

# SMOKEHAZ

A scientific review of the health hazards of smoking



ERS



UKCTAS  
UK Centre for Tobacco & Alcohol Studies



ELF

[www.smokehaz.eu](http://www.smokehaz.eu)

Czynne i bierne palenie papierosów jest związane z wieloma chorobami płuc

## U dorosłych:

### Nowotwór płuc występuje:

- **11 razy** częściej u palaczy czynnych
- **1,41 raza (41%)** częściej u palaczy biernych

### POChP występuje:

- **4 razy** częściej u palaczy czynnych
- **o wiele częściej** u osób niepalących narażonych na palenie bierne

### Astma u osób dorosłych występuje:

- **1,61 raza (61%)** częściej u palaczy czynnych

### Gruźlica występuje:

- **1,57 raza (57%)** częściej u palaczy czynnych
- **1,44 raza (44%)** częściej u osób niepalących narażonych na palenie bierne

### Nasilenie objawów astmy występuje:

- **1,71 raza (71%)** częściej u palaczy czynnych

### Bezdech senny występuje:

- **2 razy** częściej u palaczy czynnych

## U dzieci:

### Infekcje dolnych dróg oddechowych występują:

- **1,82 raza (82%)** częściej u niemowląt narażonych na palenie bierne obojga rodziców

### Astma dziecięca i świst oddechowy występują:

- **1,65-1,70 raza (65-70%)** częściej u dzieci narażonych na palenie bierne od matki
- **1,30-1,50 raza (30-50%)** częściej u dzieci narażonych na palenie w okresie przedporodowym

### Nasilenie objawów astmy występuje:

- **o wiele częściej** u dzieci z astmą, narażonych na palenie bierne

### Bezdech senny występuje:

- **o wiele częściej** u dzieci narażonych na palenie bierne matki w okresie ciąży, lub po porodzie

# SMOKEHAZ

A scientific review of the health hazards of smoking



ERS



UKCTAS  
UK Centre for Tobacco & Alcohol Studies



ELF

[www.smokehaz.eu](http://www.smokehaz.eu)

## Zalecenia

- 1.** Aby zapobiec zwiększaniu się liczby osób palących, jest istotne, aby powstawało więcej publicznych miejsc wolnych od dymu. Należy podnieść ceny papierosów i usunąć treści dotyczące palenia z mediów i Internetu. Dzięki temu w ciągu dwóch najbliższych dekad oraz w przyszłości stopniowo ulegną zmniejszeniu zachorowalność i śmiertelność spowodowane paleniem.
- 2.** Należy dodatkowo wzmocnić kompleksowe lokalne, krajowe i unijne programy interwencyjne związane z ruchem przeciwko paleniu, w tym stałe kampanie promujące zdrowie w mediach, duże ostrzeżenia obrazkowe oraz proste opakowania wyrobów tytoniowych. Należy wyeliminować używanie tytoniu.
- 3.** Aby zmniejszyć ciężar chorób oddechowych spowodowanych przez tytoń, należy zachęcać wszystkich aktualnych palaczy do rzucenia palenia w celu zmniejszenia zachorowalności i śmiertelności spowodowanych paleniem na przestrzeni dwóch najbliższych dekad i później. Zapraszamy do zapoznania się z zaleceniami Europejskiego Towarzystwa Chorób Płuc, dotyczącymi rzucania palenia przez pacjentów z chorobami układu oddechowego: [www.ers-education.org/guidelines](http://www.ers-education.org/guidelines)
- 4.** Terapia antynikotynowa (terapia psychologiczna w powiązaniu z lekami) jest jedną z najbardziej ekonomicznych metod w medycynie. Należy rozpropagować jej stosowanie i zapewnić pełen zwrot kosztów terapii. Edukacja i szkolenie w zakresie rzucania palenia tytoniu powinny znajdować się w programach nauczania wszystkich pracowników służby zdrowia i studentów medycyny. Zapraszamy do zapoznania się z monografią ERS na temat rzucania palenia: [www.erspublications.com/content/smoking-cessation](http://www.erspublications.com/content/smoking-cessation)
- 5.** Model brytyjski, w którym publiczne kliniki rzucania palenia przypadają na każde 150 000 osób, a użytkownicy otrzymują zwrot kosztów terapii antynikotynowej, może stanowić model dla pozostałych krajów europejskich.
- 6.** Zobowiązania i zalecenia Ramowej Konwencji Światowej Organizacji Zdrowia o Ograniczeniu Użycia Tytoniu ([www.who.int/fctc/en/](http://www.who.int/fctc/en/)) powinny zostać wdrożone w Europie na szerszą skalę.
- 7.** Aktualne prawo antynikotynowe chroni osoby dorosłe w miejscach pracy i rozrywki. Prawo to nie chroni jednak narażenia na dym w macicy, w domu, lub w samochodach prywatnych, gdzie poziom toksyn może być bardzo wysoki. Należy stworzyć przepisy prawa chroniące noworodki i dzieci w celu uniknięcia narażenia na dym.

Więcej szczegółowych informacji dotyczących obciążeń, kosztów i obszarów działań dotyczących tytoniu oraz zdrowia płuc można uzyskać w biuletynie informacyjnym ERS na temat palenia tytoniu i palenia biernego na stronie internetowej: [www.erswhitebook.org](http://www.erswhitebook.org)