



NO FIRE, NO SMOKE  
GLOBAL STATE OF TOBACCO  
HARM REDUCTION

---

2018

**Nie ma dymu bez ognia:  
globalny stan redukcji szkód  
wywołanych paleniem tytoniu  
w 2018 r.**

**Podsumowanie**



# Podsumowanie

## Nie ma dymu bez ognia: globalny stan redukcji szkód wywołanych paleniem tytoniu w 2018 r.

**Raport dotyczący redukcji szkód powodowanych przez palenie tytoniu** po raz pierwszy odzwierciedla światową, regionalną i krajową dostępność i wykorzystanie bezpieczniejszych wyrobów nikotynowych, odpowiedzi organów regulacyjnych na te produkty, potencjał redukcji szkód dla sektora zdrowia publicznego.

Co sześć sekund jedna osoba umiera z powodu choroby związanej z paleniem, a problem prawdopodobnie się nasili; gwałtowne tempo spadku liczby palaczy w bogatszych krajach zwalnia, zaś w biedniejszych liczba palaczy rośnie. Istniejące formy kontroli spożycia tytoniu okazują się niewystarczające. Choć wiele osób rzuca palenie samodzielnie lub przy wsparciu wyrobów medycznych, wielu się to nie udaje. „Rzuć albo umrzesz” nie jest obecnie jedyną opcją dla osób, którym nie udaje się zrezygnować z palenia. Alternatywą są bezpieczniejsze produkty nikotynowe (BPN). Istnieją obszerne dowody, opracowane przez niezależne podmioty w wielu krajach, że są one zdecydowanie bezpieczniejsze od papierosów. Takie produkty, mogące uratować życie, mogą doprowadzić do światowej rewolucji w zakresie zdrowia publicznego.

### Światowa epidemia palenia

- » Więcej ludzi pali papierosy niż korzysta z jakiegokolwiek innej formy palnych wyrobów tytoniowych
  - » Palenie papierosów stanowi najbardziej niebezpieczny sposób konsumpcji nikotyny
  - » Spalanie tytoniu to problem, ponieważ uwalnia wysoce niebezpieczne toksyny
  - » Ludzie palą ze względu na nikotynę, ale umierają od dymu i substancji smolistych
-

- » Palenie stanowi najważniejszy czynnik przyczyniający się do zgonów z powodu chorób niezakaźnych
- » Z powodu palenia najbardziej cierpią ludzie biedni, a w krajach najbiedniejszych najtrudniej wyegzekwować skuteczne mechanizmy kontroli tytoniu
- » Wiele osób rzuca palenie samodzielnie, a część przy wsparciu wyrobów medycznych, lecz wielu się to nie udaje
- » Gwałtowne tempo spadku powszechności palenia w krajach o wyższych dochodach zaczyna maleć, zaś w wielu uboższych krajach wzrasta
- » Istniejące formy kontroli tytoniu nie wystarczają, by zniechęcić ludzi do palenia tytoniu

## Bezpieczniejsze produkty nikotynowe i redukcja szkód powodowanych paleniem

- » Bezpieczniejsze produkty nikotynowe dostarczają nikotynę przy znacznym ograniczeniu ryzyka w porównaniu z wyrobami tytoniowymi do palenia, a więc „nie ma dymu bez ognia” („no fire, no smoke”)
- » Międzynarodowe badania potwierdzają, że takie produkty są bezpieczniejsze od palenia papierosów dla samego palacza, członków jego rodziny oraz osób przebywających w pobliżu
- » Zapewnienie bezpieczniejszych sposobów dostarczania nikotyny pozwala w dalszym ciągu używać nikotyny, unikając przy tym zagrożeń wynikających z palenia
- » „Rzuć albo umrzesz” nie jest obecnie jedyną opcją dla osób, którym nie udaje się zrezygnować z nikotyny. BPN, włączając e-papierosy, bezdymne produkty tytoniowe podgrzewające tytoń poniżej temperatury spalania (heat-not-burn, HnB) oraz szwedzki tytoń doustny (snus), przynoszą inne rozwiązanie, czyli „rzuć albo spróbuj”
- » Olbrzymi wzrost popularności BPN wynika z zapotrzebowania konsumentów, często przy sprzeciwie organizacji zdrowia publicznego lub instytucji państwowych
- » Wadliwe badania, wprowadzające w błąd informacje publiczne i sensacyjne raporty w mediach rodzą wątpliwości dotyczące BPN wśród konsumentów, polityków i opinii społecznej
- » Zakazywanie takich produktów lub poddawanie ich niekorzystnym przepisom bądź wysokim podatkom skutecznie utrudnia dostęp do produktów mogących uratować życie
- » BPN mogłyby nie tylko rozpocząć światową rewolucję w zakresie zdrowia publicznego, ale także nie stanowić dodatkowego obciążenia dla władz państwowych

## Najważniejsze liczby

### Palenie

- » Co sześć sekund jedna osoba umiera z powodu choroby związanej z paleniem
- » Z powodu choroby związanej z paleniem przedwcześnie umrze połowa palaczy
- » Z powodu choroby związanej z paleniem co roku umiera ponad sześć milionów ludzi
- » Więcej ludzi umiera w wyniku palenia tytoniu niż z powodu malarii, HIV i gruźlicy łącznie
- » WHO szacuje, że przed końcem wieku miliard ludzi będzie cierpieć na chorobę związaną z paleniem
- » WHO szacuje, że światowy koszt chorób wynikających z palenia, związany z opieką medyczną i utratą produktywności, wyniesie 1 bilion USD rocznie

### Bezpieczniejsze produkty nikotynowe

- » Z szacunków wynika, że e-papierosy są 95% bezpieczniejsze od zwykłych papierosów
  - » Snus (tytoń doustny) nie jest wdychany, w związku z czym nie powoduje on ryzyka choroby dróg oddechowych, która odpowiada za niemal połowę zgonów związanych z paleniem. Nie powoduje także ryzyka dla osób przebywających w pobliżu palacza. Brak istotnych powiązań z przedwczesnymi zgonami, cukrzycą, nowotworem trzustki i jamy ustnej, chorobą serca lub udarami
  - » Szacuje się, że do roku 2021 ponad 55 milionów ludzi będzie używać e-papierosów lub bezdymnych wyrobów tytoniowych, a światowy rynek będzie wart 35 miliardów USD
  - » W związku z wprowadzeniem bezdymnych wyrobów tytoniowych sprzedaż papierosów w Japonii spadła o 27% w ciągu dwóch lat, co stanowi bezprecedensowy spadek powszechności palenia
  - » W Szwecji snus znacznie przyczynił się do ograniczenia śmiertelności związanej z paleniem do poziomu najniższego w UE
  - » Jeżeli nastąpi zniesienie obowiązującego w UE zakazu snusu, być może uda się uniknąć 320 000 przedwczesnych zgonów rocznie
  - » W związku z przejściem palaczy z Norwegii na snus, odsetek palaczy wśród młodych norweżek spadł do poziomu rekordowego na świecie, tj. 1%
  - » Ponad 50% z trzech milionów użytkowników e-papierosów w Wielkiej Brytanii to byli palacze
  - » 39 krajów wprowadziło pozbawiony uzasadnienia zakaz wprowadzania do obrotu BPN, w tym kraje, gdzie zgodnie z prognozami powszechność palenia będzie wzrastać
-

- » Przepisy prawne w 62 krajach włączyły e-papierosy do kategorii wyrobów tytoniowych

## Raport – najważniejsze tematy

**Raport „Nie ma dymu bez ognia: globalny stan redukcji szkód wywołanych paleniem tytoniu w 2018 r” bazuje na regułach redukcji szkód.** Ograniczenie szkód odnosi się do decyzji politycznych, rozporządzeń i działań skupionych na zmniejszeniu zagrożeń dla zdrowia zwykle w drodze zapewnienia bezpieczniejszych odpowiedników produktów niebezpiecznych lub zachęcania do mniej ryzykownych zachowań, a nie jedynie zabraniań produktów lub zachowań. Redukcja szkód stanowi sprawdzoną strategię dotyczącą zdrowia publicznego.

### **W jaki sposób ograniczenie szkód wywoływanych tytoniem działa w praktyce?**

Działa przez zapewnienie BPN, które pozwalają spożywać nikotynę bez wdychania rakotwórczych substancji chemicznych znajdujących się w dymie papierosowym. Do nowych produktów należą e-papierosy, które po raz pierwszy pojawiły się w połowie pierwszego dziesięciolecia XXI wieku. Później opracowano bezdymne produkty tytoniowe, które podgrzewają tytoń poniżej temperatury spalania, co pozwala uwolnić nikotynę, ale znacznie zmniejsza poziom toksyn. Szwedzki tytoń doustny (snus) jest znany od około 200 lat, ale jego renesans wynika z faktu, że znacznie przyczynia się on do ograniczenia szkód wywoływanych tytoniem.

**BPN a zdrowie.** Z niezależnych badań krajowych instytucji naukowych, klinicznych i parlamentarnych wynika, jak następuje:

- » Nie istnieją okoliczności, w których bezpieczniej byłoby palić niż używać BPN
- » Istnieje continuum ryzyka, które najwyższe jest dla papierosów, a najniższe dla produktów niepalnych
- » U osób, którzy przerzucą się z palenia zwykłych papierosów na e-papierosy, może nastąpić poprawa stanu zdrowia
- » Przejście na e-papierosy może pomóc w rzuceniu palenia
- » Obecnie brak znanych długoterminowych niekorzystnych skutków zdrowotnych palenia e-papierosów lub używania snusu
- » Choć młodzi ludzie eksperymentują z e-papierosami, nie ma dowodów, że prowadzi to do regularnego palenia papierosów. Spada liczba palaczy wśród młodych ludzi
- » Nie ma dowodów na niekorzystne skutki biernego palenia e-papierosów, co oznacza brak ryzyka dla osób przebywających w pobliżu
- » Nie ma znanych krótko- ani długoterminowych niekorzystnych skutków użytkowania nikotyny, co oznacza, że uzależnienie od samej nikotyny nie stanowi zagrożenia dla zdrowia

**Redukcja szkód ma zasięg szerszy niż zdrowie i bezpieczeństwo, istnieje także ważny aspekt w kontekście praw człowieka.** Preambuła do Konstytucji Światowej Organizacji Zdrowia z roku 1946 stwierdza, jak następuje „*Cieszenie się najwyższym osiągalnym standardem zdrowia stanowi jedno z podstawowych praw każdej istoty ludzkiej bez rozróżnienia na rasy, religie, poglądy polityczne, sytuację gospodarczą lub społeczną*”. Obejmuje to palaczy i ich prawa do informacji, usług oraz produktów, które mogą pomóc im w osiągnięciu celu.

Palaczom nie należy odmawiać dostępu do wyrobów ograniczających szkody, które mogą pomóc im uniknąć chorób i przedwczesnego zgonu w wyniku palenia. Uwzględniono to w Ramowej Konwencji Światowej Organizacji Zdrowia o ograniczeniu użycia tytoniu z roku 2005 (FCTC), z której wynika, że ograniczenie szkód stanowi jedną z definiujących strategii kontroli spożycia tytoniu: „*Zakres podaży, popytu i strategii ograniczania szkód, których celem jest poprawa stanu zdrowia populacji w drodze eliminacji lub ograniczenia spożycia wyrobów tytoniowych i narażenia na dym tytoniowy*”.

**Konsumenci BPN.** W ciągu zaledwie kilku lat w wielu krajach nastąpił gwałtowny wzrost wykorzystania nowszych BPN, zaś w Szwecji i Norwegii snus zastępuje palenie w relatywnie krótkim czasie. W Japonii spożycie bezdymnych produktów tytoniowych spowodowało największy w historii spadek sprzedaży papierosów. Oznacza to apetyt na BPN, a tym samym, tam gdzie są one dostępne i o ile stanowią atrakcyjną i odpowiadającą zapotrzebowaniu alternatywę dla palenia, wielu palaczy wybrałoby właśnie je, a nie palenie tradycyjnych papierosów.

Kluczowe pytanie brzmi, czy BPN powodują spadek liczby palaczy i poprawiają stan zdrowia publicznego. Jak dotąd najpoważniejsze dowody pochodzą ze Szwecji, gdzie spożycie snusu oraz spadek palenia zapewniło krajowi najniższą związaną z paleniem śmiertelność w Europie.

Spożycie BPN ma miejsce w znacznej mierze przy braku udziału władz państwowych, instytucji kontrolujących używanie tytoniu i instytucji zdrowia publicznego. Osiągnęli to zwykli konsumenci, których zainteresowanie BPN było siłą napędową zmiany, i którzy aktywnie oferowali pomoc i porady osobom pragnącym zrezygnować z tradycyjnych papierosów.

**Regulacje prawne i kontrola.** Nadejście nowych BPN stanowi wyzwania dla reżimów kontroli tytoniu na poziomie krajowym i międzynarodowym. Konsument może w miarę swobodnie korzystać z e-papierosów w USA, GB i Nowej Zelandii, ale w Tajlandii i Australii grożą mu grzywny lub pozbawienie wolności.

Prawodawcy i politycy, w takim samym stopniu jak specjaliści w dziedzinie ochrony zdrowia i zwykli konsumenci, są zdezorientowani sprzecznymi



ustaleniami badań lub podatni na wpływy organizacji działających przeciwko ograniczeniu szkód i sensacyjne raporty mediów.

Wykorzystanie prawa, w celu uniemożliwienia lub utrudnienia dostępu do BPN jest sprzeczne z ogromną bazą niezależnych dowodów oraz paradoksalnie podtrzymuje stosowanie papierosów (bez problemu dostępnych na całym świecie), a także przynosi nieustanne zyski spółkom tytoniowym.

Odpowiednie przepisy powinny zapewnić bezpieczeństwo i pewność konsumentów, zachęcać do innowacji w dziedzinie wyrobów i promować wykorzystanie BPN zamiast tradycyjnych papierosów.

## Wizja redukcji szkód

Ważne, by pamiętać o nagrodzie, jaką jest koniec palenia, i nie pozwalać na nadmiernie ograniczające przepisy oraz kontrolę mającą na celu uniemożliwienie dostępu do bezpieczniejszych wyrobów. BPN mogą, potencjalnie, przynieść największy współcześnie przewrót w dziedzinie zdrowia publicznego. Choć większość interwencji w zakresie zdrowia publicznego na świecie wiąże się z wysokimi kosztami finansowymi, ta strategia nic nie kosztuje rządy, agencje międzynarodowe ani organizacje pozarządowe.

**Nie ma dymu bez ognia: globalny stan redukcji szkód wywołanych paleniem tytoniu w 2018 r.**

Opracowanie i redakcja Harry Shapiro.

Wydane przez: Knowledge-Action-Change, 8 Northumberland Avenue, Londyn, WC2N 5BY

© Knowledge-Action-Change 2018

**Pełny tekst raportu (pdf) znajduje się pod adresem [www.gsthr.org](http://www.gsthr.org)**

**Profile dla poszczególnych krajów znajdują się pod adresem [www.gsthr.org](http://www.gsthr.org)**

**Aby uzyskać egzemplarz pełnego raportu w formie papierowej, należy wejść na stronę [www.gsthr.org/contact](http://www.gsthr.org/contact)**

**Streszczenie jest dostępne w różnych językach pod adresem [www.gsthr.org/translations](http://www.gsthr.org/translations)**

Koncepcję, projekt, analizę i przygotowanie raportu *Nie ma dymu bez ognia: globalny stan redukcji szkód wywołanych paleniem tytoniu w 2018 r.* zrealizowała Knowledge-Action-Change dzięki grantowi otrzymanemu od fundacji *Foundation for a Smoke-Free World*. Fundacja nie miała swojego wkładu w określenie treści, analizę lub wnioski zawarte w raporcie i przekazała informacje wyłącznie na etapie wstępnej koncepcji.

1 Oct 2018 - Sum - POL