

Global State of Tobacco Harm Reduction



Od papierosów przez tabakę po saszetki nikotynowe: nietypowy model redukcji szkód wywołanych paleniem tytoniu przyjęty w Islandii

Oliver Porritt

Listopad
2025

WIĘCEJ PUBLIKACJI ZNAJDZIESZ NA [GSTHR.ORG](https://www.gsthr.org)



[gsthr.org](https://www.gsthr.org)



[@globalstatethr](https://twitter.com/globalstatethr)



[@gsthr](https://www.facebook.com/gsthr)



[@gsthr](https://www.youtube.com/gsthr)



[@gsthr.org](https://www.instagram.com/gsthr.org)



Creative Commons
Attribution (CC BY)



Wprowadzenie

W ciągu ostatnich kilku dekad w krajach skandynawskich odnotowano gwałtowny spadek liczby palaczy, co doskonale uwidacznia potencjał redukcji szkód wywołanych paleniem tytoniu w zakresie szybkiego ograniczenia liczby osób palących i stanowi przykład do naśladowania dla całej Europy. Podczas gdy w Szwecji i Norwegii snus staje się coraz chętniej wybieraną odskocznią dla osób pragnących rzucić palenie, Islandczycy zaczęli sięgać po inne rodzaje bezpieczniejszy wyrobów nikotynowych i to właśnie na nich skupia się niniejszy dokument informacyjny.

Jak przedstawia się historia stosowania wyrobów tytoniowych w Islandii?

Tak jak w przypadku wielu innych krajów europejskich, tytoń pojawił się w Islandii w XVII wieku,¹ a papierosy stały się popularne na początku XX wieku. Tabaka, wyrób przeznaczony do zażywania przez nos, lecz przyjmowany przez Islandczyków przeważnie doustnie,² jest dostępna co najmniej od lat 40. ubiegłego wieku,³ a w ostatnich latach na rynek weszły e-papierosy i saszetki nikotynowe. W kraju można też nabyć podgrzewane wyroby tytoniowe, ale za to sprzedaż snusu jest nielegalna.

Jakie są skutki zażywania tytoniu?

Choć odsetek palaczy w Islandii systematycznie spada co najmniej od lat 80. ubiegłego wieku, palenie tytoniu zostało powiązane z 17% wszystkich zgonów w tym kraju odnotowanych w 2019 r.⁴ Inne badania wykazały, że 11,3% wszystkich zgonów w Islandii w 2021 r. było spowodowanych paleniem tytoniu (13,5% wśród mężczyzn i 9,2% wśród kobiet).⁵ Szacuje się, że ekonomiczny koszt palenia i ogólnej konsumpcji tytoniu w Islandii wynosi rocznie ponad 33 mld koron islandzkich (co odpowiada około 948,5 mln złotych polskich).⁶

Jakie wysiłki podjęto w celu rozwiązania problemu palenia papierosów w Islandii?

Islandia jest światowym liderem w zakresie prawnej regulacji wyrobów tytoniowych już od lat 60. XX wieku. W 1969 r. Islandia była drugim krajem na świecie, w którym wprowadzono wymóg umieszczania ostrzeżeń zdrowotnych na paczkach papierosów.⁷ W 1971 roku Islandia była pierwszym krajem, w który zakazano reklamy wyrobów tytoniowych w środkach masowego przekazu, w kinach i na zewnątrz.⁸ Był to również pierwszy kraj, w którym wprowadzono graficzne ostrzeżenia zdrowotne (w 1985 r.),⁹ a także w którym zakazano umieszczania wyrobów tytoniowych i powiązanych z nimi znaków towarowych w widocznych dla klientów miejscach w punktach sprzedaży (w 2001 r.).¹⁰

Ponadto w ramach ogólnokrajowej kampanii podnoszenia świadomości na temat zagrożeń zdrowotnych związanych z paleniem zaczęto organizować dni „bez dymu tytoniowego” – po raz pierwszy w 1979 r.

choć odsetek palaczy w Islandii systematycznie spada co najmniej od lat 80. ubiegłego wieku, palenie tytoniu zostało powiązane z 17% wszystkich zgonów w tym kraju odnotowanych w 2019 r.

Islandia była pierwszym państwem, w którym wprowadzono graficzne ostrzeżenia zdrowotne (w 1985 r.), a także w którym zakazano umieszczania wyrobów tytoniowych i powiązanych z nimi znaków towarowych w widocznych dla klientów miejscach w punktach sprzedaży (w 2001 r.)

W 1984 r. rząd zakazał palenia w miejscach pracy, w 1996 r. zdelegalizował sprzedaż tytoniu osobom poniżej 18. roku życia, a w 2007 r. wprowadził całkowity zakaz palenia w miejscach publicznych.¹¹ Islandia była również jednym z pierwszych krajów, które ratyfikowały Ramową konwencję o ograniczeniu użycia tytoniu Światowej Organizacji Zdrowia w 2004 r.¹²

Począwszy od lat 70. XX wieku w Islandii inwestowano w szereg działań mających na celu ograniczenie odsetka palaczy. W 1972 roku ostrzeżenia na wyrobach tytoniowych zostały zastąpione celowym podatkiem od wyrobów tytoniowych, którego wysokość odpowiadała 0,2% ogólnokrajowej sprzedaży wyrobów tytoniowych brutto.¹³ Uważano, że ostrzeżenia na opakowaniach nie docierają do grupy docelowej, czyli młodych Islandczyków. Tymczasem środki pozyskane z nowo wprowadzonego podatku zostały przeznaczone na bezpośrednią edukację dzieci i młodzieży na temat szkodliwego wpływu palenia na zdrowie, a także na kampanie reklamowe w mediach. Z kolei w 2001 r. uchwalono przepisy podwyższające wspomniany podatek, co oznaczało, że rząd musiał przeznaczać co najmniej 0,9% środków ze sprzedaży wyrobów tytoniowych brutto na ograniczanie konsumpcji tytoniu. W ten sposób wydatki na ten cel ponoszone w Islandii w przeliczeniu na jednego mieszkańca stały się najwyższe w Europie.¹⁴ Doprowadziło to do tego, że w 2016 r. Islandia zajęła trzecie miejsce w Europie, jeśli chodzi o najbardziej kompleksowe strategie ograniczania konsumpcji tytoniu,¹⁵ choć do 2021 r. spadła na ósme miejsce zgodnie z europejską skalą European Tobacco Control Scale.¹⁶

Islandzki model profilaktyki pierwotnej w zakresie zażywania substancji psychoaktywnych również odegrał rolę w zmianie ogólnego nastawienia do palenia tytoniu. Został on wprowadzony w latach 90. XX wieku i opiera się na „współpracy poprzez zaangażowanie społeczności, rodziny i szkoły oraz prospołeczny, pozytywny rozwój młodzieży (PYD – z ang. Positive Youth Development)” w celu wspólnego zapobiegania zażywaniu substancji psychoaktywnych.¹⁷ Od momentu wdrożenia model przyczynił się do wykształcenia „ugruntowanej normy społecznej wśród islandzkiej młodzieży, zgodnie z którą palenie papierosów i konsumpcja tytoniu są zjawiskami niekorzystnymi dla zdrowia i należy się ich wystrzegać za wszelką cenę”.¹⁸

Jak na przestrzeni lat zmienił się odsetek palaczy i jak wpłynęło to na zdrowie publiczne?

Coroczne badania przeprowadzane przez Dyрекcję Zdrowia Islandii od 1989 r. pokazują, że odsetek palaczy systematycznie spadał przez ostatnie 35 lat. W 1989 roku 34,2% dorosłych w wieku od 18 do 69 lat paliło codziennie.¹⁹ Do 2000 roku odsetek ten spadł do 25%. W 2015 r. odnotowano dalszy spadek do 11,5%, a najnowsze badanie przeprowadzone w 2024 r. wykazało, że tylko 5,6% dorosłych Islandczyków w wieku 18–69 lat pali na co dzień. Oczekuje się, że Islandia wkrótce uzyska status „państwa wolnego od dymu tytoniowego”, który zostaje przyznany, gdy odsetek osób palących codziennie w danym kraju wynosi nie więcej niż 5%.

Islandia przeznaczając najwięcej środków na walkę z tytoniem w przeliczeniu na jednego mieszkańca w Europie i zajęła trzecie miejsce na liście krajów europejskich o najbardziej kompleksowej polityce antytytoniowej w 2016 r.

oczekuje się, że Islandia wkrótce uzyska status „państwa wolnego od dymu tytoniowego”, który zostaje przyznany, gdy odsetek osób palących codziennie w danym kraju wynosi nie więcej niż 5%

Spadek liczby palaczy wiąże się z istotnymi korzyściami dla zdrowia publicznego. Szacuje się, że w latach 1995–2015 liczba zgonów spowodowanych paleniem tytoniu w Islandii zmniejszyła się o jedną trzecią.²⁰ Badania wykazały również, że śmiertelność z powodu choroby niedokrwiennej serca spadła w latach 1981–2006 o 80% wśród dorosłych w wieku 25–74 lat, przy czym 22% tego spadku wynikało z ograniczenia odsetka palaczy.²¹

W ostatnich latach odnotowano analogiczny spadek zachorowań na inne schorzenia związane z paleniem tytoniu. Dane z bazy danych globalnego obciążenia chorobami (GBD – z ang. Global Burden of Disease) pokazują, że w przypadku obu płci śmiertelność z powodu raka płuc spadła z nieco ponad 33 zgonów na 100 tys. w 2010 r. do nieco ponad 26 zgonów na 100 tys. w 2020 r.²² Jednak, co istotniejsze, jeśli przyjrzymy się samej umieralności na raka płuc u mężczyzn, zauważymy, że wspomniany wskaźnik spadł niemal o połowę, z nieco ponad 40 zgonów na 100 tys. w późnych latach 80. XX wieku do nieco ponad 22 zgonów na 100 tys. w 2020 roku. Podobnie jest w przypadku wskaźnika zgonów z powodu POChP u islandzkich mężczyzn, który spadł z ponad 25 zgonów na 100 tys. w 1986 r. do nieco ponad 14 zgonów na 100 tys. w 2020 r.

Które alternatywne wyroby nikotynowe cieszą się największą popularnością i ile osób po nie sięga?

Chociaż snus istotnie przyczynił się do zmniejszenia liczby palaczy w innych krajach nordyckich, tj. w Norwegii i Szwecji, ten bezpieczniejszy wyrób nikotynowy jest w Islandii nielegalny. Chociaż Islandia nie należy do Unii Europejskiej (UE), stanowi część Europejskiego Obszaru Gospodarczego (EOG) i włączyła niektóre środki ujęte w unijnej dyrektywie w sprawie wyrobów tytoniowych do ustawodawstwa krajowego, włączając w to zakaz sprzedaży snusu.

Jeszcze do niedawna najczęściej stosowanym wyrobem nikotynowym przyjmowanym doustnie w Islandii była tabaka.²³ Jest to produkt z założenia przeznaczony do wciągania przez nos, ale wielu Islandczyków przyjmuje go doustnie. Tabaka zyskała na znaczeniu w 2010 roku, a raporty z lipca 2014 roku wykazały, że jej konsumpcja wzrosła o 36% w ciągu poprzednich sześciu miesięcy w porównaniu do tego samego okresu w 2013 roku.²⁴ Jednak zaledwie kilka lat później sprzedaż tabaki spadła z 46 ton w 2019 r. do 12,6 ton w 2022 r.,²⁵ przy czym za główną przyczynę tej tendencji uznaje się rosnącą popularność saszetek nikotynowych. W ostatnich latach zanotowano spadek osób sięgających po tabakę – z 5% dorosłych w 2020 r. do 1,2% w 2023 r.²⁶

Dla porównania w 2024 r. prawie 12% pełnoletnich Islandczyków (osób, które ukończyły 18 lat) codziennie sięgało po saszetki nikotynowe, co stanowiło wzrost względem 9% w 2021 r.²⁷ Oznacza to, że saszetki nikotynowe są obecnie najpopularniejszymi wyrobami nikotynowymi w Islandii, a osób, które je zażywają, jest ponad dwa razy więcej niż palaczy. Łącznie 16,3% mężczyzn, którzy ukończyli 18 lat, stosowało saszetki nikotynowe na co dzień w 2024 r., a w przypadku kobiet było

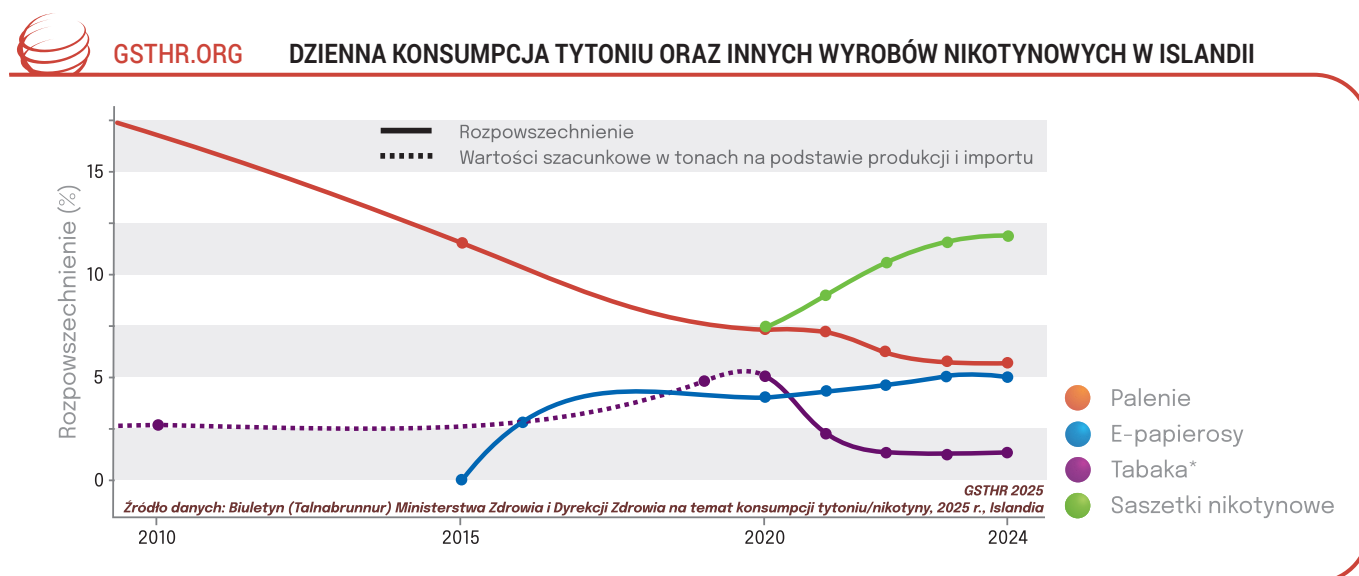
szacuje się, że w latach 1995–2015 liczba zgonów spowodowanych paleniem tytoniu w Islandii zmniejszyła się o jedną trzecią



saszetki nikotynowe są obecnie najpopularniejszymi wyrobami nikotynowymi w Islandii, a osób, które je zażywają, jest ponad dwa razy więcej niż palaczy

to 6,8%. W przedziale wiekowym od 18 do 34 lat aż 32% mężczyzn i 21% kobiet codziennie sięgało po ten wyrób. Dane z 2024 r. wykazały, że odsetek osób codziennie zażywających saszetki nikotynowe wzrósł we wszystkich grupach wiekowych, z wyjątkiem osób mających co najmniej 55 lat. W ostatniej dekadzie zaobserwowano również wzrost popularności e-papierosów: w tym przypadku odsetek stosujących je osób, które ukończyły 18 lat, zmienił się z 2,8% w 2016 roku do 5% w 2024 roku.²⁸

Rys. 1.



Jak wygląda kwestia regulacji i opodatkowania wyrobów tytoniowych i bezpieczniejszych wyrobów nikotynowych?

Papierosy i tabaka regulowane są ustawą o ograniczeniu konsumpcji tytoniu (Tobacco Control Act), podczas gdy saszetki nikotynowe i e-papierosy – ustawą o wyrobach nikotynowych, e-papierosach i wkładach do e-papierosów (Act on nicotine products, electronic cigarettes and refill containers for electronic cigarettes),²⁹ przy czym saszetki nikotynowe zostały objęte tą ustawą w 2022 r. ze względu na obawy związane z ich rosnącą popularnością wśród młodzieży. W przypadku saszetek nikotynowych oznacza to zakaz reklamy, limit wieku (minimum 18 lat) i zakaz stosowania w miejscach, w których przebywają dzieci i młodzież. Prawo dopuszcza również zakaz stosowania aromatów w saszetkach nikotynowych, ale na ten moment nie został on jeszcze wprowadzony.



Wiek uprawniający do zakupu e-papierosów zawierających nikotynę również ustalono na 18 lat, a produkty muszą być opatrzone stosownymi ostrzeżeniami zdrowotnymi. A choć opakowania nie muszą być neutralne i jednolite, nie mogą być atrakcyjne dla osób niepełnoletnich. Kwestia dodatków smakowych nie została uregulowana. Reklamowanie i promowanie e-papierosów jest zasadniczo zabronione, ale tego typu wyroby mogą być wystawiane w specjalnych punktach sprzedaży detalicznej, w których sprzedawane są wyłącznie e-papierosy i powiązane z nimi produkty. Ponadto nie można stosować e-papierosów w miejscach, w których odbywają się zajęcia i atrakcje dla dzieci i młodzieży. Jak już wspomnieliśmy, sprzedaż wyrobów tytoniowych osobom, które nie ukończyły 18. roku życia, stała się nielegalna w Islandii w 1996 roku, a całkowity zakaz palenia w miejscach publicznych został wprowadzony w 2007 roku.

Jeśli chodzi o opodatkowanie, od początku 2025 r. paczka 20 papierosów zaczęła podlegać podatkowi w wysokości 758,95 ISK (około 22 zł).³⁰ Dla porównania, paczka 20 papierosów Marlboro kosztuje średnio 1650 ISK (około 47,5 zł).³¹

Od początku 2025 r. saszetki nikotynowe podlegają opodatkowaniu, które różni się w zależności od zawartości nikotyny. Podatek waha się od 8 ISK (0,23 zł) za gram saszetki (w przypadku saszetek z niską zawartością nikotyny) do 20 ISK (0,58 zł) za gram saszetki (w przypadku saszetek z najwyższą zawartością nikotyny – 16,1–20,0 mg nikotyny / g produktu).³² Islandia to na ten moment jedyny kraj skandynawski, w którym wprowadzono limit zawartości nikotyny w saszetkach, wynoszący 20 miligramów nikotyny na gram produktu.³³

E-liquidy zawierające nie więcej niż 12 miligramów nikotyny są opodatkowane na poziomie 40 ISK (1,15 zł) za mililitr e-liquidu, podczas gdy te zawierające więcej niż 12 miligramów nikotyny są opodatkowane w wysokości 60 ISK (1,75 zł) za mililitr e-liquidu.³⁴

Wygląda na to, że za wzrost popularności saszetek nikotynowych w Islandii odpowiada nie tylko ich zwiększona dostępność, ale także fakt, że podlegają odmiennemu opodatkowaniu.³⁵ Wspomniane różnice doprowadziły do tego, że obecnie saszetki nikotynowe są znacznie tańszą opcją, kosztując średnio 40 ISK za gram (ok. 1,15 zł), w porównaniu do 80 ISK za gram (ok. 2,3 zł) w przypadku tabaki.³⁶

Islandia to na ten moment jedyny kraj skandynawski, w którym wprowadzono limit zawartości nikotyny w saszetkach



różnice w opodatkowaniu doprowadziły do tego, że obecnie saszetki nikotynowe są znacznie tańszą opcją od tabaki

Najważniejsze konkluzje i perspektywy na przyszłość

Odsetek osób palących wśród dorosłych Islandczyków jest jednym z najniższych na świecie, częściowo dzięki wczesnemu przyjęciu środków ograniczających konsumpcję tytoniu w tym kraju i długotrwałym inwestycjom w edukację na temat skutków palenia. Podobnie jak w przypadku Szwecji i Norwegii, gdzie sukces odniósł snus, w dobie odchodzenia od papierosów w Islandii najchętniej sięga się po bezpieczniejsze wyroby nikotynowe przyjmowane doustnie. Na początku Islandczycy zaczęli zażywać tabakę, przyjmując ją doustnie zamiast donosowo, a gdy tylko pojawiły się bezpieczniejsze alternatywy w postaci saszetek nikotynowych i e-papierosów, błyskawicznie się upowszechniły. Obecnie dwa razy więcej osób sięga po saszetki nikotynowe niż po papierosy, a osób stosujących e-papierosy jest już prawie tyle samo co palaczy. Należy przeprowadzić dalsze badania, aby dokładnie przeanalizować zaistniałe zmiany, ale wydaje się, że wielu Islandczyków przestawiło się z papierosów na tabakę, a następnie z tabaki na saszetki nikotynowe, kierując się kryterium obniżania ryzyka dla zdrowia – od najbardziej do najmniej szkodliwego wyrobu nikotynowego.

Ta sytuacja jasno obrazuje, co można osiągnąć, gdy bezpieczniejsze wyroby nikotynowe są łatwo dostępne, przystępne cenowo, zgodne z normami bezpieczeństwa i jakości oraz akceptowalne społecznie. Wygląda jednak na to, że obawy związane z zażywaniem saszetek nikotynowych przez młodzież mogą przyczynić się do spowolnienia wzrostu popularności tego produktu. Choć papierosy podlegają znacznie wyższemu opodatkowaniu niż wszystkie bezpieczniejsze wyroby nikotynowe, wydaje się, że niedawna zmiana polegająca na opodatkowaniu saszetek nikotynowych stosownie do zawartości nikotyny nie przeszła bez echa. Według Dyrekcji Zdrowia Islandii wstępne wyniki badań wskazują, że odsetek osób stosujących saszetki nikotynowe spadł w pierwszym kwartale 2025 r.³⁷ Kluczowym czynnikiem wzrostu popularności saszetek nikotynowych była ich względna przystępność cenowa w porównaniu z tabaką, dlatego ważne jest, aby rząd Islandii utrzymywał opodatkowanie bezpieczniejszych wyrobów nikotynowych na poziomie, który zachęca do stosowania ich w miejsce bardziej szkodliwych alternatyw.

niski odsetek osób palących wśród Islandczyków obrazuje, co można osiągnąć, gdy bezpieczniejsze wyroby nikotynowe są łatwo dostępne, przystępne cenowo, zgodne z normami bezpieczeństwa i jakości oraz akceptowalne społecznie

ważne jest, aby rząd Islandii utrzymywał opodatkowanie bezpieczniejszych wyrobów nikotynowych na poziomie, który zachęca do stosowania ich w miejsce bardziej szkodliwych alternatyw

Źródła

- ¹ Lucas, G., & Jónsson, J. (2024). *Smoke, Sniff, Chew. Tobacco Consumption in Iceland During the Seventeenth–Nineteenth Centuries* (s. 141–155). https://doi.org/10.1007/978-3-031-71257-9_6.
- ² Júlíusson, Þ. S. (2017, sierpnia 1). *ÁTVR greinir ekki á milli munntóbaks og neftóbaks*. Kjarninn. <https://kjarninn.is/skyring/2017-07-31-atvr-greinir-ekki-milli-munntobaks-og-neftobaks/>.
- ³ Icelandic Snuff Sales Hurt By Pouches. (2024, maja 24). *Tobacco Reporter*. <https://tobaccoreporter.com/2024/05/24/icelandic-snuff-sales-hurt-by-pouches/>.
- ⁴ *Iceland: Country Health Profile 2023*. (2023). [Country profile]. European Observatory on Health Systems and Policies. <https://eurohealthobservatory.who.int/publications/m/iceland-country-health-profile-2023>.
- ⁵ Iceland. (b.d.-a). *Tobacco Atlas*. Pobrano 9 września 2025, z <https://tobaccoatlas.org/factsheets/iceland/>.
- ⁶ „Iceland”, b.d.-a.
- ⁷ Hiilamo, H., Crosbie, E., & Glantz, S. A. (2014). The evolution of health warning labels on cigarette packs: The role of precedents, and tobacco industry strategies to block diffusion. *Tobacco control*, 23(1), 10.1136/tobaccocontrol-2012-050541. <https://doi.org/10.1136/tobaccocontrol-2012-050541>.
- ⁸ Ltd, B. P. G. (2007). Iceland: A pioneer's saga. *Tobacco Control*, 16(6), 364–364. <https://tobaccocontrol.bmj.com/content/16/6/364.1>
- ⁹ Hiilamo, Crosbie, & Glantz, 2014.
- ¹⁰ Scheffels, J., & Lavik, R. (2013). Out of sight, out of mind? Removal of point-of-sale tobacco displays in Norway. *Tobacco Control*, 22(e1), e37–e42. <https://doi.org/10.1136/tobaccocontrol-2011-050341>.
- ¹¹ Andersen, K. (2013). *Country report Iceland—December 2013*. European Society of Cardiology (EACPR). <https://www.escardio.org/static-file/Escardio/Subspecialty/EACPR/iceland-country-report.pdf>.
- ¹² Iceland. (b.d.-b). *Health Promotion Fund Resource Hub*. Pobrano 9 września 2025, z <https://hpfhub.info/using-health-promotion-funding/what-is-the-impact-of-a-dedicated-fund/iceland/>.
- ¹³ „Iceland”, b.d.-b.
- ¹⁴ OECD, European Observatory on Health Systems and Policies, & European Commission. (2019). *Iceland: Country Health Profile 2019 – State of Health in the EU*. OECD Publishing / European Observatory on Health Systems and Policies. https://health.ec.europa.eu/system/files/2019-11/2019_chp_is_english_0.pdf.
- ¹⁵ Joossens, L., & Raw, M. (2017). *The tobacco control scale 2016 in Europe*. [Report]. Association of European Cancer Leagues. <https://www.drugsandalcohol.ie/28938/>.
- ¹⁶ *Results 2021—Tobacco Control Scale*. (2022). <https://tobaccocontrolscale.org/results-2021/>.
- ¹⁷ Meyers, C. C. A., Mann, M. J., Thorisdottir, I. E., Ros Garcia, P., Sigfusson, J., Sigfusdottir, I. D., & Kristjánsson, A. L. (2023). Preliminary impact of the adoption of the Icelandic Prevention Model in Tarragona City, 2015–2019: A repeated cross-sectional study. *Frontiers in Public Health*, 11, 1117857. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1117857>.
- ¹⁸ Raitasalo, K., Bye, E. K., Pisinger, C., Scheffels, J., Tokle, R., Kinnunen, J. M., Ollila, H., & Rimpelä, A. (2022). Single, Dual, and Triple Use of Cigarettes, e-Cigarettes, and Snus among Adolescents in the Nordic Countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2), 683. <https://doi.org/10.3390/ijerph19020683>.
- ¹⁹ *Tobacco Use—Statistics*. (b.d.). Ísland.is. Pobrano 9 września 2025, z <https://island.is/en/tobaksnotkun-tolur>.
- ²⁰ „Iceland”, b.d.-b.
- ²¹ Aspelund, T., Gudnason, V., Magnúsdóttir, B. T., Andersen, K., Sigurðsson, G., Thorsson, B., Steingrimsdóttir, L., Critchley, J., Bennett, K., O'Flaherty, M., & Capewell, S. (2010). Analysing the large decline in coronary heart disease mortality in the Icelandic population aged 25–74 between the years 1981 and 2006. *PLoS One*, 5(11), e13957. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0013957>.
- ²² <https://vizhub.healthdata.org/gbd-results>. (b.d.). Institute for Health Metrics and Evaluation. Pobrano 9 września 2025, z <https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/>
- ²³ Embætti landlæknis, Viðar Jensson, & Sveinbjörn Kristjánsson. (2025). *Talnbrunnur tbl4—Notkun tóbaks og nikótíns árið 2024*. Embætti landlæknis. https://assets.ctfassets.net/8k0h54kbe6bj/LxD0d1JdNAirakZP0uON/376357c56f09d1a49921353f99bbf174/Talnbrunnur_tbl4_2025.pdf.
- ²⁴ grapevine.is. (2014, lipca 11). From Iceland—Snuff Tobacco Sales Rise. *The Reykjavik Grapevine*. <https://grapevine.is/news/2014/07/11/snuff-tobacco-sales-rise/>.
- ²⁵ Embætti landlæknis. (2023). *Talnbrunnur – Fréttabréf landlæknis um heilbrigðisupplýsingar (febrúar 2023)*. Embætti landlæknis. https://assets.ctfassets.net/8k0h54kbe6bj/1a2qWEi3eA9sBF4SYuXPbK/370008b44aabdda735fe6b311cd591a7/Talnbrunnur_februar_2023.pdf.
- ²⁶ Hrólfsson, R. J. (2024, lutego 11). *Einn af hverjum þremur ungum körlum notar nikótínþúða daglega—RÚV.is*. RÚV. <https://www.ruv.is/frettir/innlent/404763>.
- ²⁷ Embætti landlæknis, Viðar Jensson, & Sveinbjörn Kristjánsson, 2025.
- ²⁸ Embætti landlæknis, Viðar Jensson, & Sveinbjörn Kristjánsson, 2025.
- ²⁹ *Regulations across the nordic and baltic countries—Use of nicotine products among youth in the nordic and baltic countries*. (b.d.). Nordic Welfare Center. Pobrano 9 września 2025, z https://nordicwelfare.org/pub/Use_of_nicotine_products_among_youth_in_the_Nordic_and_Baltic_countries_-_An_overview/regulations-across-the-nordic-and-baltic-countries.html.
- ³⁰ *Regulations across the nordic and baltic countries—Use of nicotine products among youth in the nordic and baltic countries*, b.d.
- ³¹ *Cost of living in Iceland in 2025: Clothing, Food, Housing & More*. (b.d.). Wise. Pobrano 9 września 2025, z <https://wise.com/gb/cost-of-living/iceland>.
- ³² *Regulations across the nordic and baltic countries—Use of nicotine products among youth in the nordic and baltic countries*, b.d.
- ³³ European Commission (TRIS system). (2024). *Government proposal to the Parliament for an Act amending the Tobacco Act (TRIS notification No 25642)*. European Commission (Notification via TRIS). <https://technical-regulation-information-system.ec.europa.eu/sk/notification/25642/text/D/EN>.

³⁴ *Regulations across the nordic and baltic countries—Use of nicotine products among youth in the nordic and baltic countries*, b.d.

³⁵ Pomrenke, E. (2024, maja 23). State Alcohol and Tobacco Company to Snuff Out Snuff Production. *Iceland Review*. <https://www.icelandreview.com/news/state-alcohol-and-tobacco-company-to-snuff-out-snuff-production/>.

³⁶ Pomrenke, 2024.

³⁷ Embætti landlæknis, Viðar Jensson, & Sveinbjörn Kristjánsson, 2025.



GSTHR.ORG

Porritt, O. (2025). *From cigarettes to snuff to nicotine pouches: The unusual Icelandic model for tobacco harm reduction* (GSTHR Briefing Papers). Global State of Tobacco Harm Reduction. <https://gsth.org/briefing-papers/from-cigarettes-to-snuff-to-nicotine-pouches-the-unusual-icelandic-model-for-tobacco-harm-reduction/>

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@gsth.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://gsth.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. Wyłącznie 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**.