoniowe i podlegają określonym wymogom wynikającym z obowiązujących przepisów dotyczących produktów zawierających tytoń, co obejmuje między innymi możliwość sprzedaży wyłącznie tym osobom, które ukończyły 18. rok życia.[31] Pomimo popularności w niektórych częściach Europy i w Japonii, wspomniane produkty jak dotąd nie odegrały istotnej roli, jeśli chodzi o promowanie rezygnacji z palenia na rzecz bezpieczniejszych alternatyw. Może to wynikać z faktu, że podlegają one tym samym zakazom reklamy i eksponowania, co zwykłe papierosy, co może stanowić dość poważny problem dla nowego produktu, który dopiero stara się zdobyć popularność na rynku. I faktycznie – przegląd literatury naukowej przeprowadzony w 2017 r. wykazał, że zarówno wiedza na temat podgrzewanych wyrobów tytoniowych, jak i ich stosowanie w Wielkiej Brytanii, są zjawiskiem „bardzo rzadkim",[32] a ten rodzaj produktu pozostaje mało istotnym graczem na rynku, ze względu na pojawienie się w momencie, gdy e-papierosy cieszyły się już popularnością.

Saszetki nikotynowe mają jeszcze krótszą historię, ponieważ po raz pierwszy weszły na rynek brytyjski w 2019 roku.[33] Podobnie jak e-papierosy w okresie bezpośrednio po ich pojawieniu się w Wielkiej Brytanii, saszetki nikotynowe podlegają jedynie przepisom dotyczącym bezpieczeństwa produktów powszechnego użytku. Oznacza to między innymi, że obecnie nie ma ograniczeń wiekowych dotyczących ich sprzedaży i mogą je kupować osoby niepełnoletnie.[34] Wyglądało na to, że sytuacja ulegnie zmianie po tym, jak poprzedni rząd konserwatywny opublikował w 2023 r. projekt ustawy dotyczącej wyrobów tytoniowych i e-papierosów *Tobacco and Vapes Bill*, w którym stwierdzono, że sprzedaż saszetek nikotynowych dzieciom zostanie zakazana,[35] jednak w chwili przygotowywania niniejszego artykułu nie było wiadomo, czy nowy rząd laburzystów będzie kontynuować te plany. Biorąc jednak pod uwagę najświeższe z dostępnych danych, badanie z 2022 r. wykazało, że tylko 3,9% dorosłych w Wielkiej Brytanii choć raz spróbowało saszetek nikotynowych, a tylko 0,7% obecnie ich używa, podczas gdy 48% dorosłych nigdy o nich nie słyszało.[36] Inne badania potwierdziły, że popularność saszetek jest stosunkowo niska, choć odsetek ich użytkowników wśród dorosłych Brytyjczyków wzrósł ponad dwukrotnie w okresie od listopada 2020 r. do października 2021 r. – z 0,14% do 0,32%.[37]

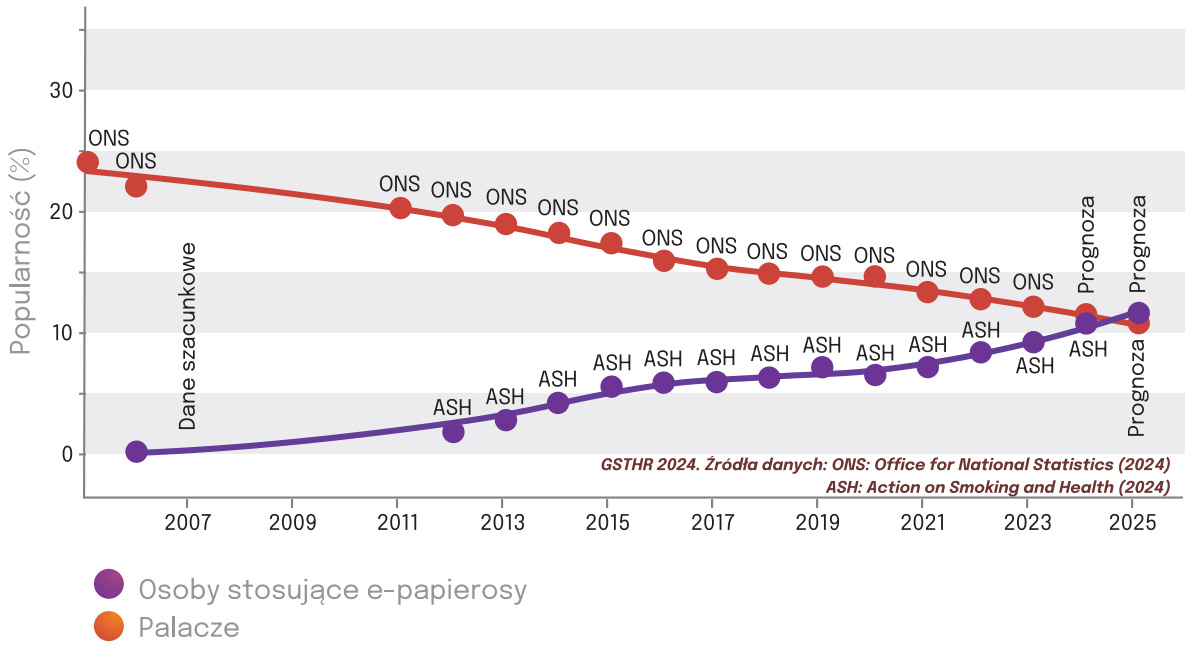
Jak wspomniano wcześniej, jedynym bezpieczniejszym wyrobem nikotynowym, którego nie można kupować ani sprzedawać w Wielkiej Brytanii, jest snus – pasteryzowany produkt doustny stosowany

przeważnie w formie niewielkich saszetek zawierających tytoń, które umieszcza się w ustach. Snus cieszy się szczególną popularnością w Skandynawii, ale w 1992 został zakazany w całej Unii Europejskiej (z wyjątkiem Szwecji),[38] co było odpowiedzią na kontrowersje związane z wprowadzeniem na rynek brytyjski marki wilgotnego bezdymnego tytoniu. Wspomniany produkt nosił nazwę *Skoal Bandits* i przypominał snus: w opakowaniu można było znaleźć małe saszetki zwilżonego tytoniu do żucia w proszku.[39] Nieuzasadnione lęki związane z rzekomym wywoływaniem przez produkt raka jamy ustnej, w połączeniu z obawami, że jest on skierowany do nastolatków, doprowadziły do wprowadzenia w Wielkiej Brytanii zakazu sprzedaży tego typu produktów, który został następnie odzwierciedlony w zakazie sprzedaży snusu na terenie Unii Europejskiej.[40] W momencie sporządzania niniejszego tekstu zakaz ten nadal obowiązywał, mimo że Wielka Brytania nie jest już częścią UE, a proponowany przez poprzedni konserwatywny rząd projekt ustawy *Tobacco and Vapes Bill* miał na celu wzmocnienie tego stanowiska.

Jak zmieniał się odsetek osób palących i stosujących e-papierosy w ciągu ostatnich 10 lat i dlaczego ludzie przerzucili się na alternatywne produkty?

Podczas gdy liczba palaczy spada od czasu, gdy rząd zaczął gromadzić dane w 1974 roku, prawie ¼ dorosłych Brytyjczyków (23,7%) nadal paliła, gdy e-papierosy zostały wprowadzone na rynek w 2005 roku.[41] Dziesięć lat później, w 2015 roku, 5,4% dorosłych Brytyjczyków stosowało e-papierosy,[42] a 17,2% dorosłych paliło.[43] Do 2015 roku połowa osób palących sięgała również po e-papierosy.[44] Następnie, gdy odsetek dorosłych stosujących e-papierosy wzrósł o ⅓ do 7,1% w 2019 r., odsetek palaczy obniżył się jeszcze bardziej, do 14,5%. Dane z 2022 roku wskazywały, że 8,7% populacji, czyli 4,5 miliona osób, stosowało e-papierosy,[45] podczas gdy liczba osób nadal palących osiągnęła najniższy poziom w historii, wynosząc 12,9% dorosłych, czyli 6,4 miliona osób. Oznacza to, że odsetek dorosłych palaczy w Wielkiej Brytanii zmniejszył się prawie o połowę, odkąd stosowanie e-papierosów stało się alternatywą dla osób chcących zrezygnować z palenia.

Popularność papierosów i e-papierosów w Wielkiej Brytanii, 2006–2025



Najnowsze dane z sierpnia 2024 r. pokazują, że odsetek dorosłych stosujących e-papierosy dalej rośnie i obecnie wynosi 11%, czyli 5,6 mln osób.[46] Dane pochodzą z sondażu przeprowadzonego w imieniu *Action on Smoking and Health* (ASH), który wykazał również, że 65% osób, które zrezygnowały z papierosów w ciągu ostatnich pięciu lat, przyznało, że stosowało e-papierosy podczas ostatniej próby rzucenia palenia. Stanowi to 2,7 miliona osób.

Nasze własne prognozy, oparte na danych ONS i ASH, pokazują, że odsetek dorosłych palących w Wielkiej Brytanii będzie dalej spadał do nieco ponad 10% w 2025 roku. Wtedy to odsetek dorosłych stosujących e-papierosy po raz pierwszy przekroczy liczbę palaczy.

Przegląd literatury naukowej dotyczącej stosowania e-papierosów w Anglii, zlecony przez OHID (*Office for Health Improvement and Disparities*) w 2022 r., wykazał, że produkty te były najczęściej stosowanym środkiem wspomagającym rzucanie palenia.[47] Okazało się również, że według danych pochodzących z instytucji pomagających rzucać palenie w okresie 2020–2021 próby rezygnacji z nałogu, przy których wspomagano się e-papierosami, wiązały się z najwyższym odsetkiem skuteczności (64,9% w porównaniu z 58,6% w przypadku prób, przy których nie używano e-papierosów). Warto zauważyć, że raport wykazał również, że większość osób stosujących e-papierosy w tamtym okresie preferowała smaki owocowe (35,5%), a 22,5% – mentolowe/miętowe.

Jeszcze inna ankieta ASH z 2023 roku przedstawia powody, dla których mieszkańcy Wielkiej Brytanii stosują e-papierosy.[48] Głównym powodem podawanym przez osoby, które kiedyś paliły, było to, że stosowanie e-papierosów pomogło im zrezygnować z palenia. (31%). Na drugim miejscu znaleźli się ci, którzy stwierdzili, że stosowanie e-papierosów powstrzymało ich przed wróceniem do nałogu palenia (22%), 14% stwierdziło, że po prostu czerpie z tego przyjemność, a 12%, że kierowało się chęcią zaoszczędzenia pieniędzy. Choć zarówno papierosy, jak i e-papierosy podlegają opodatkowaniu VAT w wysokości 20%, akcyza na wyroby tytoniowe od paczki zawierającej 20 papierosów wynosi obecnie 16,5% ceny detalicznej plus 6,33 GBP.[49] Stanowi to istotną różnicę względem e-papierosów, na które aktualnie nie nakłada się żadnej dodatkowej akcyzy. Podatek VAT na e-papierosy regulowane jako leki teoretycznie byłby niższy o 5%,[50] jednak na ten moment na rynku nie ma żadnych e-papierosów licencjonowanych jako leki.

Badania z 2019 roku wykazały, że osoby, które całkowicie przestawiły się z palenia papierosów na stosowanie e-papierosów, mogły zaoszczędzić około 780 funtów rocznie.[51] Warto jednak zauważyć, że przed przegranymi wyborami w lipcu 2024 r. poprzedni rząd konserwatywny zaproponował wprowadzenie nowego podatku od e-papierosów „mającego na celu zniechęcenie młodych ludzi i osób niepalących do sięgania po e-papierosy, przy jednoczesnym utrzymaniu obecnej motywacji finansowej do stosowania e-papierosów w miejsce zwykłych papierosów".[52] W ramach wspomnianych planów cena miałaby „wzrastać wraz z mocą liquidu, tak aby produkty o najwyższej mocy były proporcjonalnie droższe w stosunku do produktów o niskiej mocy lub niezawierających nikotyny. Produkty pozostawałaby znacznie tańsze niż wyroby tytoniowe w równoważnych ilościach".

W przypadku osób, które nadal sięgały po papierosy, badanie ASH wykazało, że stosują e-papierosy głównie po to, by ograniczyć palenie (19%) lub ułatwić sobie rzucenie nałogu (17%). Tymczasem respondenci, którzy nigdy nie palili, stwierdzili, że stosują e-papierosy głównie dlatego, że to lubią (39%), a 27% osób stwierdziło, że po prostu chciało spróbować.

Inne badania wykazały, że 59% osób będących palaczami w momencie sięgnięcia po e-papierosy zrobiło to, aby ograniczyć liczbę wypalanych papierosów, podczas gdy 49% stwierdziło, że głównym powodem rozpoczęcia stosowania e-papierosów była chęć zupełnego rzucenia palenia.[53] Badanie dotyczące brytyjskiego rynku e-papierosów zlecone przez *HM Revenue and Customs* ujawniło również, że 37% osób stosujących e-papierosy uważa je za zdrowszą alternatywę dla palenia.

Jak Wielka Brytania podeszła do kwestii ograniczania konsumpcji tytoniu?

Choć w drugiej połowie XX wieku Wielka Brytania przodowała w badaniach nad szkodliwością palenia tytoniu, przez większość czasu, bo aż do lat 90. ubiegłego wieku, podejście władz polegało na ograniczonej interwencji.[54] Nastąpiły jednak pewne zmiany, np. wprowadzono zakaz reklamowania papierosów w telewizji w 1965 r. i stopniowo zwiększano opodatkowanie tego produktu.[55] W 1984 r. wprowadzono Narodowy Dzień Rzucania Palenia, aby zachęcić ludzi do rezygnacji z nałogu, a w 1999 r. powołano w Anglii lokalne instytucje, których celem było udzielanie pomocy w wysiłkach związanych z rzucaniem palenia. Według doniesień pomogły one ponad 4 milionom osób skutecznie rzucić palenie na okres co najmniej 4 tygodni.[56]

Rok wcześniej, w 1998 roku, Wielka Brytania podjęła jeden z najważniejszych jak dotąd kroków w celu rozwiązania problemu konsumpcji tytoniu, publikując rządowy biuletyn informacyjny zatytułowany „Smoking Kills" („Palenie zabija"), w którym zaproponowano „w skali światowej najbardziej kompleksową strategię walki z nałogiem palenia".[57] Kluczowe działania obejmowały: zaprzestanie reklamowania, promowania i sponsorowania wyrobów tytoniowych; zainwestowanie 60 milionów funtów w nowe usługi NHS dla osób rzucających palenie; bezpłatny tygodniowy dostęp do NTZ w ramach NHS, z pakietami startowymi nikotynowej terapii zastępczej dostępnymi bezpłatnie dla osób znajdujących się w najgorszej sytuacji, wraz ze „specjalistycznym wsparciem, aby pomóc zmotywowanym osobom rzucającym palenie w szybkim pozbyciu się nałogu na dobre"; oraz zmiany w pubach i restauracjach mające na celu wprowadzenie udogodnień zarówno dla osób palących, jak i niepalących.

Jednak dopiero w połowie pierwszej dekady XXI wieku wprowadzono jakiekolwiek istotne środki ograniczania konsumpcji tytoniu. Szkocka ustawa *Smoking, Health and Social Care* z 2005 r. oraz zarządzenie *The Prohibition of Smoking in Certain Premises* z 2006 r. (Szkocja) weszły w życie w marcu 2006 roku. Wtedy to po raz pierwszy wprowadzono zakaz palenia w określonych miejscach publicznych w Szkocji, które były „całkowicie lub w znacznym stopniu obudowane", co obejmowało większość miejsc pracy.[58] Anglia, Walia i Irlandia Północna wprowadziły podobne przepisy niedługo później.

W ciągu kilku kolejnych dekad, gdy coraz więcej osób zaczęło rezygnować z palenia na rzecz stosowania e-papierosów, w Wielkiej Brytanii zaczęto obserwować stabilny spadek odsetka palaczy, dzięki zastosowaniu szeregu instrumentów polityki mających na celu wywołanie w społeczeństwie poczucia, że palenie nie musi być normą. Obejmowały one „środki obejmujące dostosowywanie cen, promowanie, edukację i ostrzeżenia zdrowotne, jednolite opakowania oraz regulacje dotyczące składników, sprzedaży, a także tego, kto może palić i w jakich miejscach jest to dozwolone".[59] Wspomniane zmiany pozwoliły Wielkiej Brytanii znaleźć się w czołówce europejskiego rankingu dotyczącego ograniczania konsumpcji tytoniu, Tobacco Control Scale, obok Irlandii i Francji.[60]

Warto również zaznaczyć, że w 2019 r. konserwatywny rząd ogłosił śmiały i ambitny cel, aby do 2030 r. Wielka Brytania stała się państwem „wolnym od dymu tytoniowego".[61] Cel ten zostałby osiągnięty, gdyby odsetek osób palących wśród dorosłych spadł do poziomu nieprzekraczającego 5%. Nowo utworzony rząd Partii Pracy zamierza kontynuować plany poprzedniej administracji, by uczynić Wielką Brytanię pierwszym krajem na świecie, który stopniowo podniesie minimalny wiek uprawniający do zakupu papierosów, co będzie oznaczać, że osoby urodzone po 1 stycznia 2009 roku nigdy nie będą mogły ich legalnie nabyć.[62] Będzie to również dotyczyło podgrzewanych wyrobów tytoniowych. Wygląda również na to, że nowy rząd laburzystów przejmie plany poprzedniej administracji mające na celu zniechęcenie młodzieży do korzystania z e-papierosów. Obejmują one m.in.: surowsze egzekwowanie przepisów dotyczących sprzedaży tych produktów nieletnim, wprowadzenie uprawnień do ograniczania dostępnych smaków, zakazanie e-papierosów jednorazowych i zwiększenie podatków na e-papierosy.[63]

Jaką rolę odegrały rząd i NHS w promowaniu stosowania e-papierosów?

Rząd Wielkiej Brytanii nie tylko podjął kroki, aby ułatwić obywatelom rzucanie palenia, ale także w coraz większym stopniu wykorzystuje potencjał e-papierosów jako bezpieczniejszego wyrobu dla osób, które pragną zrezygnować z papierosów, ale nie chcą lub nie są w stanie zaprzestać zażywania nikotyny.

Rok po uruchomieniu w 2014 r. przez Louise Ross, która pełniła wtedy rolę kierowniczki *Leicester Stop Smoking Service*, pierwszej przyjaznej e-papierosom lokalnej instytucji wspomagającej rzucanie palenia[64] opublikowano przełomowy niezależny przegląd literatury naukowej przygotowany przez poprzednika OHID, *Public Health England* (PHE), w którym stwierdzono, że stosowanie e-papierosów jest o około 95% mniej szkodliwe niż palenie tytoniu.[65] W raporcie z 2015 roku, przywoływanym obecnie na całym świecie jako najważniejsze potwierdzenie względnego bezpieczeństwa stosowania e-papierosów, stwierdzono, że wspomniane produkty mogą pomóc w rzucaniu palenia, a ponadto nie znaleziono dowodów na to, że stanowią one furtkę do rozpoczęcia palenia przez dzieci lub osoby, które nigdy wcześniej nie sięgały po papierosy. W ciągu następnej dekady coroczne przeglądy literatury naukowej wykazywały, że początkowe ustalenia są niezmiennie aktualne, a władze i NHS uruchomiły lub sfinansowały szereg inicjatyw zachęcających ludzi do rezygnacji z palenia na rzecz stosowania e-papierosów.

Jedną z nich była kampania Stoptober, która w 2017 roku po raz pierwszy pokazała e-papierosy w swoich reklamach.[66] Inicjatywa Stoptober została zapoczątkowana w 2012 roku przez PHE i miała na celu zainspirowanie osób palących do podjęcia próby rzucenia palenia od 1 października i utrzymania motywacji przez co najmniej 28 dni. Z kolei w 2018 roku PHE wezwało do umożliwienia wydawania e-papierosów na receptę, dodając, że szpitale powinny mieć możliwość ich sprzedawania, a także wyznaczenia miejsc, w których pacjenci mogliby je stosować.[67]

Rok później sklepy z e-papierosami otworzyły się w dwóch szpitalach NHS w regionie West Midlands.[68] Obie placówki, prowadzone przez Sandwell and West Birmingham Hospitals NHS Trust, zezwalały również na stosowanie e-papierosów, o ile odbywało się to z dala od drzwi, mimo że palenie na terenie obiektu skutkowało grzywną w wysokości 50 funtów.

W 2021 r. agencja MHRA opublikowała zaktualizowane wytyczne, które utorowały drogę do przepisywania na receptę e-papierosów na licencji medycznej osobom, które chciały rzucić palenie. Dzięki temu Anglia stałaby się pierwszym krajem na świecie, który wprowadziłby licencjonowane medycznie e-papierosy na receptę,[69] chociaż w chwili opracowywania tego artykułu żadne e-papierosy, które zostały licencjonowane jako leki na rzucenie palenia, nie są obecnie dostępne na rynku w Wielkiej Brytanii.[70] Nie są również dostępne na receptę od NHS lub od lekarza pierwszego kontaktu, choć lokalne instytucje świadczące usługi z zakresu wspomagania rzucania palenia mogą oferować bezpłatne pakiety startowe e-papierosów.

Co więcej, w 2021 r, w ramach nowego badania rozpoczętego przez Uniwersytet Anglii Wschodniej i finansowanego przez instytut *National Institute for Health Research* (NIHR), zestawy startowe e-papierosów były rozdawane palaczom przebywającym na oddziałach ratunkowych szpitala.[71] Inicjatywa została podjęta w następstwie publikacji zaktualizowanego materiału dowodowego w ramach przeglądu Cochrane, prowadzonego przez Uniwersytet Oksfordzki. Wykazano, że e-papierosy zawierające nikotynę skuteczniej pomagały rzucić palenie na co najmniej 6 miesięcy niż nikotynowa terapia zastępcza.[72] W tym samym roku przeprowadzono również inne badanie finansowane przez NIHR, mające na celu zbadanie, czy e-papierosy mogą pomóc osobom dotkniętym bezdomnością w rezygnacji z palenia. Projekt był prowadzony przez naukowców z uniwersytetów *University College London* oraz *London South Bank University* i miał na celu sprawdzenie, czy zapewnienie bezpłatnych pakietów startowych e-papierosów w ośrodkach dla osób dotkniętych bezdomnością może przyczynić się do ograniczenia wysokiego odsetka palaczy w tej populacji.

Z kolei w 2023 r., w ramach jednego z najradykalniejszych kroków, jakie dotychczas podjęto, rząd ogłosił, że zachęci milion palaczy do przerzucenia się z papierosów na e-papierosy.[73] W ramach kampanii „swap to stop" („przerzuć się [na alternatywę], aby pozbyć się [nałogu]"), pierwszego na świecie programu krajowego tego rodzaju, około ⅕ osób palących miałaby otrzymać e-papierosowe zestawy startowe, wraz ze wsparciem behawioralnym, aby pomóc w rzuceniu nałogu.

Poza wspomnianymi inicjatywami rządowymi NHS udziela palaczom szczegółowych, opartych na dowodach porad dotyczących względnego bezpieczeństwa e-papierosów w porównaniu z papierosami. Oprócz stwierdzenia, że nikotyna sama w sobie „nie jest zbyt szkodliwa i od wielu lat jest bezpiecznie stosowana w lekach pomagających rzucić palenie", krajowe i lokalne strony internetowe NHS informują mieszkańców Wielkiej Brytanii, że „e-papierosy są znacznie mniej szkodliwe niż zwykłe papierosy" i „stanowią jedno z najskuteczniejszych narzędzi wspomagających rzucanie palenia".[74] NHS zaznacza jednak, że stosowanie e-papierosów nie jest całkowicie nieszkodliwe i zaleca je wyłącznie dorosłym palaczom, którzy chcą zrezygnować z palenia papierosów. Dodaje jednak, że stosowanie e-papierosów „wystawia konsumentów na działanie znacznie mniejszej liczby toksyn (i w niższych stężeniach) niż palenie papierosów" i że „przestawienie się na stosowanie e-papierosów istotnie zmniejsza ekspozycję na toksyny, które mogą powodować raka, choroby płuc, a także choroby serca i układu krążenia, np. zawał serca i udar mózgu". NHS wyraźnie zaznacza również, że pełne korzyści ze stosowania e-papierosów osiągną jedynie osoby, którym uda się całkowicie rzucić palenie.

Konkluzje i perspektywy na przyszłość

Choć odsetek palaczy spada w Wielkiej Brytanii od wielu dziesięcioleci, blisko 50% redukcja udziału osób palących wśród dorosłych, która nastąpiła po wprowadzeniu e-papierosów na rynek w tym kraju, pokazuje pozytywny potencjał inicjatyw z zakresu redukcji szkód wywołanych paleniem tytoniu. Przykład Wielkiej Brytanii stanowi kolejny dowód na to, że wypuszczenie na rynek bezpieczniejszych wyrobów nikotynowych, takich jak e-papierosy, i zaoferowanie ich w przystępnej cenie sprawia, że coraz więcej palaczy decyduje się przestawić na tego rodzaju produkty.

Choć za gwałtownym wzrostem popularności e-papierosów stoją konsumenci, władze również dołożyły do tego swoją cegiełkę, publikując informacje naukowe na temat bezpieczeństwa e-papierosów w porównaniu ze zwykłymi papierosami, a także popierając i promując stosowanie e-papierosów jako narzędzia do rzucania palenia. Jak dotąd Wielka Brytania w dużej mierze uniknęła paniki moralnej związanej ze stosowaniem e-papierosów, która wpłynęła na decyzje polityczne w niektórych krajach, i nie spotkała się z takim stopniem retoryki antyvapingowej i wpływu na politykę ze strony prominentnych, ale niedoinformowanych fundacji filantropijnych, jak miało to miejsce w innych częściach świata.

Doświadczenia brytyjskie potwierdzają również doniesienia z Japonii, Szwecji, Norwegii i Nowej Zelandii na temat substytucji produktów na rynku wyrobów nikotynowych, które wskazują na to, że e-papierosy zastępują zwykłe papierosy. W rzeczy samej nasze prognozy sugerują, że wraz z dalszym spadkiem liczby osób palących odsetek dorosłej populacji korzystającej z e-papierosów przekroczy odsetek palaczy do 2025 roku.

Dalsze informacje na temat projektu globalnego stanu redukcji szkód wywołanych paleniem tytoniu Global State of Tobacco Harm Reduction oraz punktów ujętych w dokumencie informacyjnym GSTHR można uzyskać pod adresem info@gsthr.org

O nas: Knowledge•Action•Change (K•A•C) promuje redukcję szkód jako kluczową strategię zdrowia publicznego ugruntowaną w prawach człowieka. Zespół ma ponad czterdzieści lat doświadczenia w pracy nad

redukcją szkód związanych z narkotykami, HIV, paleniem, zdrowiem seksualnym i więziennictwem. K•A•C prowadzi projekt Global State of Tobacco Harm Reduction (GSTHR), który zajmuje się mapowaniem rozwoju i zastosowania redukcji szkód wywołanych paleniem tytoniu, dostępności i działań regulacyjnych dotyczących bezpieczniejszych wyrobów nikotynowych, a także powszechności palenia i powiązanej z nim śmiertelności, w ponad 200 krajach i rejonach na całym świecie. Wszelkie informacje i bieżące dane można znaleźć na https://gsthr.org

Nasi sponsorzy: Projekt GSTHR powstał dzięki dotacji Global Action to End Smoking (wcześniej znanej jako Foundation for a Smoke-Free World), niezależnej amerykańskiej organizacji non-profit 501(c)(3), której celem jest intensyfikacja wysiłków na rzecz zakończenia epidemii palenia tytoniu na całym świecie z wykorzystaniem metod bazujących na badaniach naukowych. Organizacja Global Action nie odegrała żadnej roli w opracowywaniu ani publikacji niniejszego dokumentu informacyjnego, a także w analizie i interpretacji danych, które zostały w nim wykorzystane. Wyłączną odpowiedzialność za treść, wybór i prezentację faktów, a także wszelkie opinie wyrażone w niniejszym dokumencie, ponoszą jego autorzy. Nie należy ich traktować jako odzwierciedlenia stanowiska Global Action to End Smoking.

---

1 Tobacco. James I & VI: How was tobacco viewed, consumed, and traded in the Stuart period? (b.d.). [Text]. *The National Archives*. Pobrano 21 sierpień 2024, z https://www.nationalarchives.gov.uk/education/resources/tobacco/.

2 Delamothe, T. (2012). Deaths from smoking: The avoidable holocaust. *BMJ*, *344*, e2029. https://doi.org/10.1136/bmj.e2029.

3 *Smoking Statistics*. (2023). [Fact sheet]. Action on Smoking and Health (ASH). https://ash.org.uk/resources/view/smoking-statistics.

4 The history of tobacco legislation. (2023, czerwiec 9). [Explainers. Tobacco]. *Association of Directors of Public Health (UK)*. https://www.adph.org.uk/resources/the-history-of-tobacco-legislation/.

5 RCP. (1962). *Smoking and health. A report of the Royal College of Physicians on smoking in relation to cancer of the lung and other diseases*. Royal College of Physicians. https://www.rcplondon.ac.uk/projects/outputs/smoking-and-health-1962.

6 James, J. (2024). Smoking, information, and education: The Royal College of Physicians and the new public health movement. *Journal of Policy Analysis and Management*, *43*(2), 446–471. https://doi.org/10.1002/pam.22508.

7 Thun, M., Peto, R., Boreham, J., & Lopez, A. D. (2012). Stages of the cigarette epidemic on entering its second century. *Tobacco Control*, *21*(2), 96–101. https://doi.org/10.1136/tobaccocontrol-2011-050294.

8 *The Tobacco Industry and the Health Risks of Smoking* (Second Report; Select Committee on Health). (2000). UK Parliament. https://publications.parliament.uk/pa/cm199900/cmselect/cmhealth/27/2708.htm.

9 *Adult smoking habits in the UK: 2022*. (2023). [ONS Statistical Bulletin]. Office for National Statistics. https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandlifeexpectancies/bulletins/adultsmokinghabitsingreatbritain/2022.

10 Creating a smokefree generation and tackling youth vaping: What you need to know – Department of Health and Social Care Media Centre. (2024, kwiecień 15). *Department of Health and Social Care.*. https://healthmedia.blog.gov.uk/2024/04/15/creating-a-smokefree-generation-and-tackling-youth-vaping-what-you-need-to-know/.

11 Office for Health Improvement and Disparities (OHID). (2022a, kwiecień 5). *Smoking and tobacco: Applying All Our Health* [Guidance]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/smoking-and-tobacco-applying-all-our-health/smoking-and-tobacco-applying-all-our-health.

12 Public Health England. (2014). *Electronic cigarettes: Reports commissioned by PHE* [Research and analysis]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/electronic-cigarettes-reports-commissioned-by-phe.

13 *Lung cancer statistics*. (2024). Cancer Research UK. https://www.cancerresearchuk.org/health-professional/cancer-statistics/statistics-by-cancer-type/lung-cancer.

14 *Smoking—Health Trends in England*. (2024). Public Health England - Fingertips. https://fingertips.phe.org.uk/static-reports/health-trends-in-england/England/smoking.html.

15 *Statistics on Smoking, England 2020*. (2020, grudzień 8). NHS England Digital. https://digital.nhs.uk/data-and-information/publications/statistical/statistics-on-smoking/statistics-on-smoking-england-2020.

16 *Smoke-free generation: Tobacco control plan for England*. (2020). [Policy paper]. Department of Health and Social Care. https://www.gov.uk/government/publications/towards-a-smoke-free-generation-tobacco-control-plan-for-england.

17 Atkins, V., & Sunak, R. (2024, marzec 20). *Smokefree generation one step closer as bill introduced* [Press release]. Department of Health and Social Care. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/news/smokefree-generation-one-step-closer-as-bill-introduced.

18 Rooke, C., Cloatre, E., & Dingwall, R. (2012). The regulation of nicotine in the United Kingdom: How nicotine gum came to be a medicine, but not a drug. *Journal of Law and Society*, *39*(1), 39–57. https://doi.org/10.1111/j.1467-6478.2012.00569.x.

19 *1st Nicotine Patch Launched in UK*. (1992, czerwiec 7). The Pharma Letter https://www.thepharmaletter.com/1st-nicotine-patch-launched-in-uk.

20 Shahab, L., Dobbie, F., Hiscock, R., McNeill, A., & Bauld, L. (2017). Prevalence and Impact of Long-term Use of Nicotine Replacement Therapy in UK Stop-Smoking Services: Findings From the ELONS Study. *Nicotine & Tobacco Research*, *20*(1), 81–88. https://doi.org/10.1093/ntr/ntw258.

[21] *Stop smoking treatments*. (2022, listopad 2). Nhs.Uk. https://www.nhs.uk/conditions/stop-smoking-treatments/.
[22] *Using NRT in United Kingdom*. (2022, wrzesień 2). Global State of Tobacco Harm Reduction. https://gsthr.org/countries/profile/gbr/5/.
[23] *Public Health England, 2014*.
[24] Shapiro, H. (2022). *The Right Side of History: The Global State of Tobacco Harm Reduction 2022* (Nr 3; GSTHR Major Reports). Knowledge-Action-Change. https://gsthr.org/resources/thr-reports/the-right-side-of-history/.
[25] Rough, E. (2024). *The Regulation of E-Cigarettes*. House of Commons Library. https://commonslibrary.parliament.uk/research-briefings/cbp-8114/.
[26] *Electronic Cigarettes. Volume 508: Debated on Wednesday 7 April 2010*. (2010, kwiecień 7). [Hansard]. UK Parliament. https://hansard.parliament.uk/commons/2010-04-07/debates/10040762000014/ElectronicCigarettes.
[27] Shapiro, 2022.
[28] Department of Health and Social Care. (2015, lipiec 9). *Rules about tobacco, e-cigarettes and smoking: 1 October 2015* [Guidance]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/new-rules-about-tobacco-e-cigarettes-and-smoking-1-october-2015/new-rules-about-tobacco-e-cigarettes-and-smoking-1-october-2015.
[29] Rough, 2024.
[30] *E-cigarette vaping in United Kingdom*. (2024). Global State of Tobacco Harm Reduction. https://gsthr.org/countries/profile/gbr/2/.
[31] Department of Health and Social Care. (2022). *Explanatory Memorandum for European Union Legislation within the Scope of the UK/EU Withdrawal Agreement and Northern Ireland Protocol*. Department of Health and Social Care. https://assets.publishing.service.gov.uk/media/62ea8b91d3bf7f75b50d4fa0/220725_Explanatory_Memorandum_-_Heated_Tobacco_Products.pdf.
[32] *Evidence review of e-cigarettes and heated tobacco products 2018: Executive summary*. (2018, marzec 2). [Research and analysis]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/e-cigarettes-and-heated-tobacco-products-evidence-review/evidence-review-of-e-cigarettes-and-heated-tobacco-products-2018-executive-summary.
[33] Tattan-Birch, H., Jackson, S. E., Dockrell, M., & Brown, J. (2022). Tobacco-free Nicotine Pouch Use in Great Britain: A Representative Population Survey 2020–2021. *Nicotine & Tobacco Research*, *24*(9), 1509–1512. https://doi.org/10.1093/ntr/ntac099.
[34] *Awareness and use of nicotine pouches*. (2022). Action on Smoking and Health (ASH). https://ash.org.uk/resources/view/awareness-and-use-of-nicotine-pouches.
[35] „Creating a smokefree generation and tackling youth vaping", 2024.
[36] *Awareness and use of nicotine pouches*, 2022.
[37] M Jackson, J., Weke, A., & Holliday, R. (2023). Nicotine pouches: A review for the dental team. *British Dental Journal*, *235*(8), 643–646. https://doi.org/10.1038/s41415-023-6383-7.
[38] Hautala, H. (2020, styczeń 4). *Parliamentary question | Sale of snus in Sweden, and monitoring thereof | E-002014/2020*. European Parliament. https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/E-9-2020-002014_EN.html.
[39] *House of Commons—Standards and Privileges—First Report. VI. Summarizing the Evidence—Continued*. (1997, lipiec 8). UK Parliament. https://publications.parliament.uk/pa/cm199798/cmselect/cmstnprv/030i/sp0133.htm.
[40] Snowdon, C. (2011). *The Art of Suppression: Pleasure, Panic and Prohibition Since 1800*. Little Dice, pp. 145–53.
[41] *Adult smoking habits in the UK: 2018*. (2019). [ONS Statistical Bulletin]. Office for National Statistics. https://www.ons.gov.uk/releases/adultsmokinghabitsintheuk2018.
[42] *Use of e-cigarettes (vapes) among adults in Great Britain*. (2023). [ASH Fact Sheet]. Action on Smoking and Health (ASH). https://ash.org.uk/uploads/Use-of-e-cigarettes-among-adults-in-Great-Britain-2023.pdf.
[43] *Smoking, vaping, HTP, NRT and snus in United Kingdom*. (2024). Global State of Tobacco Harm Reduction. https://gsthr.org/countries/profile/gbr/.
[44] *Adult smoking habits in the UK: 2015*. (2017). [ONS Statistical Bulletin]. Office for National Statistics. https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandlifeexpectancies/bulletins/adultsmokinghabitsingreatbritain/2015.
[45] *Adult smoking habits in the UK: 2022*, 2023.
[46] *Use of e-cigarettes (vapes) among adults in Great Britain*. (2024). [ASH Fact Sheet]. Action on Smoking and Health (ASH). https://ash.org.uk/uploads/Use-of-e-cigarettes-among-adults-in-Great-Britain-2023.pdf.
[47] Office for Health Improvement and Disparities (OHID). (2022b, wrzesień 29). *Nicotine vaping in England: 2022 evidence update main findings*. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/nicotine-vaping-in-england-2022-evidence-update/nicotine-vaping-in-england-2022-evidence-update-main-findings.
[48] *Use of e-cigarettes (vapes) among adults in Great Britain*, 2023.
[49] *Tax on shopping and services*. (b.d.). GOV.UK. Pobrano 22 sierpień 2024, z https://www.gov.uk/tax-on-shopping/alcohol-tobacco.
[50] Zeffman, H., & Seddon, P. (2024, luty 27). Ministers consider new vaping tax at Budget. *BBC News*.. https://www.bbc.com/news/uk-politics-68411690.
[51] *Smokers who switch to e-cigarettes could save £780 a year*. (2019, czerwiec 26). UCL News. https://www.ucl.ac.uk/news/2019/jun/smokers-who-switch-e-cigarettes-could-save-ps780-year.
[52] HM Treasury. (2024, marzec 6). *Vaping Products Duty consultation*. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/consultations/vaping-products-duty-consultation.
[53] HM Revenue & Customs. (2024, marzec 6). *Executive summary: Understanding the vaping market* [Research and analysis]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/understanding-the-vaping-market/executive-summary-understanding-the-vaping-market.
[54] Cairney, P. (2019). The Transformation of UK Tobacco Control. W P. 't Hart & M. Compton (Red.), *Great Policy Successes*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/oso/9780198843719.003.0005.

[55] „The history of tobacco legislation", 2023.
[56] O'Connor, R. (2015, październik 16). Health Matters – The importance of creating sustainable stop smoking services – UK Health Security Agency. *UK Health Security Agency*. https://ukhsa.blog.gov.uk/2015/10/16/health-matters-the-importance-of-creating-sustainable-stop-smoking-services/.
[57] *Smoking Kills. A White Paper on Tobacco*. (1998). The Stationery Office. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/publications/a-white-paper-on-tobacco.
[58] *Smoke-free Scotland—Guidance on smoking policies for the NHS, local authorities and care service providers. 2 Scotland's smoke-free legislation and how to comply—The legal imperative*. (2005, grudzień 21). [Advice and guidance]. Scottish Government. https://www.gov.scot/publications/smoke-free-scotland-guidance-smoking-policies-nhs-local-authorities-care-service-providers/pages/5/.
[59] Cairney, 2019.
[60] Joossens, L. (2021). *The 2021 Tobacco Control Scale*. Association of European Cancer Leagues (ECL). https://www.cancer.eu/tobacco-control-scale/.
[61] Balogun, B., & Harker, R. (2024). *The smokefree 2030 ambition for England*. UK Parliament. House of Commons Library. https://commonslibrary.parliament.uk/research-briefings/cbp-9655/.
[62] „Creating a smokefree generation and tackling youth vaping", 2024.
[63] *The King's Speech 2024*. (2024, lipiec 17). GOV.UK. https://www.gov.uk/government/speeches/the-kings-speech-2024.
[64] McEwen, A., McRobbie, H., Ross, L., & Soar, K. (2023). *Vaping: A guide for health and social care professionals*. National Centre for Smoking Cessation and Training (NCSCT), produced in conjunction with the Office for Health Improvement and Disparities. https://www.ncsct.co.uk/publications/Vaping_briefing.
[65] McNeill A, Brose LS, Calder R, Hitchman SC, & McNeill A, Brose LS, Calder R, Hitchman SC. (2015). *E-cigarettes: An evidence update*. Public Health England. https://www.gov.uk/government/publications/e-cigarettes-an-evidence-update.
[66] *Stoptober 2017 campaign evaluation*. (2018). Public Health England (PHE). https://assets.publishing.service.gov.uk/media/5baba111e5274a3de6c2fd12/Stoptober_2017_campaign_evaluation.pdf.
[67] E-cigarettes „should be on prescription". (2018, luty 6). *BBC*. https://www.bbc.com/news/health-42950607.
[68] Press Association. (2019, lipiec 10). Vape shops open in two UK hospitals to help smokers kick the habit. *The Guardian*. https://www.theguardian.com/society/2019/jul/10/vape-shops-hospital-smokers-kick-habit-west-midlands.
[69] *E-cigarettes could be prescribed on the NHS in world first*. (2021, październik 29). Department of Health and Social Care and Office for Health Improvement and Disparities. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/news/e-cigarettes-could-be-prescribed-on-the-nhs-in-world-first.
[70] *Vaping to quit smoking—Better Health*. (2022, wrzesień 20). Nhs.Uk. https://www.nhs.uk/better-health/quit-smoking/vaping-to-quit-smoking/.
[71] *Starter vape packs to be handed out in hospitals*. (2021, kwiecień 29). University of East Anglia. https://www.uea.ac.uk/about/news/article/starter-vape-packs-to-be-handed-out-in-hospitals.
[72] Hartmann-Boyce, J., McRobbie, H., Butler, A. R., Lindson, N., Bullen, C., Begh, R., Theodoulou, A., Notley, C., Rigotti, N. A., Turner, T., Fanshawe, T. R., & Hajek, P. (2021). Electronic cigarettes for smoking cessation. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, *9*. https://doi.org/10.1002/14651858.CD010216.pub6.
[73] Department of Health and Social Care & Neil O'Brien MP. (2023, kwiecień 11). *Smokers urged to swap cigarettes for vapes in world first scheme* [Press release]. GOV.UK. https://www.gov.uk/government/news/smokers-urged-to-swap-cigarettes-for-vapes-in-world-first-scheme.
[74] *Vaping to quit smoking—Better Health*, 2022.