

Prewencja i czynniki wpływające na używanie wyrobów tytoniowych wśród dzieci i młodzieży szkolnej – przegląd literatury

Małgorzata Wąsacz^{1,D,E}

ORCID:0000-0001-9143-9868

Paulina Hejda^{2,A,B,C}

ORCID: 0000-0001-8417-4080

Izabela Sarzyńska^{3,D,E}

ORCID: 0009-0009-9627-210X

Julia Trojniak^{3,D,E}

ORCID: 0009-0001-0986-648X

Artur Mazur^{4,A,B,C,E}

ORCID: 0000-0001-5393-3515

Marta Kopańska^{1D,E,F}

ORCID: 0000-0003-3936-0698

¹ Pracownia Psychologii Medycznej, Instytut Nauk Medycznych, Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski; ² Instytut Nauk o Zdrowiu, Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski; ³ Studenckie Koło Naukowe „Reh-Tech”, Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski; ⁴ Instytut Nauk Medycznych, Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski

A – koncepcja i projekt badawczy, B – zbieranie i zestawianie danych, C – analiza i interpretacja danych, D – pisanie artykułu, E – krytyczna korekta artykułu, F – ostateczna akceptacja artykułu

DOI: 10.26399/rmp.v30.4.2024/m.wasacz/p.hejda/i.sarzyńska/j.trojniak/a.mazur/m.kopańska



STRESZCZENIE

Prewencja i czynniki wpływające na używanie wyrobów tytoniowych wśród dzieci i młodzieży szkolnej – przegląd literatury

Wąsacz M.¹, Hejda P.², Sarzyńska I.³, Trojniak J.³, Mazur A.⁴, Kopańska M.¹

¹ Pracownia Psychologii Medycznej, Instytut Nauk Medycznych, Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski; ² Instytut Nauk o Zdrowiu, Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski; ³ Studenckie Koło Naukowe „Reh-Tech”, Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski; ⁴ Instytut Nauk Medycznych, Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski

Celem pracy jest zbadanie częstotliwości występowania i czynników wpływających na używanie wyrobów tytoniowych przez dzieci i młodzież szkolną na podstawie dostępnego piśmiennictwa. Artykuł podejmuje problematykę używania wyrobów tytoniowych wśród dzieci i młodzieży oraz analizuje czynniki sprzyjające inicjacji palenia w tej grupie wiekowej. Nałóg tytoniowy wśród młodzieży jest globalnym wyzwaniem zdrowia publicznego, a istotną rolę w rozpowszechnieniu palenia odgrywają media społecznościowe, presja rówieśnicza oraz obecność wyrobów tytoniowych w filmach. Szczególny nacisk położono na niebezpieczeństwo, jakie palenie papierosów stwarza dla zdrowia młodych osób, w tym ryzyko uzależnienia i długotrwałych negatywnych skutków zdrowotnych. Artykuł podkreśla konieczność wdrożenia zintegrowanych działań profilaktycznych, takich jak kampanie edukacyjne, wsparcie psychologiczne oraz programy terapeutyczne, które mogą przyczynić się do redukcji palenia wśród młodzieży. Wskazano również na potrzebę regulacji prawnych ograniczających dostępność wyrobów tytoniowych oraz promocji zdrowego stylu życia.

Słowa kluczowe: wyroby tytoniowe, dzieci, młodzież, czynniki

ABSTRACT

Prevention and Factors Influencing the Use of Tobacco Products Among School Children and Adolescents – a Literature Review

Wąsacz M.¹, Hejda P.², Sarzyńska I.³, Trojniak J.³, Mazur A.⁴, Kopańska M.¹

¹ Department of Medical Psychology, Institute of Medical Sciences, Medical College of Rzeszów University, Poland; ² Institute of Health Sciences, Medical College of Rzeszów University, Poland; ³ Student Research Club “Reh-Tech”, Medical College of Rzeszów University; ⁴ Institute of Medical Science, College of Medical Sciences, University of Rzeszów, Poland

The aim of this study is to examine the prevalence and factors influencing the use of tobacco products among children and school-aged youth based on available literature. The article addresses the issue of tobacco use among children and adolescents and analyzes the factors contributing to the initiation of smoking in this age group. A review of the literature indicates that tobacco addiction among youth is a global public health challenge, with social media, peer pressure, and the portrayal of tobacco use in films playing significant roles in its spread. Particular emphasis is placed on the dangers that cigarette smoking poses to the health of young people, including the risk of addiction and long-term negative health consequences. The article highlights the need for integrated preventive measures, such as educational campaigns, psychological support, and therapeutic programs, which could contribute to reducing smoking among young people. It also points to the necessity of legal regulations limiting the availability of tobacco products and promoting a healthy lifestyle.

Keywords: tobacco products, children, youth, factors

Wstęp

Tytoń jest aktualnie jedną z najbardziej znanych i najczęściej stosowanych używek [1]. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) stanowi jedną z głównych przyczyn zgonów na świecie. Zarówno palenie papierosów, jak i inne formy konsumpcji tytoniu są przyczyną rozwoju wielu poważnych schorzeń, w tym nowotworów, chorób układów oddechowego oraz sercowo-naczyniowego [2].

Szacuje się, że tytoń oraz dym tytoniowy składają się z ponad 9500 związków chemicznych, z czego 79 uważa się za rakotwórcze [3]. Substancje te mają niekorzystny wpływ na błony śluzowe. Dym tytoniowy zawiera substancje mogące prowadzić do rozwoju nowotworów, takie jak: benzopiren, fenol, aceton, amoniak, toluen, nitrozoaminy oraz metale ciężkie [4]. Związki te mogą być szkodliwe nie tylko dla palaczy aktywnych, lecz także biernych, w tym – nierzadko – małych dzieci, u których negatywne skutki zdrowotne mogą manifestować się po wielu latach [5]. Konsumpcja tytoniu przez kobiety w ciąży niesie ze sobą poważne zagrożenia zarówno dla matki, jak i rozwijającego się dziecka. Szacuje się, że na świecie problem ten dotyka ok. 1,7% kobiet w ciąży. Odsetek ten jest zróżnicowany w zależności od kraju i regionu. Najniższe rozpowszechnienie odnotowano na kontynencie afrykańskim (0,8%), a najwyższe w Europie (8,1%) i Ameryce (5,9%). Palenie tytoniu przez kobiety w ciąży jest niepokojącym zjawiskiem. Dzieci urodzone przez matki, które w ciąży paliły tytoń, często mają niższą masę urodzeniową, co może wpływać na ich zdrowie w późniejszym życiu. W porównaniu do rówieśników, których matki nie były narażone na działanie dymu tytoniowego w ciąży, są one bardziej narażone na rozwój astmy, infekcji górnych dróg oddechowych oraz zapalenia ucha środkowego [6].

Według Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego w 2019 r. palenie tytoniu stanowiło drugi najważniejszy czynnik ryzyka zgonu na świecie. W Polsce odsetek ten był znacznie wyższy, wynosił 16,3%. Według przeprowadzonych badań nasz kraj znajduje się w czołówce krajów europejskich pod względem palenia tytoniu wśród dzieci i młodzieży.

Na świecie istnieje wiele form spożywania tytoniu, które różnią się w zależności od regionu, tradycji kulturowych oraz preferencji konsumentów. Obecnie jedną z najczęściej stosowanych form jest papieros, do którego dodawane są również substancje konserwujące oraz związki aromatyczne [7]. Dużą popularnością cieszą się również papierosy elektroniczne. Rozpowszechnienie używania e-papierosów gwałtownie wzrosło od czasu wprowadzenia tego produktu w Stanach Zjednoczonych w 2007 r.

Wśród amerykańskich uczniów szkół średnich rozpowszechnienie używania e-papierosów wzrosło 10-krotnie z 1,5% w 2011 r. do 16,0% w 2015 r. Ponadto badania wykazały, że używanie e-papierosów wiąże się ze zwiększonym ryzykiem rozpoczęcia palenia papierosów w przyszłości [8]. Papierosy elektroniczne wyróżniają się brakiem dymu tytoniowego. Wdychając podgrzany aerozol, palacz dostarcza do organizmu mieszaninę składającą się z glikolu propylenowego i gliceryny oraz nikotyny [9].

Jedną z najpowszechniejszych substancji szkodliwych obecnych w dymie tytoniowym jest nikotyna, która odgrywa kluczową rolę w procesie uzależnienia. Uważa się, że nikotyna aktywuje systemy mózgowe odpowiedzialne za nagrodę, ale również w tym samym czasie wywołuje podrażnienie i ból jamy ustnej, gorzki smak i inne nieprzyjemne skutki uboczne, w których pośredniczą głównie nikotynowe receptory acetylocholino (nAChR) [10].

Niestety, statystyki na temat używania wyrobów tytoniowych wśród dzieci i młodzieży są wysokie. Producenci wyrobów tytoniowych, takich jak np. e-papierosy, konkurują ze sobą, wprowadzając na rynek coraz to bardziej innowacyjne produkty, które mają na celu przyciągnięcie nastolatków - grupy wiekowej, która szczególnie chętnie próbuje tego typu wyrobów [11].

Celem pracy jest zbadanie częstości występowania oraz czynników wpływających na używanie wyrobów tytoniowych przez dzieci i młodzież szkolną w oparciu o dostępne źródła. W ramach analizy przeprowadziliśmy przegląd literatury dotyczącej tego problemu wśród młodego pokolenia.

Metodologia

Przegląd literatury przeprowadzono na podstawie wyszukania artykułów w bazach danych: PubMed, Scopus, Web of Science oraz Google Scholar. Zakres analizy literatury obejmował artykuły opublikowane w latach 2000–2024, co pozwoliło na uwzględnienie aktualnych danych dotyczących używania wyrobów tytoniowych przez dzieci i młodzież. Dodatkowo uwzględniono wybrane polskie źródła z Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego oraz raporty organizacji takich jak WHO, aby zapewnić kompleksowe spojrzenie na zagadnienie. Kryteria włączenia do analizy obejmowały:

1. Artykuły omawiające częstość występowania używania wyrobów tytoniowych wśród dzieci i młodzieży.
2. Badania dotyczące czynników ryzyka i determinant inicjacji palenia tytoniu u młodych osób.
3. Publikacje w języku angielskim i polskim, które zawierały pełne teksty.

Do kryteriów wyłączenia zaliczono:

1. Artykuły, które nie odnosiły się bezpośrednio do dzieci i młodzieży (np. dotyczące wyłącznie dorosłych).
2. Publikacje bez dostępu do pełnego tekstu lub niepełne doniesienia z konferencji.
3. Prace oparte na opiniach eksperckich, bez wsparcia empirycznego.

W ramach analizy przeglądanej literatury zwrócono szczególną uwagę na wyniki badań przekrojowych i longitudinalnych, które omawiały różnice geograficzne i czasowe w stosowaniu wyrobów tytoniowych wśród młodzieży. Analiza objęła łącznie 42 doniesienia, których treść była spójna z tematem artykułu.

Dyskusja

Każdy produkt lub urządzenie, które dostarcza nikotynę do organizmu człowieka, wywiera szkodliwy wpływ na jego zdrowie. Do grupy wyrobów tytoniowych można zaliczyć: e-papierosy, papierosy, cygara, tytoń bezdymny, fajki wodne, tytoń fajkowy, podgrzewane wyroby tytoniowe i woreczki nikotynowe „wolne od tytoniu” [12].

Obecnie obserwuje się, że po wyroby tytoniowe sięgają nie tylko osoby dorosłe, ale także młodzież i dzieci. Światowa Organizacja Zdrowia odnotowała, że w 2020 r. wśród osób powyżej 15 roku życia aż 22,5% badanych konsumowało różne formy tytoniu [2]. Dynamiczne zmiany fizjologiczne i psychologiczne, charakterystyczne dla okresu dojrzewania, mogą znacząco wpływać na zwiększone ryzyko inicjacji używania wyrobów tytoniowych wśród młodzieży w wieku 13–15 lat. W tym okresie dochodzi do intensywnych przemian hormonalnych, które oddziałują na rozwój emocjonalny i poznawczy. Zmiany, często przejawiające się w postaci buntu oraz poszukiwania autonomii, mogą prowadzić do eksperymentowania z substancjami psychoaktywnymi, w tym z wyrobami tytoniowymi. Tymczasowa ulga, którą młodzi ludzie kojarzą z używaniem tytoniu, może przyczyniać się do rozwoju uzależnienia oraz długoterminowych skutków zdrowotnych [13].

Częstotliwość występowania problemu spożywania wyrobów tytoniowych przez dzieci

W badaniach przeprowadzonych w 2016 r. wśród polskiej młodzieży w wieku 13–15 lat aż 43,7% ankietowanych przyznało, że przynajmniej raz w życiu próbowało zapalić papierosy [14]. Jednakże w porównaniu z danymi z lat wcześniejszych odsetek ten jest znacznie mniejszy. W 2003 r. wynosił on 54%, a w 2009 r. 49,3%, co sugeruje stopniowe zmniejszanie się liczby młodych osób sięgających po wyroby tytoniowe [15]. W badaniu przeprowa-

dzonym w 21 szkołach na terenie powiatu piotrkowskiego, obejmującym populację młodzieży w wieku 13–19 lat, przeprowadzono ankietę dotyczącą podatność na palenie papierosów wśród młodzieży w ciężkiej sytuacji społecznej. Wyniki wskazały, że aż 78% respondentów miało przynajmniej jednorazowy kontakt z wyrobami tytoniowymi [16]. Lewicka i Smyk w badaniu przeprowadzonym w 2018 r. na grupie 369 uczniów uczęszczających do szkół we Włocławku wykazali, że 84,3% respondentów zadeklarowało abstynencję od palenia tytoniu. Wyniki te sugerują pozytywną tendencję spadkową w zakresie inicjacji tytoniowej wśród młodzieży, co może odzwierciedlać skuteczność działań profilaktycznych oraz wzrost świadomości na temat negatywnych skutków zdrowotnych związanych z konsumpcją wyrobów tytoniowych [17]. Podobne wyniki uzyskali Wojtyła i in., ukazując wyniki badania przeprowadzonego wśród 9360 gimnazjalistów, z których 9% dzieci przyznało, że pali papierosy [18].

Niestety, pomimo działań prewencyjnych zjawisko konsumpcji wyrobów tytoniowych wśród młodzieży nadal pozostaje istotnym problemem zdrowia publicznego. W ramach Narodowego Programu Zdrowia na lata 2016–2020 przeprowadzono badania ankietowe na próbie 19 241 uczniów w wieku 13–19 lat. Ogólnopolskie badanie ujawniło, że 32,5% ankietowanych przynajmniej raz w życiu spożywało wyroby tytoniowe [19]. Po wprowadzeniu na rynek papierosów elektronicznych zjawisko ich używania zyskało na popularności wśród młodych dorosłych, co przyczyniło się do znaczącego wzrostu konsumpcji e-papierosów – z 5,5% w latach 2010–2011 do ok. 30% w latach 2013–2014 [20].

Problem konsumpcji tytoniu wśród młodzieży nie jest ograniczony tylko do Polski, lecz stanowi istotne wyzwanie zdrowia publicznego również w innych krajach. Różne doniesienia wskazują, że wiele państw boryka się z wysokim odsetkiem młodych palaczy. Badanie przeprowadzone w Wielkiej Brytanii wśród osób w wieku od 11–16 lat wykazało, że 7–18% badanych często używa różnego rodzaju wyrobów tytoniowych [21]. Natomiast w badaniach przeprowadzonych w Stanach Zjednoczonych 4,3% uczniów gimnazjów i 11,3% uczniów szkół średnich przyznało, że używa e-papierosów [22]. Na Słowacji spośród uczniów w wieku 13–15 lat 49,5% przyznało się do próby palenia papierosa [23]. Pomimo iż dzieci i młodzież stanowią grupę wiekową szczególnie podatną na szkodliwe skutki działania tytoniu, wciąż odnotowuje się istotny odsetek dzieci regularnie konsumujących wyroby tytoniowe. W raporcie z badań ilościowych Biura do spraw Substancji Chemicznych wykazano, że 6,6% ankietowanych regularnie pali papierosy [24].

Wiek pierwszej inicjacji palenia tytoniu

Wiek inicjacji palenia tytoniu jest ważnym wskaźnikiem w badaniach dotyczących zdrowia publicznego i uzależnień. Zwykle obserwuje się, że większość palaczy rozpoczyna swoją przygodę z tytoniem w wieku 13–15 lat, co jest związane z intensywnymi zmianami fizjologicznymi i emocjonalnymi zachodzącymi w tym czasie [25]. Niestety, wczesna inicjacja palenia w przyszłości zwiększa ryzyko uzależnienia od nikotyny, co prowadzi do długotrwałych konsekwencji zdrowotnych, w tym chorób układów oddechowego i sercowo-naczyniowego. Badania wskazują, że czynniki takie jak presja rówieśnicza, dostępność wyrobów tytoniowych oraz wzorce zachowań w rodzinie mają istotny wpływ na wiek, w którym młodzież podejmuje decyzję o rozpoczęciu palenia. Shuhi Xing i in. przeprowadzili badanie na 99 728 nastolatkach ze 144 krajów. Wyniki wykazały, że ok. 80% nastolatków w przedziale wiekowym 13–15 lat zaczęło palić papierosy przed osiągnięciem 13 roku życia. Co więcej, średni wiek inicjacji palenia papierosów obniżył się lub pozostał na tym samym poziomie w niemal 3/4 z analizowanych krajów [26]. Kowalewska i in. w ramach badań przeprowadzonych na 216 losowo wybranych uczniach w wieku 16–18 lat zaobserwowali, że pierwsze doświadczenia z wyrobami tytoniowymi w tej grupie wiekowej miały miejsce u osób w przedziale wiekowym 13–15 lat [27]. Doniesienia innych badaczy sugerują, że rozpoczęcie palenia w młodym wieku zwiększa ryzyko rozwoju uzależnienia od nikotyny w późniejszym życiu. Interesującym jest fakt, że młodzież wykazuje szybszą podatność na uzależnienie od wyrobów tytoniowych w porównaniu do dorosłych. Badania wskazują, że proces ten może zachodzić w krótkim czasie, często w ciągu zaledwie kilku dni od rozpoczęcia palenia, a maksymalnie do 2 tygodni po inicjacji. Taka wczesna podatność na uzależnienie może być wynikiem dynamicznych zmian zachodzących w ich organizmie [28, 29].

Regulacje dotyczące papierosów elektronicznych

Regulacje dotyczące papierosów elektronicznych, choć wprowadzane na całym świecie, znacznie różnią się w zależności od kraju, co odzwierciedla zróżnicowane podejście do ochrony zdrowia publicznego oraz różnice kulturowe. W niektórych krajach, takich jak Australia czy Kanada, papierosy elektroniczne są poddawane regulacjom, w tym ograniczeniom dotyczącym dostępu do nikotynowych produktów e-papierosowych dla osób poniżej 18 roku życia oraz zakazowi ich reklamowania i promowania w mediach. W innych państwach, takich jak Stany Zjednoczone, przyjęto nawet bardziej surowe podejście, co może zmniejszać dostępność e-papierosów dla młodzieży

i przeciwdziałać rozwojowi uzależnienia [30]. Istniejące różnice w tej kwestii podkreślają potrzebę dalszych badań nad wpływem różnych regulacji na zachowania zdrowotne młodzieży i ich skutecznością w ograniczaniu używania wyrobów nikotynowych.

Czynniki wpływające na spożywanie papierosów przez młodzież

Analizując czynniki wpływające na używanie wyrobów tytoniowych wśród dzieci, zauważono, że istotne są reklamy telewizyjne, które promują określone produkty. Reklamy te, poprzez zastosowanie strategii marketingowych, takich jak atrakcyjne przedstawienie wyrobów tytoniowych, mogą skutecznie kształtować postawy młodych odbiorców i zwiększać ich zainteresowanie paleniem. Badania wskazują, że ekspozycja na tego rodzaju reklamy może przyczyniać się do wczesnej inicjacji tytoniowej oraz wpływać na późniejsze decyzje dotyczące używania wyrobów tytoniowych. Kazubski i in. przeprowadzili badanie mające na celu zwalczanie wyrobów tytoniowych. W badaniu wzięło udział 17 000 nastolatków. Co interesujące, 24,8% spośród nich zadeklarowało, że w ciągu miesiąca poprzedzającego badanie spotkało się z reklamą tradycyjnych papierosów [31]. W badaniach GYTS Polska 2016 aż 43,3% respondentów miało styczność z reklamą wyrobów tytoniowych [14]. Dodatkowym problemem w kontekście promowania wyrobów tytoniowych jest obecność wyrobów tytoniowych w filmach. Badania sugerują, że przedstawianie palenia w produkcjach filmowych może wpływać na postawy wśród młodzieży, kształtując stereotypy związane z paleniem jako atrakcyjnym i pożądanym zachowaniem. Madkour i in. zbadali grupę 12 329 nastolatków. Otrzymane wyniki wykazały, że aż 75% ankietowanych widziało filmy, w których aktorzy konsumowali wyroby tytoniowe [32].

Kolejnym czynnikiem wpływającym na konsumpcję wyrobów tytoniowych w młodym wieku są występujące uwarunkowania społeczne i psychologiczne. Szczepańska i in., analizując grupę 167 uczniów w przedziale wiekowym 13–14 lat, zaobserwowali, że główną motywacją do palenia papierosów była potrzeba przeżywania nowych doświadczeń (44,2%), a także pragnienie zaimponowania rówieśnikom oraz zwrócenia na siebie uwagi [33]. Podobne wyniki uzyskali Marmon i in., którzy stwierdzili, że naśladowanie rówieśników oraz dążenie do akceptacji w grupie społecznej stanowią istotne predyktory inicjacji palenia papierosów. W ich badanej populacji odsetek tych czynników wyniósł aż 87,6% [34]. Bardzo ciekawym zjawiskiem jest również fakt, że duża część ankietowanych ma w grupie przyjaciół osoby, które konsumują wyroby tytoniowe, co zostało zauważone przez Kanicką i wsp. [35].

Media społecznościowe również odgrywają istotną rolę w promowaniu wyrobów tytoniowych, w tym e-papierosów, zwłaszcza wśród młodzieży. Badania wskazują, że młodzi użytkownicy są narażeni na treści, które nie tylko normalizują, ale również promują używanie e-papierosów jako „zdrowej alternatywy” dla tradycyjnych papierosów [36]. W odpowiedzi na te wyzwania wiele krajów podjęło kroki w celu ograniczenia promocji wyrobów tytoniowych w mediach społecznościowych, wprowadzając regulacje dotyczące treści sponsorowanych i ograniczając widoczność reklam [37]. Mimo to brak globalnych regulacji sprawia, że młodzież wciąż ma łatwy dostęp do treści promujących używanie e-papierosów, co wskazuje na konieczność międzynarodowej współpracy w tym zakresie.

Kolejnym, jednak nie mniej ważnym czynnikiem mającym wpływ na zażywanie tytoniu przez dzieci i młodzież, jest wpływ kulturowy. Przejawia się on w normach społecznych, rodzinnym modelowaniu oraz dostępności papierosów. Badanie przeprowadzone w Iranie wykazało, że wzorce zachowań rówieśników i członków rodziny, presja grupowa oraz społeczna akceptacja palenia mają duże znaczenie w rozwoju nawyków tytoniowych wśród dziewcząt. Brak zakazów społecznych i łatwa dostępność papierosów również sprzyjają paleniu, podobnie jak negatywny wpływ mediów, które promują palenie jako atrakcyjne zachowanie [38]. W krajach zachodnich, gdzie przepisy są restrykcyjne, a kampanie edukacyjne intensywne, palenie jest mniej akceptowane i trudniej dostępne dla młodych osób. Z kolei w Japonii palenie, szczególnie wśród młodych mężczyzn, bywa postrzegane jako element dorosłości, co sprzyja inicjacji tytoniowej [39]. Na Bliskim Wschodzie normy religijne ograniczają akceptację palenia, szczególnie wśród młodych kobiet, choć wzrasta użycie e-papierosów [40]. Globalizacja i media społecznościowe zacierają jednak te różnice, co zmusza kraje do harmonizacji przepisów i działań prewencyjnych.

Warto zaznaczyć, że nie tylko czynne palenie papierosów, ale także bierne ma negatywny wpływ na organizm młodych ludzi. Narażenie na dym tytoniowy, nawet w warunkach, gdzie nie są oni bezpośrednimi palaczami, może prowadzić do poważnych problemów zdrowotnych. Ponadto, bierne palenie może wpływać na rozwój psychiczny i fizyczny młodzieży, co podkreśla znaczenie ochrony ich przed szkodliwym działaniem dymu tytoniowego. W badaniach GYTS wśród młodych respondentów aż 40,7% jest narażona na szkodliwe działanie wyrobów tytoniowych w domu [14].

Wnioski

Na podstawie analizy przedstawionych badań można stwierdzić, że problem konsumpcji wyrobów tytoniowych pozostaje istotnym wyzwaniem zarówno w Pol-

sce, jak i na całym świecie. Wyniki badań jednoznacznie wskazują na szczególne zagrożenie, jakie dym papierosowy stanowi dla młodzieży, przyczyniając się do zwiększenia ryzyka wystąpienia uzależnienia w późniejszym okresie życia. Istotnym czynnikiem wpływającym na inicjację palenia w tej grupie wiekowej jest promowanie spożywania wyrobów tytoniowych przez media społecznościowe, a także presja rówieśnicza.

Aby skutecznie przeciwdziałać wzrastającemu używaniu wyrobów tytoniowych wśród młodzieży, niezbędne są zintegrowane kampanie edukacyjne i społeczne, skierowane zarówno do młodych ludzi, jak i ich rodzin. Kluczowym działaniem są kampanie w szkołach, gdzie młodzież powinna być edukowana na temat negatywnych skutków zdrowotnych wyrobów nikotynowych, a także otrzymywać wsparcie psychologiczne w zakresie radzenia sobie z presją rówieśniczą. Warto także, aby kampanie były realizowane we współpracy z organizacjami pozarządowymi oraz instytucjami publicznymi, co zwiększy ich zasięg i skuteczność.

Działania prewencyjne powinny obejmować zarówno regulacje prawne dotyczące dostępności i promocji e-papierosów, jak i szeroko zakrojone kampanie społeczne wspierane przez badania naukowe i polityki zdrowia publicznego. Wytyczne WHO dotyczące redukcji palenia i używania nikotyny wskazują na konieczność tworzenia polityk, które są dostosowane do potrzeb młodych ludzi i skutecznie odpowiadają na wyzwania związane z używaniem e-papierosów w różnych kontekstach kulturowych.

Kończąc należy podkreślić, że w obliczu rosnących problemów zdrowotnych związanych z nałogiem tytoniowym, walka z tym uzależnieniem jest bardzo ważnym aspektem w zdrowiu publicznym. Różnego rodzaju inicjatywy społeczne, takie jak kampanie edukacyjne, wsparcie psychologiczne oraz programy terapeutyczne, mogą znacząco przyczynić się do redukcji liczby palaczy, szczególnie wśród młodzieży. Ważne jest również, aby tworzyć środowisko, które ogranicza dostępność wyrobów tytoniowych i promuje zdrowy styl życia. Długofalowe działania w zakresie regulacji prawnych i wzmacnianie wsparcia dla osób chcących zerwać z nałogiem, są niezbędne do skutecznej walki z uzależnieniem od tytoniu i poprawy jakości życia społeczności.

Piśmiennictwo

1. Miura S.S.T., Bernat D., Reid K.M. i in.: Current tobacco use trends and harm perceptions among high school students by asthma status and sex, 2012-2018. *The Journal of School Health* 2022; 92(6): 521-529.
2. World Health Organization. Global report on trends in prevalence of tobacco use 2000–2025. Genewa: World Health Organization; 2019.

3. Li Y., Hecht S.S.: Carcinogenic components of tobacco and tobacco smoke: a 2022 update. *Food Chem Toxicol* 2022; 165: 113179.
4. Margham J., McAdam K., Cunningham A. i in.: The chemical complexity of e-cigarette aerosols compared with the smoke from a tobacco burning cigarette. *Frontiers in Chemistry* 2021; 9: 743060.
5. IARC Working Group on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans.: Tobacco smoke and involuntary smoking. *IARC Monogr Eval Carcinog Risks Hum* 2004;83: 1-1438.
6. Havard A., Chandran J.J., Oei J.L.: Tobacco use during pregnancy. *Addiction* 2022; 117(6): 1801-1810.
7. Gaworski C., Oldham M., Wagner K. i in.: An evaluation of the toxicity of 95 ingredients added individually to experimental cigarettes: approach and methods. *Inhalation Toxicology* 2011; 1(S1): 1-12.
8. Soneji S., Barrington-Trimis J.L., Wills T.A. i in.: Association between initial use of e-cigarettes and subsequent cigarette smoking among adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatr* 2018; 172(1): 92-93.
9. Binns C., Lee M. K., Low W.Y.: Children and e-cigarettes: a new threat to health. *Asia Pac J Public Health* 2018; 30(4): 315-320.
10. Carstens E., Carstens M.I.: Sensory effects of nicotine and tobacco. *Nicotine Tob Res* 2022; 24(3): 306-315.
11. Pinkas J.: Współczesne wyzwania zdrowia publicznego. Warszawa: PZWL Wydawnictwo Lekarskie; 2021. 218.
12. Jenssen B. P., Walley S.C., Boykan R. i in.: Protecting Children and adolescents from tobacco and nicotine. *Pediatrics* 2023; 151(5): e2023061806.
13. Kubicka K., Kawalec W. (red.): *Pediatrica*. Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZZWL; 2006.
14. Global Youth Tobacco Survey (GYTS). Fact Sheets Poland 2016. Centers for Disease Control and Prevention. National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office of Smoking and Health, Global Tobacco Surveillance System Data (GTSSData).
15. Komunikat z badań: palenie papierosów. Raport CBOS. Warszawa; 2019.
16. Polańska K., Wojtyśiak P., Bąk-Romaniszyn L. i in.: Susceptibility to cigarette smoking among secondary and high school students from a socially disadvantaged rural area in Poland. *Tob Induc Dis* 2016; 14: 28.
17. Lewicka M., Panek P.: Ocena dostępności do papierosów w opinii dzieci i młodzieży z miasta Włocławka. *Innowacje w Pielęgniarstwie i Naukach o Zdrowiu* 2018; 3(1): 24-38.
18. Wojtyła A., Bojar I., Biliński P.: Palenie tytoniu wśród młodzieży gimnazjalnej w Polsce. *Medycyna Ogólna* 2010; 16(4): 558-569.
19. Wężyk-Caba I., Znyk M., Zajdel R. i in.: Determinants of e-cigarette and cigarette use among youth and young adults in Poland – PolNicoYouth Study. *Int J Environ Res Public Health* 2022; 19(18): 11512.
20. Yoong S.L., Stockings E., Chai L.K. i in.: Prevalence of electronic nicotine delivery systems (ENDS) use among youth globally: a systematic review and meta-analysis of country level data. *Aust N Z J Public Health* 2018; 42(3): 303-308.
21. Bauld L., MacKintosh A. M., Eastwood B. i in.: Young people's use of e-cigarettes across the United Kingdom: findings from five surveys 2015-2017. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2017; 14(9): 973.
22. Jamal A., Gentzke A., Hu S.S. i in.: Tobacco use among middle and high school students – United States, 2011-2016. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep* 2017; 66(23): 597-603.
23. Raport Global Youth Tobacco Survey (GYTS). Fact Sheets Slovakia 2016. Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office of Smoking and Health, Global Tobacco Surveillance System Data (GTSSData).
24. Raport z badań ilościowych dla Biura do spraw Substancji Chemicznych Edycja IV. Warszawa: Centrum Badań Opinii Społecznej; 2021.
25. Mazur J., red.: *Zdrowie i zachowania zdrowotne młodzieży szkolnej w Polsce na tle wybranych uwarunkowań socjodemograficznych. Wyniki badań HBSC 2014*. Warszawa: Instytut Matki i Dziecka; 2015.
26. Xing S., Zhao M., Magnussen C.G. i in.: Proportion and trend in the age of cigarette smoking initiation among adolescent smoking experiencers aged 13-15 years in 148 countries/territories. *Front Public Health* 2022; 10: 1054842.
27. Kowalewska A., Woynarowska B., Mazur J.: Uzależnienie od nikotyny i gotowość do rzucenia palenia wśród palącej młodzieży 15-letniej. *Problemy Higieny i Epidemiologii* 2005; 86: 93-98.
28. Albert D., Chein J., Steinberg L.: Peer influences on adolescent decision making. *Curr Dir Psychol Sci* 2013; 22(2): 114-120.
29. DiFranza J.R., Rigotti N.A., McNeill A.D. i in.: Initial symptoms of nicotine dependence in adolescents. *Tob Control* 2000; 9(3): 313-319.
30. Hawkins S.S., Chung-Hall J., Craig L. i in.: Support for minimum legal sales age laws set to age 21 across Australia, Canada, England, and United States: findings from the 2018 ITC four country smoking and vaping survey. *Nicotine & Tobacco Research: Official Journal of the Society for Research on Nicotine and Tobacco* 2020; 22(12): 2266-2270.
31. Kazubski B.M., Durlak J., Balwicki Ł. i in.: Program zwalczania następstw zdrowotnych używania wyrobów tytoniowych i wyrobów powiązanych w ramach Narodowego Programu Zdrowia. Ankietowe badanie młodzieży. Wrocław; 2019.
32. Madkour A.S., Ledford E.C., Andersen L. i in.: Tobacco advertising/promotions and adolescents' smoking risk in Northern Africa. *Tobacco Control* 2014; 23(3): 244-252.
33. Szczepańska E., Matejka T., Bielaczka A.: Zachowania zdrowotne młodzieży gimnazjalnej na przykładzie środowiska miejskiego i wiejskiego. Część I. Palenie tytoniu i spożywanie napojów alkoholowych. *Annales Academiae Medicae Silesiensis* 2010; 1(64): 48-59.
34. Marmon G., Flak E.: Postawy i zachowania związane z paleniem papierosów u uczniów szkół podstawowych i gimnazjów. *Przegląd Lekarski* 2004; 61(10): 1156-1160.
35. Kanicka M., Szpak A.: Rozpowszechnienie i uwarunkowania środowiskowe palenia tytoniu wśród młodzieży gimnazjalnej w Białymstoku. *Probl Hig Epidemiol* 2008; 89(3): 423-426.
36. Zheng X., Li W., Wong S.W. i in.: Social media and e-cigarette use among US youth: longitudinal evidence on the role of online advertisement exposure and risk perception. *Addictive Behaviors* 2021; 119: 106916.
37. Assunta M., Chamberlain P.: Ensuring a safe, tobacco free future for the young: protecting children from tobacco industry interference. *Tobacco Control* 2024; 33(3): 281-282.
38. Jafari A., Mahdizadeh M., Peyman N. i in.: Exploration the role of social, cultural and environmental factors in tendency of female adolescents to smoking based on the qualitative content analysis. *BMC Womens Health* 2022; 22(1): 38.
39. El Awa F.: Middle East: religion against tobacco. *Tobacco Control* 2003; 12(3): 249-250.
40. Lee C., Gao M., Ryff C.D.: Conscientiousness and smoking: do cultural context and gender matter? *Frontiers in Psychology* 2020; 11: 1593.

Autorzy nie zgłaszają konfliktu interesów.

Adres do korespondencji:

Marta Kopańska
Pracownia Psychologii Medycznej, Instytut Nauk
Medycznych
Kolegium Nauk Medycznych, Uniwersytet Rzeszowski
e-mail: mkopanska@ur.edu.pl
