



Raport z ogólnopolskiego badania ankietowego na temat postaw wobec palenia tytoniu

Kantar dla Głównego Inspektoratu Sanitarnego

Październik 2019

Spis treści

1. Metodologia badań.....	4
Sposób doboru próby	4
Opis wyników badania	6
1. Palenie tytoniu	6
1.1 Codzienne palenie wg czynników społeczno-demograficznych.....	7
1.1.1 WIEK	7
1.1.2 MIEJSCE ZAMIESZKANIA.....	8
1.1.3 WYKSZTAŁCENIE	9
1.1.4 STATUS ZAWODOWY	10
1.1.5 SYTUACJA MATERIALNA/BEZROBOCIE	10
1.2 Okazjonalni palacze.....	11
1.3 Byli palacze	12
1.4 Nigdy niepalący	12
2. Bierne narażenie na dym tytoniowy	13
2.1 Narażenie na bierne palenie w domu	13
2.2 Narażenie na bierne palenie w innych miejscach	14
2.2.1 ZAKŁAD (MIEJSCE) PRACY	14
2.2.2 LOKALE GASTRONOMICZNE	15
2.2.3 DYSKOTEKA/KLUB MUZYCZNY.....	16
2.2.4. CENTRUM HANDLOWE	17
2.2.5 OBIEKTY SPORTOWE, REKREACYJNO-WYPOCZYNKOWE ORAZ MIEJSCA ZABAW DZIECI.....	18
2.2.6. OBIEKTY KULTURALNE	19
2.2.7 PLACÓWKI EDUKACYJNE.....	20
2.2.8 PLACÓWKI SŁUŻBY ZDROWIA.....	22
2.2.9 URZĘDY I INSTYTUCJE PAŃSTWOWE	22
2.2.10 ŚRODKI I OBIEKTY PUBLICZNEGO TRANSPORTU	23
2.3 Palenie w obecności innych osób.....	25
3. Charakterystyka osób palących tytoń regularnie.....	26
4. Alternatywne formy używania tytoniu	32
5. Przestrzeganie zakazu palenia w miejscach publicznych i opinie na ten temat .	34
6. Promocja papierosów i kampanie zachęcające do rzucenia palenia	36
7. Podsumowanie	45

7.1 Postawy wobec palenia	45
7.2 Społeczno-ekonomiczne uwarunkowania palenia	45
7.3 Behawioralna charakterystyka palenia	45
7.4 Bierne narażenie na dym tytoniowy	46
7.5 Opinie i postawy wobec programów i polityki zdrowotnej ograniczającej palenie	46
7.6 Promocja papierosów i kampanie zachęcające do rzucenia palenia	47
8. Rekomendacje	48

Autorzy raportu:

Anna Trząsalska

Urszula Krassowska

1. Metodologia badań

Badanie zrealizowane zostało w ramach badania wielotematycznego Omnibus w dniach 20 - 25 września 2019 roku.

Badanie Omnibus przeprowadzane jest na reprezentatywnej, ogólnopolskiej próbie 1000 osób w wieku 15+, techniką CAPI.¹

Próba ma charakter losowo-kwotowy – zapewnia losowy dobór lokalizacji do badania i gwarantuje zgodność struktury próby ze strukturą populacji.

Sposób doboru próby

Ogólna charakterystyka

Badanie typu omnibus realizowane jest na 1000-osobowej losowej próbie, reprezentatywnej dla ogółu ludności Polski w wieku 15+. Próba ma charakter kwotowo-losowy i jest dobierana z operatu adresowego TERYT. Warstwowanie uwzględnia wielkość miejscowości oraz rozmieszczenie terytorialne w ramach województw, a także płeć i wiek dobieranych osób. Podstawą warstwowania są dane demograficzne zawarte w publikacji GUS „Ludność. Stan i struktura w przekroju terytorialnym.”, aktualne na 30.06.2018 r. i aktualizowane co roku.

Pierwsza faza procedury doboru – warstwowanie terytorialne

Badana populacja jest warstwowana ze względu na kryterium lokalizacji terytorialnej (w podziale na 16 województw) oraz klasę wielkości miejscowości. Według tego ostatniego kryterium miejscowości dzielone są na dziewięć kategorii wielkości: Warszawę, miasta powyżej 500 tys. mieszkańców, 200-499 tys., 100-199 tys., 50-99 tys., 20-49 tys., 10-20 tys., do 10 tys. oraz wsie.

W ramach przeprowadzonego podziału warstwowego dobierane są miejscowości, które w dalszej fazie stanowią jednostki losowania adresów. Do jednostek losowania włącza się obligatoryjnie wszystkie 18 miast o liczbie ludności przekraczającej 200 tys. mieszkańców, natomiast w klasach miejscowości o mniejszej liczbie mieszkańców jest losowana odpowiednia liczba miast. Losowanie to jest dokonywane z uwzględnieniem prawdopodobieństw proporcjonalnych do liczby mieszkańców, przy czym liczba miast, które mają być wylosowane jest ustalona przy założeniu, że w każdym z tych miast realizowana jest taka sama liczba wywiadów (równa wielkości wiązki realizacyjnej).

¹ Wywiady realizowane metodą CAPI to wywiady bezpośrednie z respondentami (face to face) przeprowadzane przy użyciu laptopów. Ankieter wpisuje odpowiedzi respondenta w elektroniczny kwestionariusz, co pozwala sprawniej przeprowadzić wywiad i łatwiej zanalizować wyniki. Dodatkowo metoda ta pozwala na rozwinięcie aspektu graficznego, dodając grafikę jako integralną część kwestionariusza np. możliwość badania wizerunku marki poprzez prezentowanie na ekranie laptopa logotypów itp.

Losowanie miast odbywa się według schematu ze zwracaniem. Warstwy dla obszarów

wiejskich wyznacza się zgodnie z podziałem terytorialnym na województwa. Następnie w każdym województwie dobierane są gminy, przy czym losowanie dokonywane jest według schematu ze zwracaniem z uwzględnieniem prawdopodobieństw proporcjonalnych do liczby mieszkańców gminy.

Na tym etapie doboru części wiejskie gmin miejsko-wiejskich włączane są do warstwy wsi w poszczególnych województwach, natomiast miasta z tych gmin dołączane są do warstw miast odpowiedniej klasy w poszczególnych województwach.

Druuga faza procedury doboru - losowanie adresów

W drugiej fazie doboru w dobranych uprzednio miastach i gminach losuje się wymaganą liczbę adresów. Adresy dobierane są metodą losowania systematycznego z operatu TERYT.

We wszystkich miastach liczących ponad 200 tys. mieszkańców dobiera się liczbę adresów proporcjonalną do liczby ludności, przy czym współczynnik proporcjonalności ustalony jest z uwzględnieniem planowanej liczebności próby. W miastach o liczbie mieszkańców poniżej 200 tys. losowana jest jednakowa liczba adresów – odpowiadająca wiązce realizacyjnej.

W obszarach wiejskich podstawę losowania adresów stanowią dobrane wcześniej gminy.

W każdej z nich losuje się jedną wieś z prawdopodobieństwem proporcjonalnym do liczby mieszkańców, a następnie spośród adresów dobranej wsi losowana jest liczba adresów odpowiadająca wielkości wiązki realizacyjnej.

Losowany jest jeden adres startowy na wiązkę. Dobór respondentów w wiązce realizowany jest metodą random route.

Trzecia faza – alokacja cech demograficznych

W trzeciej fazie doboru próby do uprzednio wylosowanych adresów alokowany jest podział próby ze względu na płeć i kohorty wiekowe, osobno w poszczególnych klasach wielkości miast i osobno w każdym województwie w warstwie wsi. Płeć i wiek są krzyżowane ze sobą.

W przypadku kryterium wieku stosowany jest podział na 5 kohort: 15-19 lat, 20-29 lat, 30-39 lat, 40-49 lat, 50-59 lat i ponad 60 lat.

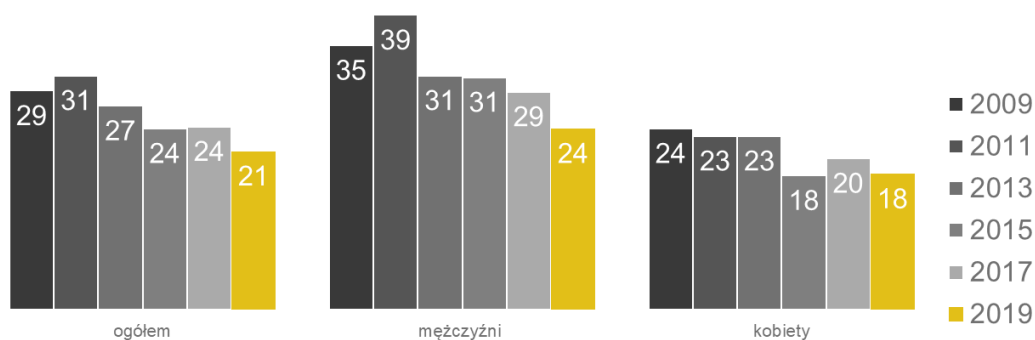
Opis wyników badania

1. Palenie tytoniu

W 2019 roku do nałogowego (codziennego) palenia przyznaje się ponad jedna piąta Polaków – 21%. Wynik ten jest nieco wyższy w stosunku do tego odnotowanego w 2017 roku (24%). Kontynuuje on więc tendencję spadkową udziału osób palących nałogowo – od 2011 roku w polskim społeczeństwie jest o 10 punktów procentowych mniej palący.

Badania pokazują, że w nałóg palenia tytoniu częściej wpadają mężczyźni niż kobiety (26% wobec 19%). Zarówno wśród mężczyzn, jak i wśród kobiet, odsetek palących regularnie nie zmienił się w sposób istotny statystycznie w stosunku do poprzedniego pomiaru.

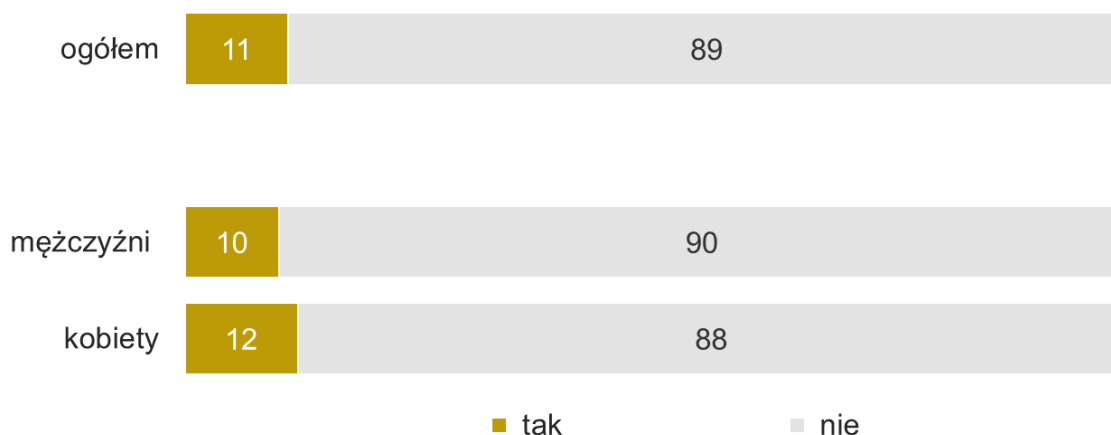
Wykres 1. Odsetek osób codziennie palących tytoń – lata 2009-2017.



2019: N=1011

Wśród osób, które palą codziennie 11% zaczęło palić tytoń w ciągu ostatniego roku. Wśród mężczyzn odsetek ten wynosi 10%, natomiast wśród kobiet 12%.

Wykres 2. Odsetek osób, które zaczęły palić regularnie (codziennie) w ciągu ostatnich 12 miesięcy.



ogółem N=226, mężczyźni N=125, kobiety N=101

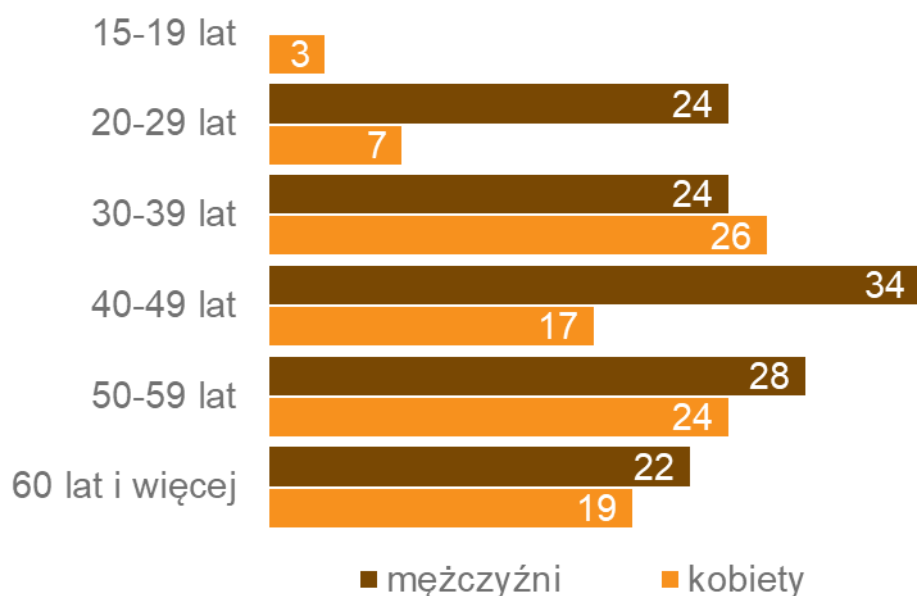
1.1 Codzienne palenie wg czynników społeczno-demograficznych

1.1.1 WIEK

Jak wynika ze wszystkich dotychczasowych pomiarów odsetek osób, które palą regularnie, jest najniższy wśród osób młodych – w grupie wiekowej: 15-19 lat (mniej niż co setny mężczyzna oraz 3% kobiet w tym wieku przyznaje się do codziennego palenia). W porównaniu z wynikami z 2017 roku odnotowany odsetek w przypadku mężczyzn spadł (o 9 punktów procentowych), a kobiet – nieznacznie wzrósł (o 3 punkty procentowe).

Odsetek palących mężczyzn wzrasta niemal proporcjonalnie wraz z wiekiem. Największy odsetek palących mężczyzn jednak obserwuje się wśród 40-latków (34%). Wśród kobiet największy odsetek palących regularnie zauważa się w grupie trzydziestolatek (36%) i w tej grupie wiekowej odsetek kobiet palących jest wyższy niż mężczyzn (26% wobec 24%).

Wykres 3. Regularne palenie a wiek (odsetek osób palących codziennie wśród kobiet i mężczyzn w poszczególnych grupach wiekowych).

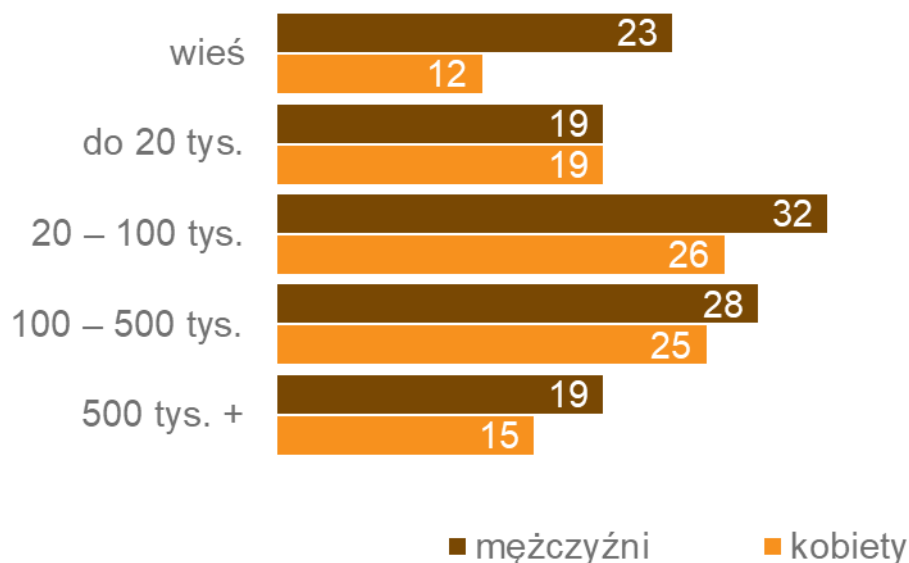


mężczyźni N=125, kobiety N=101

1.1.2 MIEJSCE ZAMIESZKANIA

Nałogowe palenie tytoniu w małym stopniu uzależnione jest od miejsca zamieszkania respondentów. Ogólnie rzecz biorąc, niezależnie od tego gdzie mieszkają, mężczyźni palą wyraźnie częściej niż kobiety. Warto zauważyć, że różnica ta jest wyraźnie mniejsza w miastach od 20 do 500 tysięcy mieszkańców – mieszkanki tych miast palą częściej niż inne Polki. Najmniejszy odsetek palących tytoń odnotowano wśród Polaków żyjących na wsi (14%) i największych miastach (16%).

Wykres 4. Regularne palenie a miejsce zamieszkania (odsetek osób palących codziennie wśród kobiet i mężczyzn według miejsca zamieszkania).

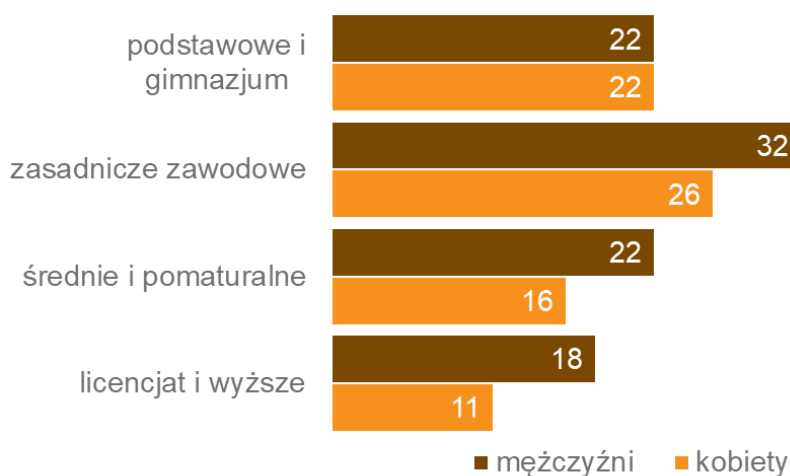


mężczyźni N=125, kobiety N=101

1.1.3 WYKSZTAŁCENIE

Najwyższy odsetek nałogowych palaczy jest w grupie posiadającej wykształcenie zasadnicze zawodowe (32% wśród mężczyzn, 26% wśród kobiet) oraz podstawowe – w tej grupie do palenia przyznaje się 22% mężczyzn oraz 22% kobiet. Najrzadziej nałogowo palą kobiety i mężczyźni z wykształceniem wyższym – odpowiednio 11% i 18%. W porównaniu z poprzednim pomiarem w 2017 odnotowany został spadek odsetka palaczy w grupach osób gorzej wykształconych – w szczególności właśnie z wykształceniem zasadniczym zawodowym.

Wykres 5. Regularne palenie a wykształcenie (odsetek osób palących codziennie wśród kobiet i mężczyzn według wykształcenia).

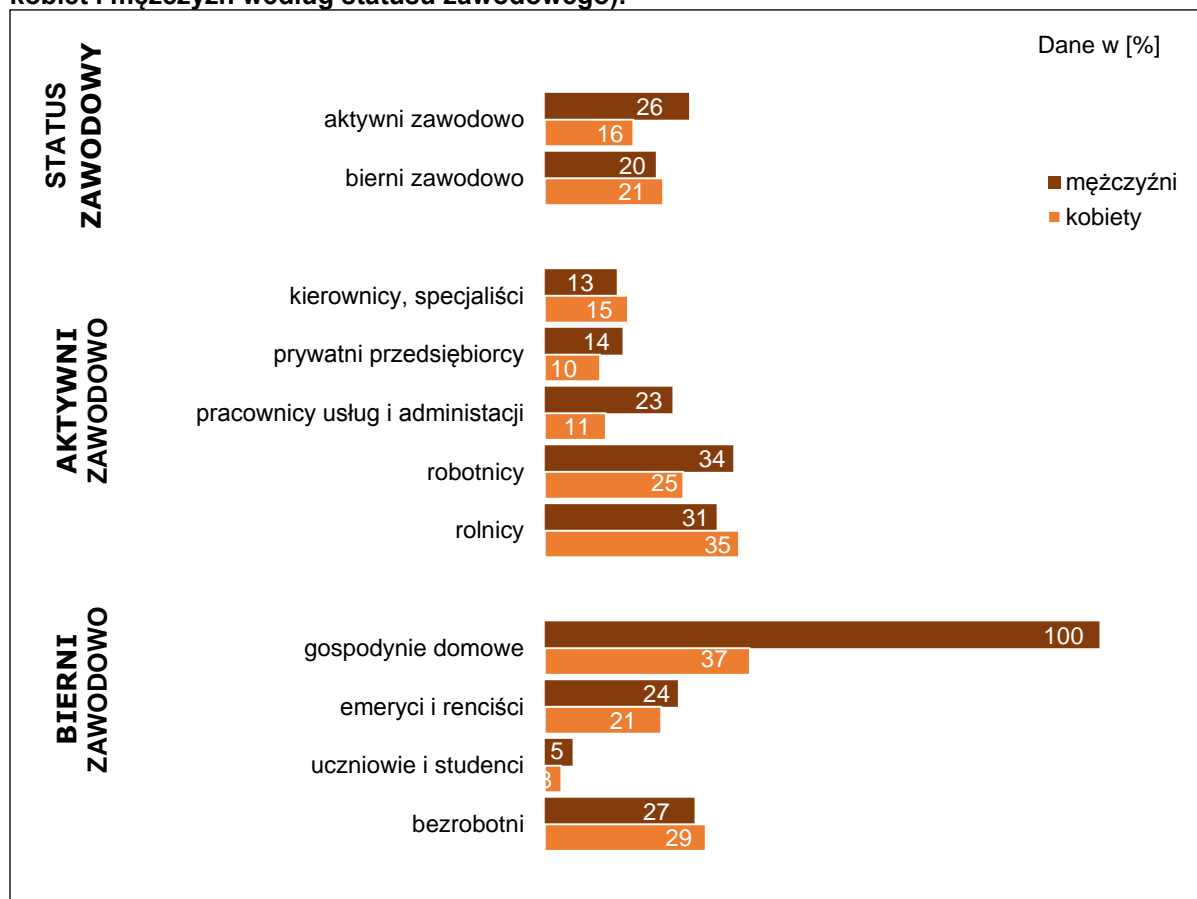


mężczyźni N=125, kobiety N=101

1.1.4 STATUS ZAWODOWY

Podobnie jak w 2017 roku, w 2019 roku mężczyźni aktywni zawodowo palą nieznacznie częściej niż bierni zawodowo (26% wobec 20%). Wśród kobiet z kolei zaobserwowana tendencja jest taka sama jak w ostatnim pomiarze – 16% kobiet aktywnych zawodowo pali, wśród biernych zawodowo – 21%.

Wykres 6. Regularne palenie a status zawodowy (odsetek osób palących codziennie wśród kobiet i mężczyzn według statusu zawodowego).

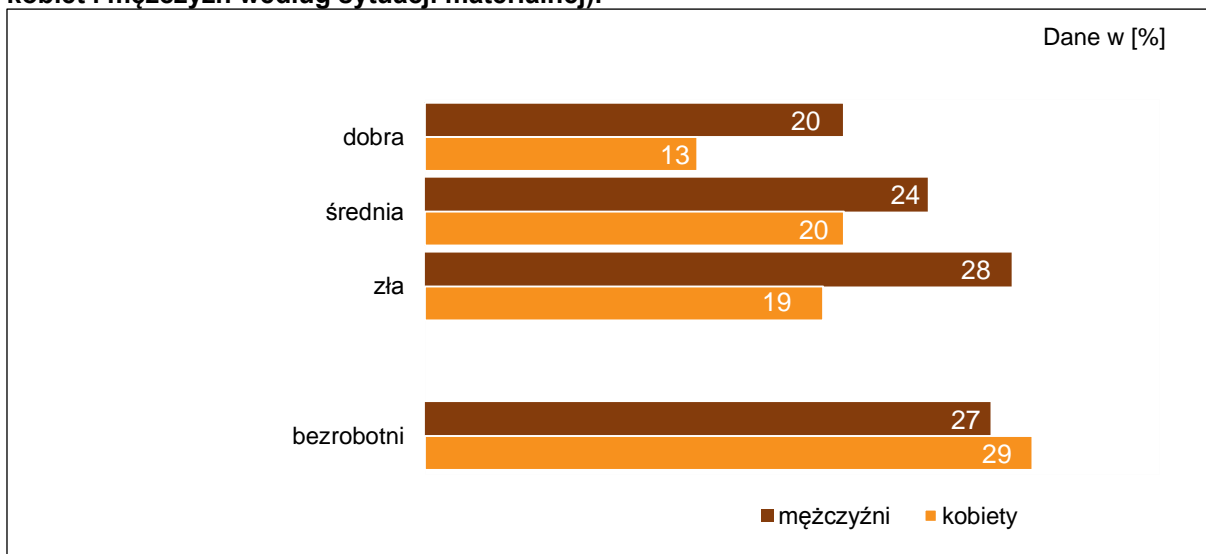


mężczyźni N=144, kobiety N=109; *N=2

1.1.5 SYTUACJA MATERIALNA/BEZROBOCIE

Jak wynika ze wszystkich edycji badania im gorsza jest sytuacja materialna badanych, tym częściej deklarują oni regularne palenie papierosów. W przypadku mężczyzn tendencja ta potwierdza się również w 2019 roku (21% mężczyzn w dobrej sytuacji materialnej pali regularnie, a 31% w złej sytuacji materialnej sięga codziennie po papierosa). Wśród kobiet nie ma takiej liniowej zależności – kobiety, które oceniają swoją sytuację materialną jako średnią najczęściej palą tytoń (22%), ale niewiele mniej kobiet w złej sytuacji materialnej regularnie pali papierosy (19%). Wciąż wysoki odsetek nałogowych palaczy jest wśród osób bezrobotnych. Codziennie po tytoń sięga 35% bezrobotnych mężczyzn oraz 33% bezrobotnych kobiet. Warto zauważyć jednak, że w przypadku mężczyzn jest to o 18 punktów procentowych mniej niż w 2017 roku.

Wykres 7. Regularne palenie a sytuacja materialna (odsetek osób palących codziennie wśród kobiet i mężczyzn według sytuacji materialnej).

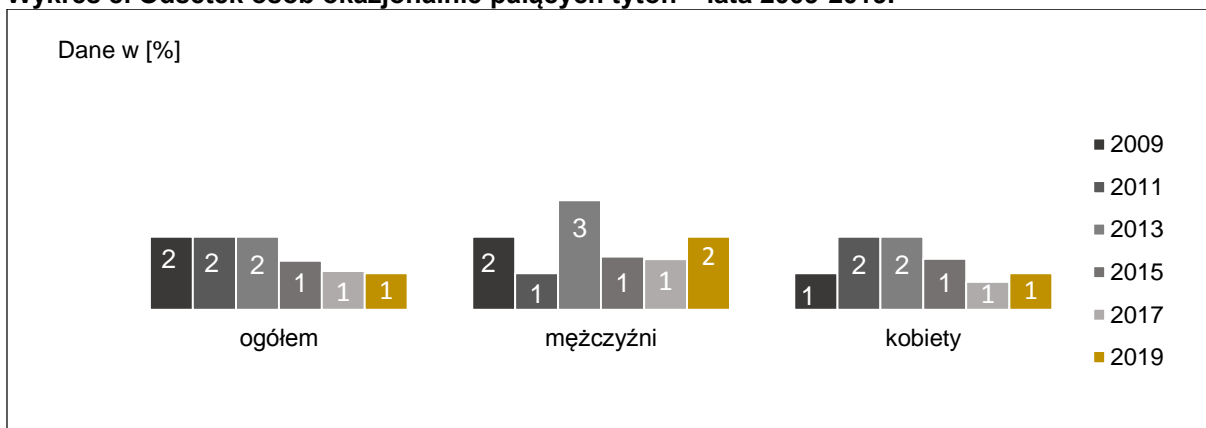


mężczyźni N=125, kobiety N=101

1.2 Okazjonalni palacze

Dwóch na stu mężczyzn (2%) oraz jedna kobieta na sto (1%) deklaruje, że mimo, iż nie pali tytoniu regularnie, to zdarza im się „popalać”. W 2019 roku odsetek osób, które okazjonalnie palą tytoń utrzymuje się na podobnym poziomie, co w latach poprzednich.

Wykres 8. Odsetek osób okazjonalnie palących tytoń – lata 2009-2019.

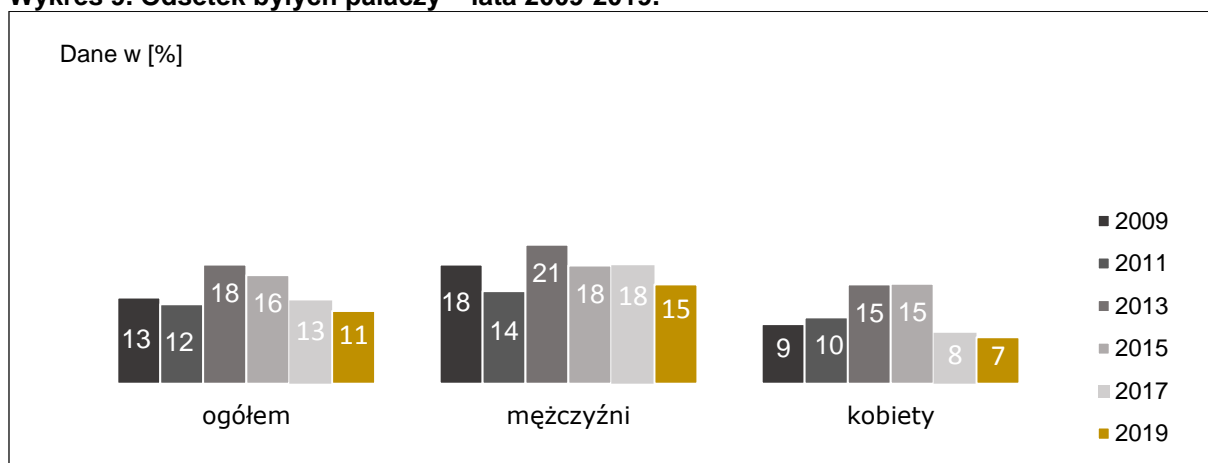


2017: N=1011

1.3 Byli palacze

Co siódmy mężczyzna (15%) oraz 7% kobiet przyznaje, że chociaż obecnie nie pali, to w przeszłości regularnie palili tytoń. Odsetek byłych palaczy wśród mężczyzn spadł w stosunku do poprzedniego badania (w 2017 roku) o 3 punkty procentowe, natomiast odsetek kobiet, które przyznają się do tego, że paliły papierosy w przeszłości utrzymuje się na tym samym poziomie.

Wykres 9. Odsetek byłych palaczy – lata 2009-2019.



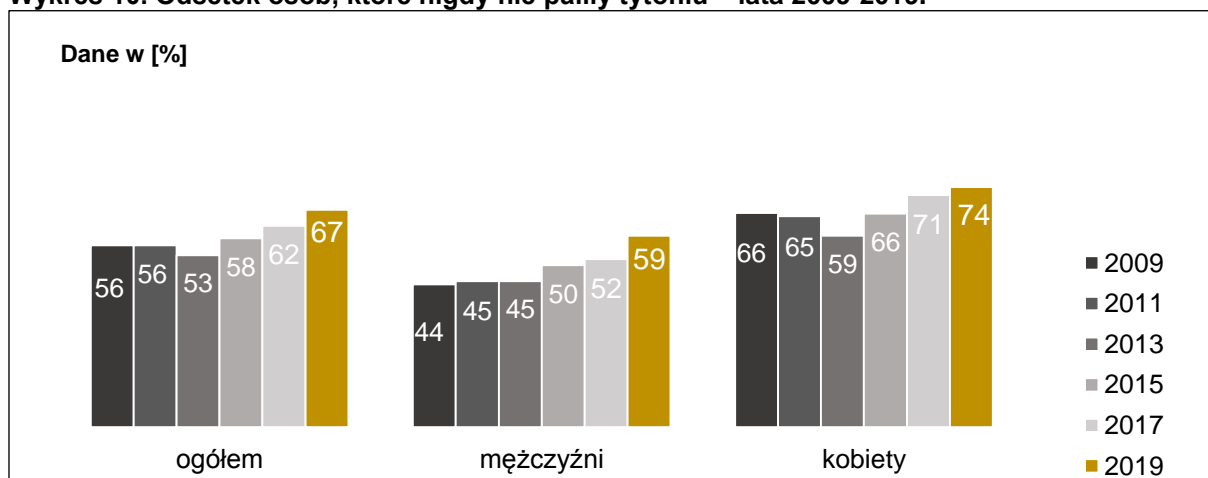
2019: N=1011

1.4 Nigdy niepalący

Ponad połowa Polaków – 59% – oraz nieco ponad siedem na dziesięć Polek – 74% – deklaruje, że nigdy nie palili tytoniu. W porównaniu do danych z poprzednich pomiarów odsetki nigdy niepalących mężczyzn i kobiet wzrosły – odpowiednio o 7 i 3 punkty procentowe w porównaniu z wynikami z 2017 roku.

Ogólnie osoby nie palące stanowią ponad dwie trzecie (67%). W porównaniu z wynikami z 2017 roku nastąpił wzrost o 5 punktów procentowych.

Wykres 10. Odsetek osób, które nigdy nie paliły tytoniu – lata 2009-2019.



2019: N=1011

2. Bierne narażenie na dym tytoniowy

2.1 Narażenie na bierne palenie w domu

W 2019 roku jedna trzecia Polaków (34%) przyznaje, że w ich domu pali się tytoń w różnym zakresie. 9% badanych mówi, że w ich domach pali się tytoń bez ograniczeń – w całym domu. 7% deklaruje, że w ich domach pali się tytoń, ale jedynie w wyznaczonych do tego zamkniętych pomieszczeniach. W 18% domów tytoń pali się tylko na zewnątrz – np. na balkonie/ tarasie. Pozostali (66%) nie pozwalają na palenie w swoim domu. W stosunku do poprzedniego badania nastąpił więc spadek przyzwolenia na palenie w domach – zwłaszcza bez ograniczeń (o 4 punkty procentowe).

Wśród osób palących zdecydowana większość – ponad ośmiu na dziesięciu (81%) przyznaje, że w ich domu pali się tytoń. Ponadto, aż 35% z nich deklaruje, że pali się go bez ograniczeń – w całym domu.

W zdecydowanej większości domów osób niepalących (80%) obowiązuje całkowity zakaz palenia.

Tolerancja w stosunku do palenia w domu wyraźnie maleje zarówno wśród palących (8 punktów procentowych w stosunku do 2017 roku) jak i niepalących (o 4 punkty procentowe w stosunku do 2017 roku).

Wykres 11. Czy w Pana(i) domu pali się tytoń?

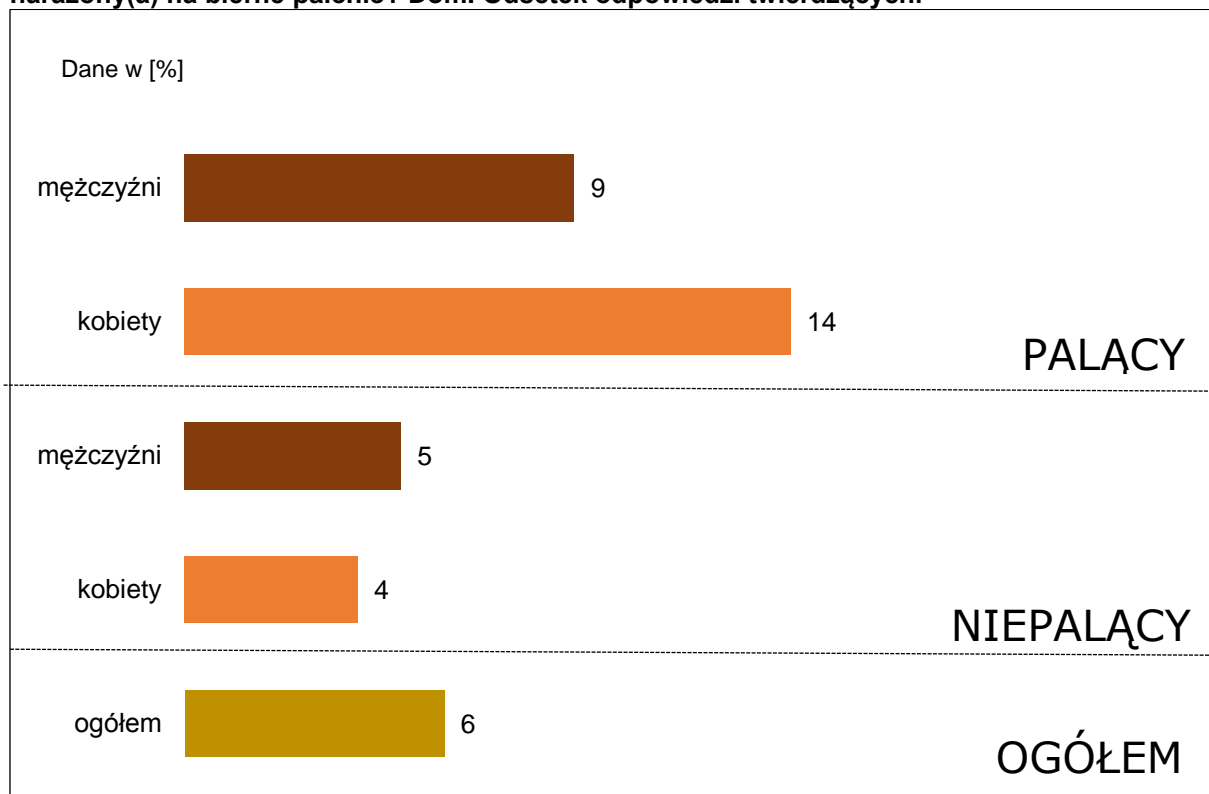


2019: N=1011

Dodatkowo 6% Polaków przyznaje, że we własnym domu są narażeni na bierne palenie. Palący przyznają, że zdecydowanie częściej narażeni są na dym tytoniowy w domu: odsetek kobiet wynosi 14%, a mężczyzn – 9%, podczas gdy wśród niepalących narażonych na bierne palenie jest 4% kobiet i 5% mężczyzn. Polacy są narażeni na bierne palenie w swoich domach znacznie rzadziej niż w 2017 roku –

zwłaszcza ci palący – wówczas przyznawało się do tego 27% mężczyzn i 22% kobiet.

Wykres 13. Czy przebywając w ostatnim miesiącu w wymienionych miejscach był(a) tam Pan(i) narażony(a) na bierne palenie? Dom. Odsetek odpowiedzi twierdzących.



2019: N=1011

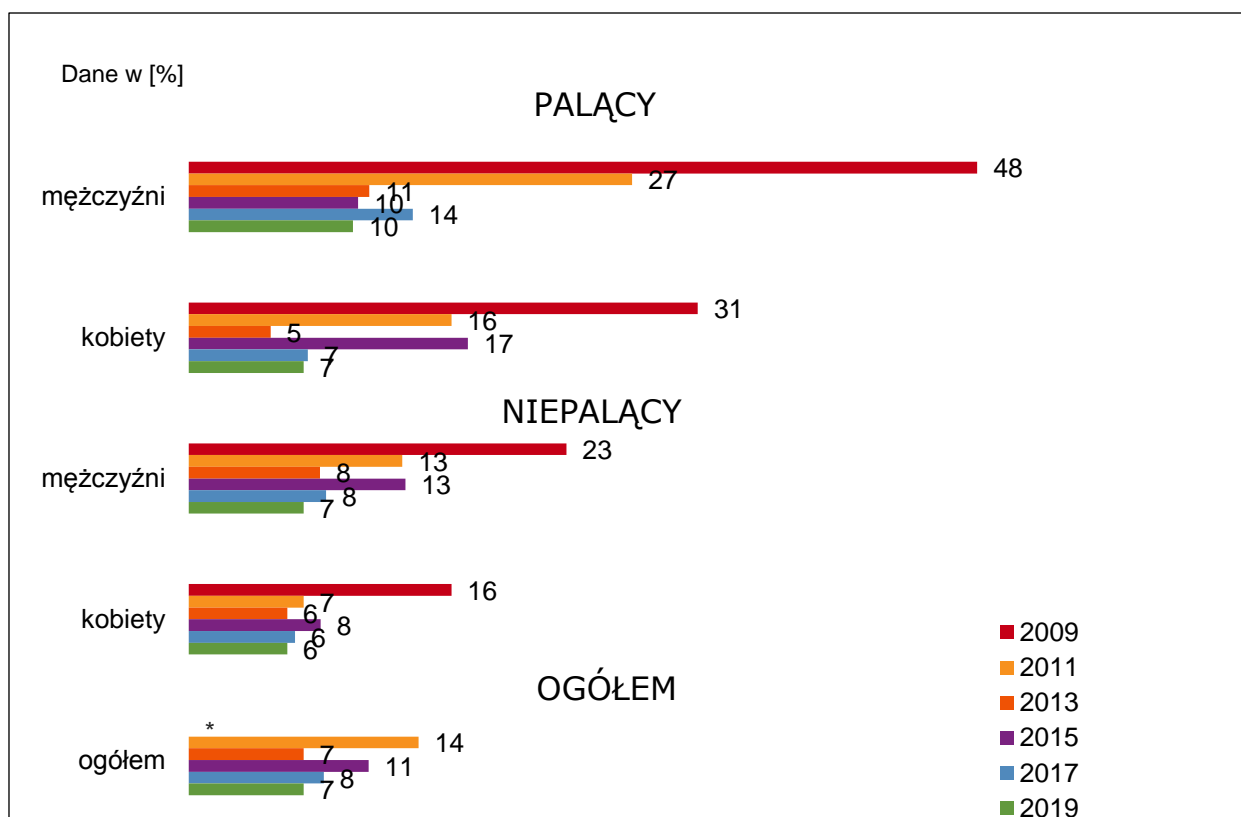
2.2 Narażenie na bierne palenie w innych miejscach

2.2.1 ZAKŁAD (MIEJSCE) PRACY

Wyniki ze wszystkich dotychczasowych edycji badania pokazują, że odsetek osób narażonych na bierne palenie w swoim miejscu pracy w ciągu ostatnich kilku lat systematycznie spadał. W 2019 roku również odnotowano niewielki spadek tego odsetka – do poziomu 7%.

Palenie w miejscu pracy jest więc w odwrocie, zgodnie z ogólną tendencją ograniczenia palenia tytoniu w miejscach publicznych.

Wykres 15. Czy przebywając w ostatnim miesiącu w wymienionych miejscach był(a) tam Pan(i) narażony(a) na bierne palenie? Zakład (miejsce) pracy. Odsetek odpowiedzi twierdzących.



palący N=226, niepalący N=785; * – brak danych z 2009 roku.

2.2.2 LOKALE GASTRONOMICZNE

Tendencja spadkowa dotyczy także odsetka osób narażonych na bierne palenie w lokalach gastronomicznych – zwłaszcza dotyczy to barów lub pubów oraz restauracji. Najczęściej z biernym paleniem spotykają się palący mężczyźni w barach lub pubach (11%). Niepalący mężczyźni i niepalące kobiety są na to narażone nieco rzadziej – po 7%. Są to jednak odsetki znacznie niższe niż w 2017 roku – rzadziej na bierne palenie narażeni są przede wszystkim niepalący mężczyźni oraz palące kobiety w barach lub pubach (spadek po 7 punktów procentowych) i restauracjach (o 4 punkty procentowe), ponadto palący mężczyźni i kobiety w barach i pubach (po 4 punkty procentowe).

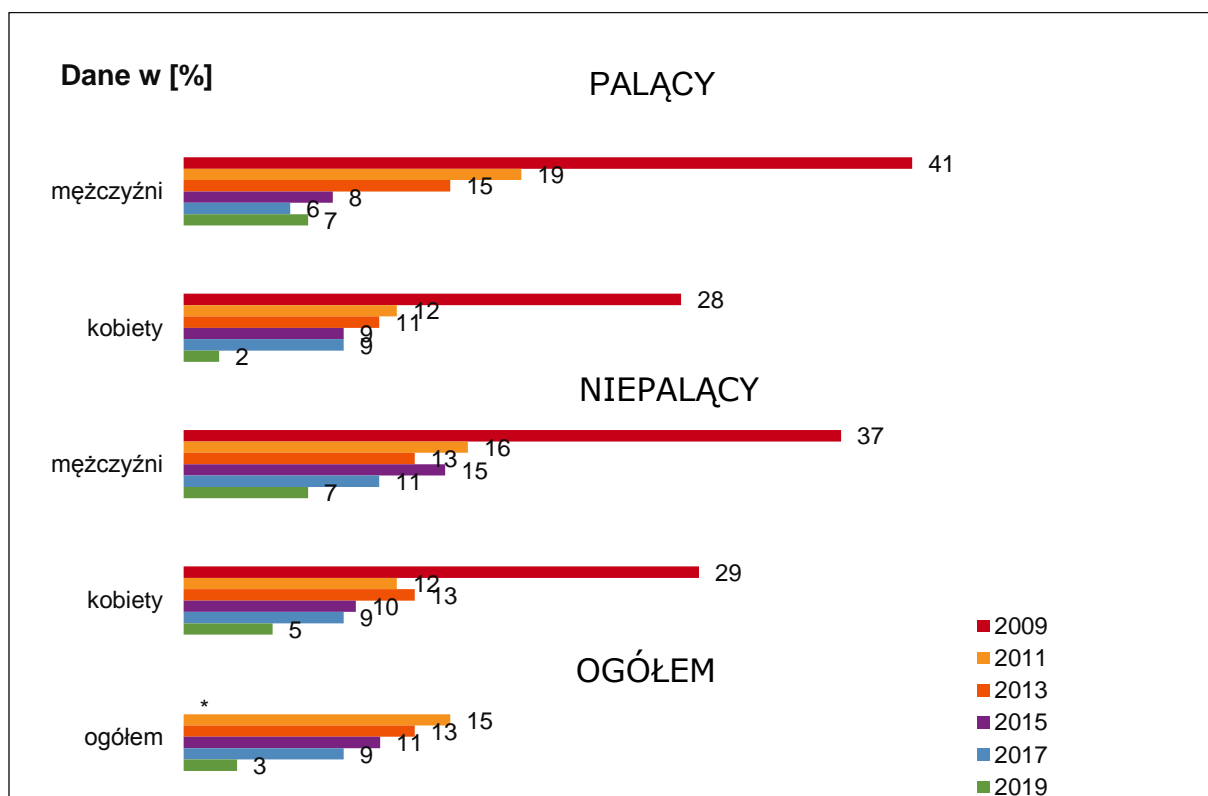
			2009	2011	2013	2015	2017	2019
PALĄCY	mężczyźni	bar/ pub	66%	29%	25%	11%	15%	11%
		kawiarnia	51%	21%	7%	8%	5%	2%
		restauracja	40%	15%	6%	4%	8%	5%
	kobiety	bar/ pub	48%	17%	10%	15%	9%	2%
		kawiarnia	40%	11%	5%	13%	2%	1%
		restauracja	30%	8%	3%	13%	4%	3%
NIEPALĄCY	mężczyźni	bar/ pub	49%	21%	21%	20%	14%	7%
		kawiarnia	40%	12%	8%	7%	7%	5%
		restauracja	31%	9%	8%	5%	8%	4%
	kobiety	bar/ pub	32%	15%	17%	14%	11%	7%
		kawiarnia	26%	9%	8%	9%	6%	6%
		restauracja	22%	8%	6%	8%	7%	5%
OGÓŁEM	bar/ pub	*	20%	19%	16%	12%	7%	
	kawiarnia	*	12%	8%	9%	6%	5%	
	restauracja	*	10%	6%	7%	7%	4%	

* – brak danych z 2009 roku.

2.2.3 DYSKOTEKA/KLUB MUZYCZNY

Porównując wyniki badań z 2011, 2013, 2015, 2017 i 2019 roku można zauważyć tendencję spadkową, jeśli chodzi o poziom odsetka respondentów narażonych na bierne palenie w dyskotekach i klubach muzycznych. W 2019 roku 7% palących mężczyzn i 2% palących kobiet (spadek o 7 punktów procentowych), a także 7% niepalących mężczyzn (spadek o 4 punkty procentowe) i 5% niepalących kobiet (spadek o 4 punkty procentowe) mówi, że palono tytoń w ich obecności, gdy byli w dyskotece/ klubie.

Wykres 16. Czy przebywając w ostatnim miesiącu w wymienionych miejscach był(a) tam Pan(i) narażony(a) na bierne palenie? Dyskoteka/klub muzyczny. Odsetek odpowiedzi twierdzących.

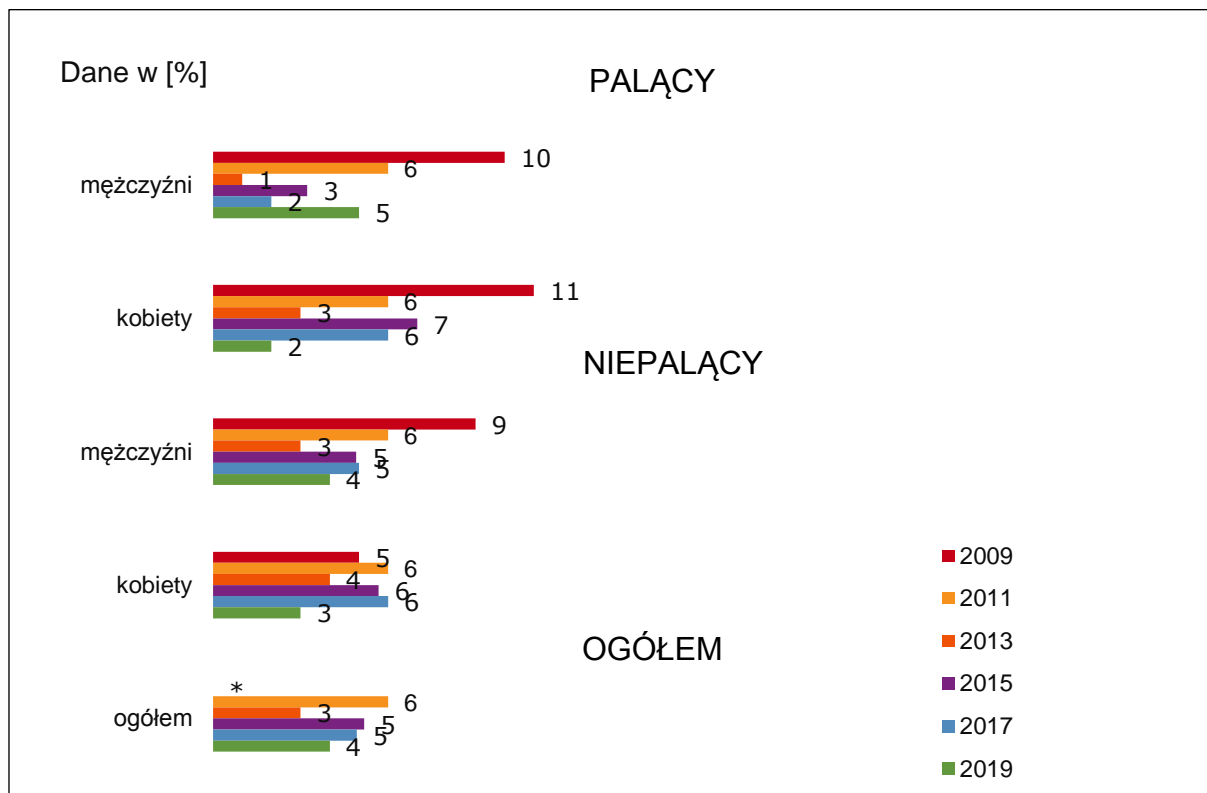


palący N=226, niepalący N=786; * – brak danych z 2009 roku.

2.2.4. CENTRUM HANDLOWE

Zmienił się natomiast, w stosunku do poprzedniego pomiaru, odsetek osób narażonych na kontakt z dymem tytoniowych w centrach handlowych. Obecnie 5% palących mężczyzn, 2% palących kobiet oraz 4% niepalących mężczyzn i 3% niepalących kobiet przyznaje, że w ich obecności palono w centrach handlowych. Częściej w tego typu miejscach na bierne palenie narażeni są palący mężczyźni (wzrost o 3 punkty procentowe) oraz niepalące kobiety (wzrost o 3 punkty procentowe). Rzadziej doświadczają natomiast tego kobiety palące (spadek o 4 punkty procentowe).

Wykres 17. Czy przebywając w ostatnim miesiącu w wymienionych miejscach był(a) tam Pan(i) narażony(a) na bierne palenie? Centrum handlowe.
Odsetek odpowiedzi twierdzących.



palący N=226, niepalący N=786; * – brak danych z 2009 roku.

2.2.5 OBIEKTY SPORTOWE, REKREACYJNO-WYPOCZYNKOWE ORAZ MIEJSCA ZABAW DZIECI

Jeśli chodzi o narażenie na bierne palenie na terenie obiektów sportowych i rekreacyjno-wypoczynkowych, wśród wszystkich badanych grup zauważa się znaczny spadek poziomu kontaktu z dymem tytoniowym w porównaniu do 2017 roku. Obecnie żaden z palących mężczyzn nie przyznał, że był narażony na bierne palenie w obiektach sportowych, 1% w obiektach rekreacyjno-wypoczynkowych, i podobnie (1%) w miejscach zabaw dzieci. W obecności 1% palących kobiet palono tytoń w obiektach sportowych, 3% - w obiektach rekreacyjno-sportowych, a w obecności 3% – w miejscach zabaw dzieci. Wśród niepalących mężczyzn było to odpowiednio – 3%, 5% i 1%, a wśród niepalących kobiet – 4%, 2% i 3%.

Wciąż najczęściej, ale znacznie rzadziej niż w poprzednich latach, Polacy narażeni są na bierne palenie w parkach i na plażach. 6% Polaków uważa, że w tych miejscach został narażony na kontakt z dymem tytoniowym. Niepalący dostrzegają tego typu narażenie zdecydowanie rzadziej niż w 2017 roku (7% mężczyzn i 6% kobiet) niż ci palący (3% mężczyzn i 7% kobiet).

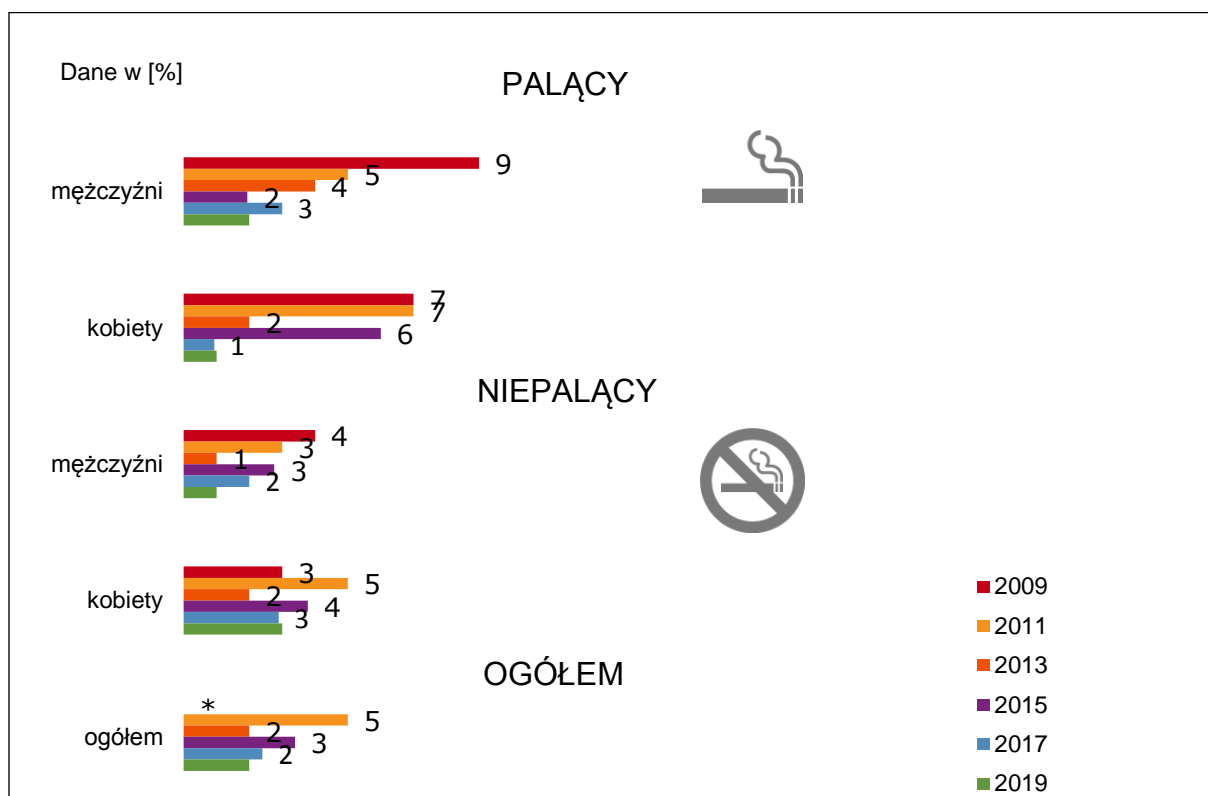
			2009	2011	2013	2015	2017	2019
PALĄCY	mężczyźni	obiekty sportowe	34%	9%	11%	6%	7%	0%
		obiekty rekreacyjno-wypoczynkowe	29%	5%	9%	5%	7%	1%
		miejsca zabaw dzieci	19%	4%	5%	3%	4%	1%
		plaże/parki	*	*	*	*	12%	3%
	kobiety	obiekty sportowe	20%	11%	2%	3%	5%	1%
		obiekty rekreacyjno-wypoczynkowe	26%	8%	8%	7%	5%	3%
		miejsca zabaw dzieci	18%	13%	9%	6%	6%	3%
		plaże/parki	*	*	*	*	13%	7%
NIEPALĄCY	mężczyźni	obiekty sportowe	19%	9%	7%	8%	6%	3%
		obiekty rekreacyjno-wypoczynkowe	23%	7%	9%	7%	6%	5%
		miejsca zabaw dzieci	10%	7%	3%	3%	4%	1%
		plaże/parki	*	*	*	*	13%	7%
	kobiety	obiekty sportowe	15%	5%	3%	7%	5%	4%
		obiekty rekreacyjno-wypoczynkowe	16%	5%	7%	6%	6%	2%
		miejsca zabaw dzieci	12%	5%	8%	5%	6%	3%
		plaże/parki	*	*	*	*	17%	6%
OGÓŁEM	obiekty sportowe	*	8%	5%	7%	6%	3%	
	obiekty rekreacyjno-wypoczynkowe	*	6%	8%	6%	6%	3%	
	miejsca zabaw dzieci	*	6%	6%	4%	5%	2%	
	plaże/parki	*	*	*	*	14%	6%	

* – brak danych z 2009 roku.

2.2.6. OBIEKTY KULTURALNE

W 2019 roku kontakt z dymem tytoniowym w obiektach kulturalnych, podobnie jak w poprzednich pomiarach, jest niewielki. Odnotowany został podobny jak w poprzednim pomiarze poziom odsetka osób narażonych na bierne palenie w tych miejscach. Z dymem tytoniowym w obiektach kulturalnych zetknęło się 2% palących mężczyzn i 1% palących kobiet oraz 1% niepalących mężczyzn i 3% niepalących kobiet.

Wykres 18. Czy przebywając w ostatnim miesiącu w wymienionych miejscach był(a) tam Pan(i) narażony(a) na bierne palenie? Obiekty kulturalne. Odsetek odpowiedzi twierdzących.



palący N=264, niepalący N=778; * – brak danych z 2009 roku.

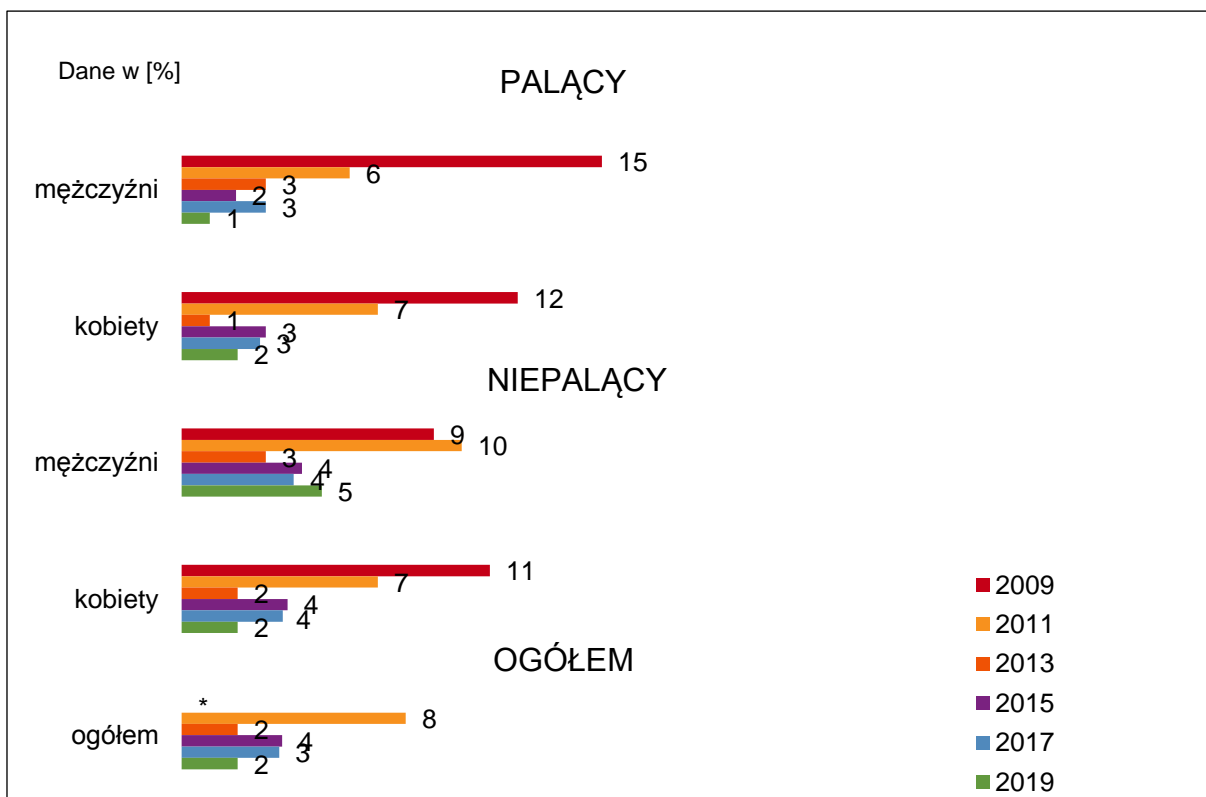
2.2.7 PLACÓWKI EDUKACYJNE

1% palących mężczyzn, 2% palących kobiet oraz 3% niepalących mężczyzn i 2% niepalących kobiet przyznaje, że w ich obecności palono tytoń w placówkach edukacyjnych.

Porównując wyniki z 2019 roku z tymi uzyskanymi w 2017 roku, odsetek osób, które były narażone na bierne palenie w szkołach i innych placówkach edukacyjnych, kształtuje się na bardzo podobnym poziomie.

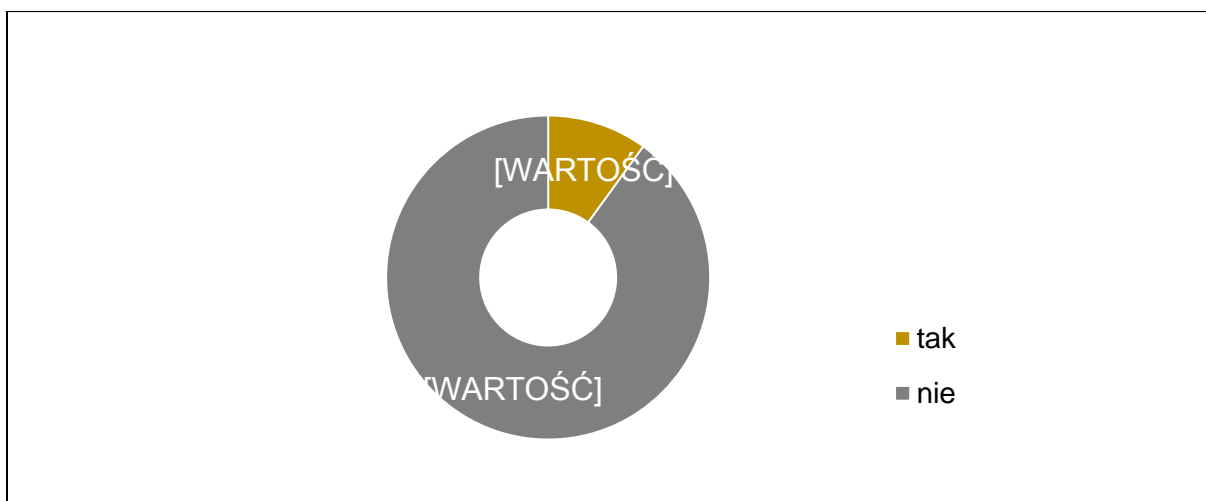
Co dziesiąta osoba (10%) w grupie 15-19 latków przyznaje, że w ich obecności palono tytoń w placówkach edukacyjnych, natomiast 90% deklaruje, że nie było narażonych na bierne palenie w takich miejscach. Zauważyć można więc niewielki spadek odsetka osób w wieku szkolnym, które miały styczność z dymem papierosowym w szkole lub innych placówkach edukacyjnych (o 2 punkty procentowe).

Wykres 19. Czy przebywając w ostatnim miesiącu w wymienionych miejscach był(a) tam Pan(i) narażony(a) na bierne palenie? Placówki edukacyjne.
Odsetek odpowiedzi twierdzących.



palący N=226, niepalący N=785; * – brak danych z 2009 roku.

Wykres 20. Młodzież szkolna narażona na bierne palenie w placówkach edukacyjnych

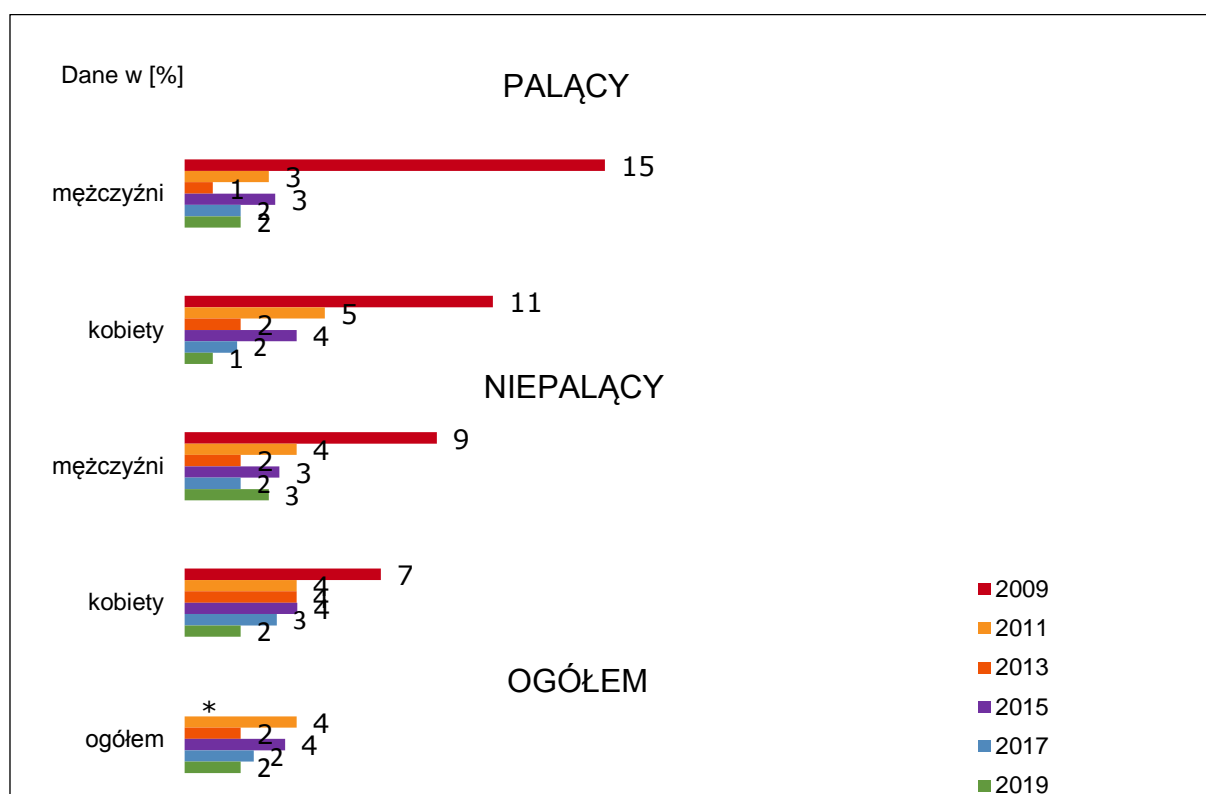


N=63

2.2.8 PLACÓWKI SŁUŻBY ZDROWIA

Na bierne palenie w szpitalach i innych placówkach ochrony zdrowia narażone jest 2% palących mężczyzn i 1% palących kobiet. Wśród niepalących na kontakt z dymem tytoniowym narażone jest 3% mężczyzn i 2% kobiet. Poziom narażenia na dym tytoniowy w placówkach służby zdrowia utrzymuje się na mniej więcej tym samym poziomie, co w 2017 roku.

Wykres 21. Czy przebywając w ostatnim miesiącu w wymienionych miejscach był(a) tam Pan(i) narażony(a) na bierne palenie? Placówki służby zdrowia. Odsetek odpowiedzi twierdzących.



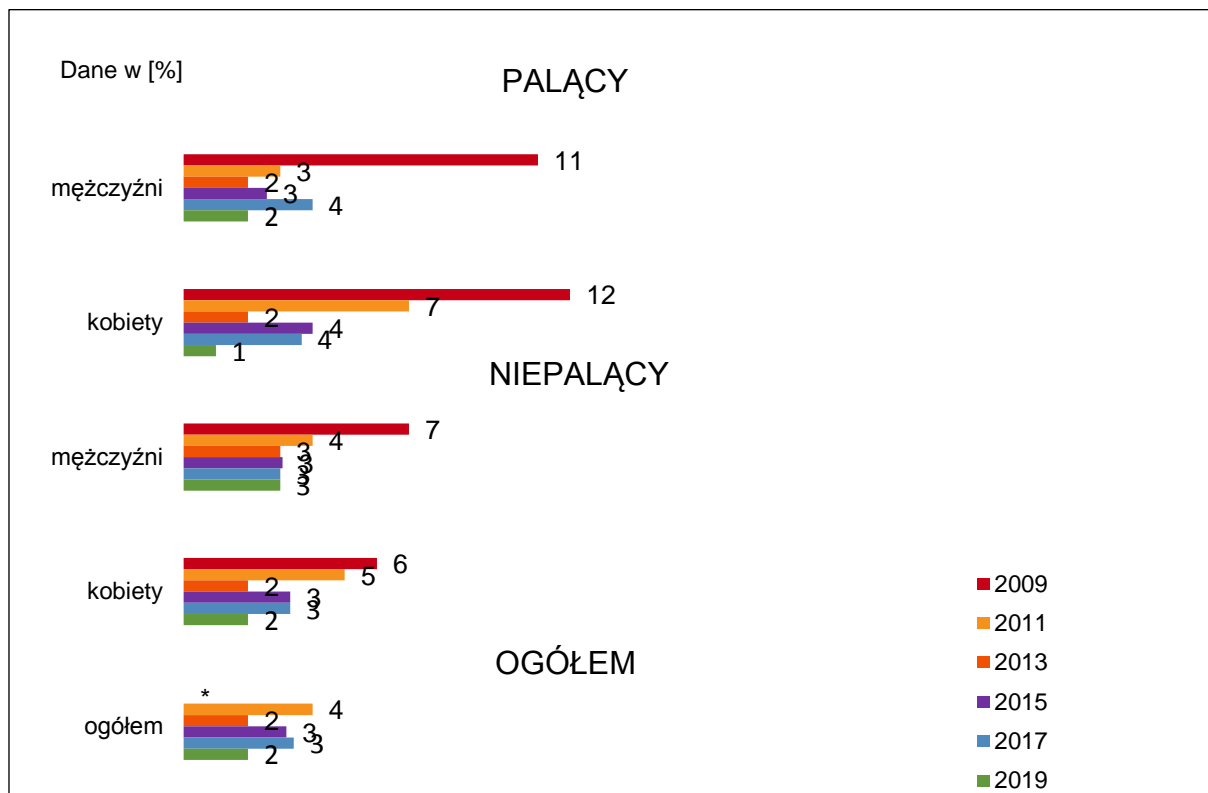
palący N=226, niepalący N=785; * – brak danych z 2009 roku.

2.2.9 URZĘDY I INSTYTUCJE PAŃSTWOWE

Polacy bardzo rzadko są narażeni na bierne palenie tytoniu w urzędach i instytucjach państwowych. 2% palących mężczyzn oraz 1% palących kobiet było narażonych na kontakt z dymem tytoniowym w urzędach. Wśród niepalących kobiet ten odsetek wyniósł 2%, a wśród niepalących mężczyzn – 3%.

W porównaniu z 2017 rokiem odsetki dotyczące narażenia na bierne palenie w urzędach i instytucjach państwowych pozostał na podobnym poziomie. Zauważalny jest jedynie niewielki spadek narażenia na bierne palenie w urzędach wśród palących kobiet (o 3 punkty procentowe).

Wykres 22. Czy przebywając w ostatnim miesiącu w wymienionych miejscach był(a) tam Pan(i) narażony(a) na bierne palenie? Urzędy i instytucje państwowe. Odsetek odpowiedzi twierdzących.



palący N=226, niepalący N=785; * – brak danych z 2009 roku.

2.2.10 ŚRODKI I OBIEKTY PUBLICZNEGO TRANSPORTU

Wciąż znaczny odsetek osób jest narażony na bierne palenie na przystankach i w obiektach komunikacji miejskiej (11%), choć w stosunku do 2017 roku odsetek ten znacząco spadł – w przypadku palących mężczyzn o 7 punktów procentowych, palących kobiet o 16 punktów procentowych, niepalących mężczyzn – o 11 punktów procentowych oraz niepalących kobiet o 13 punktów procentowych. Bierne palenie w środkach publicznego transportu jest dostrzegane znacznie rzadziej, a jego poziom jest podobny, jak w 2017 roku. Narażonych na to było 5% palących mężczyzn, 1% palących kobiet, 3% niepalących kobiet i 3% niepalących mężczyzn.

			2009	2011	2013	2015	2017	2019
PALĄCY	mężczyźni	przystanki i obiekty komunikacji miejskiej	49%	33%	22%	19%	21%	14%
		środki publicznego transportu	19%	7%	4%	3%	5%	5%
	kobiety	przystanki i obiekty komunikacji miejskiej	49%	34%	27%	19%	24%	8%
		środki publicznego transportu	20%	10%	3%	3%	1%	1%
NIEPALĄCY	mężczyźni	przystanki i obiekty komunikacji miejskiej	47%	33%	25%	29%	21%	10%
		środki publicznego transportu	19%	5%	5%	10%	4%	3%
	kobiety	przystanki i obiekty komunikacji miejskiej	42%	26%	29%	26%	26%	13%
		środki publicznego transportu	10%	6%	5%	6%	4%	3%
OGÓŁEM	przystanki i obiekty komunikacji miejskiej		*	31%	26%	25%	23%	11%
	środki publicznego transportu		*	7%	5%	6%	4%	3%

* – brak danych z 2009 roku.

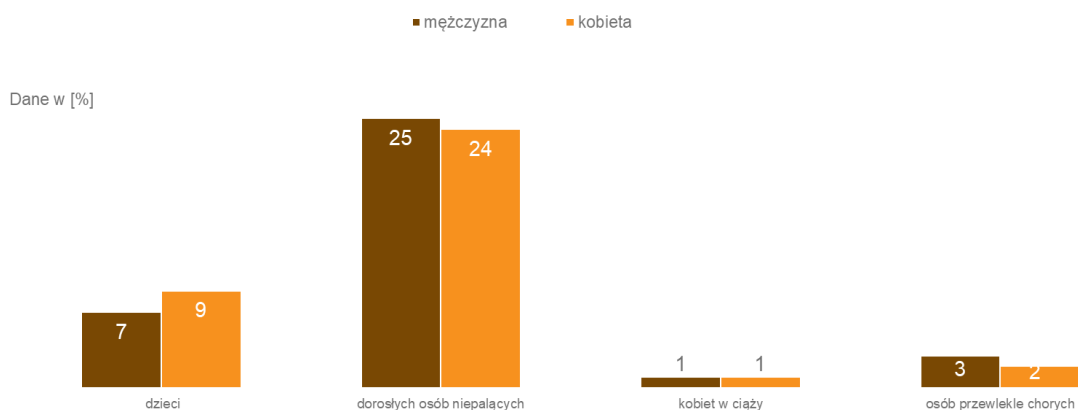
2.3 Palenie w obecności innych osób

Wciąż Polakom zdarza się palić w obecności osób niepalących, kobiet w ciąży lub dzieci, jednak odsetek ten jest zdecydowanie niższy niż w 2017 roku. Co czwarty palący (24%) przyznał, że zdarzało mu się palić przy dorosłych osobach niepalących (25% mężczyzn i 24% kobiet). 8% z nich paliło przy dzieciach (7% palących mężczyzn i 9% palących kobiet), 2% - przy osobach przewlekle chorych. Bardzo rzadko zdarza się, że Polacy palą przy kobietach w ciąży – zdarzyło się to jednemu na dziesięciu palących (1%).

Poziom palenia papierosów w obecności innych osób znacznie spadł w stosunku do 2017 roku. Różnica ta jest w szczególności dostrzegana w przypadku palenia przy osobach niepalących – o 34 punkty procentowe w przypadku mężczyzn i 27 punktów procentowych. W przypadku palenia przy dzieciach różnice te wynoszą dla palących mężczyzn 10 punktów procentowych, a dla kobiet – 11 punktów procentowych. Przy kobietach w ciąży mężczyźni palą o 4 punkty procentowe rzadziej, a kobiety – o 8 punktów procentowych rzadziej.

Wykres 23. Czy zdarza się Panu(i) palić w obecności...?

Odsetek odpowiedzi twierdzących.



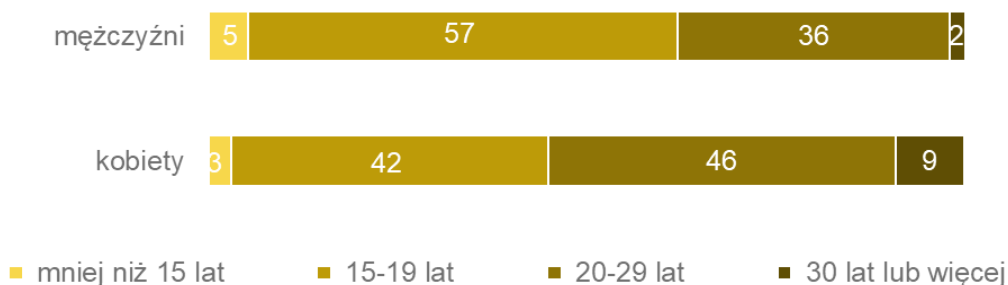
palący N=226

3. Charakterystyka osób palących tytoń regularnie

Połowa palaczy przyznaje, że zaczęła nałogowo (codziennie) palić tytoń w wieku 15-19 lat – 50% palaczy. Jak pokazują wyniki ze wszystkich dotychczasowych edycji badania, ogólnie rzecz biorąc, mężczyźni zaczynają palić wcześniej niż kobiety. Palący tytoń mężczyźni częściej niż kobiety wpadli w nałóg jeszcze przed 20-tym rokiem życia (17 punktów procentowych różnicy). 42% palących kobiet oraz 57% palących mężczyzn zaczęło codziennie palić tytoń w wieku 15-19 lat.

W wieku 20-29 lat zaczęła palić dwóch na pięciu aktualnych nałogowych palaczy (40%). 46% palących kobiet zaczęło codziennie palić w wieku 20-29 lat, wśród palących mężczyzn odsetek ten jest mniejszy i wynosi 36% (10 punktów procentowych różnicy).

Wykres 24. Ile lat Pan(i) miał(a), kiedy zaczął(ęła) Pan(i) palić tytoń codziennie?



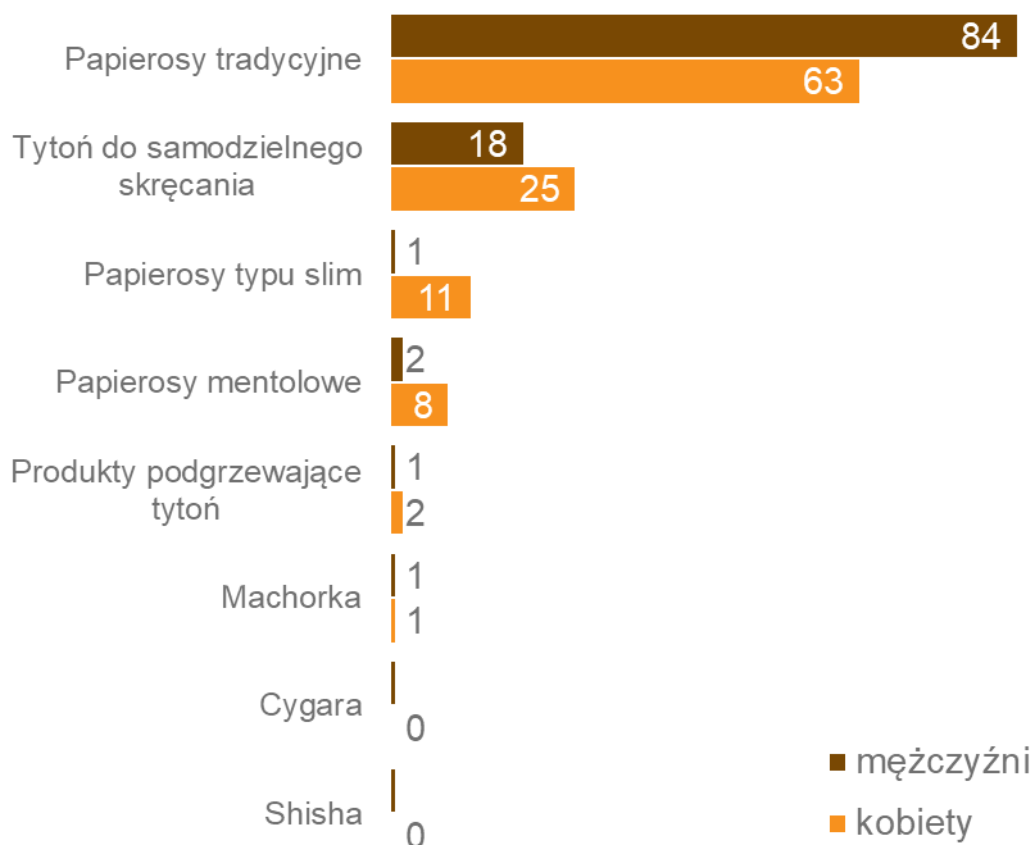
mężczyźni N=120, kobiety N=97

Polki i Polacy palą tytoń przede wszystkim w formie papierosów tradycyjnych. 84% palących mężczyzn oraz 63% palących kobiet deklaruje, że właśnie w ten sposób pali. W 2017 roku odsetki te w przypadku mężczyzn były bardzo zbliżone i wynosiły 82% wśród mężczyzn. Kobiety paliły papierosy tradycyjne częściej niż obecnie (o 10 punktów procentowych). Zaobserwowane nieznaczny wzrost ogólnego odsetka korzystania z tytoniu do samodzielnego skręcania, przy czym mężczyźni korzystają z tego rodzaju tytoniu rzadziej (18%, w stosunku do 23% w 2017 roku), a wśród kobiet tego rodzaju tytoń jest bardziej popularny (25%, w stosunku do 14% w 2017 roku).

Mężczyźni-palacze rzadko sięgają po innego rodzaju tytoń poza tradycyjnymi papierosami oraz tytoniem do samodzielnego skręcania. Inaczej jest w przypadku kobiet-palaczek - 11% z nich pali papierosy typu slim, a 8% - papierosy mentolowe (o 3 punkty procentowe więcej niż w 2017 roku).

Tytoń w formie cygar, cygaretek, tytoniu fajkowego lub shishy czy machorki palą tylko nieliczni.

Wykres 25. W jakiej postaci pali Pan(i) tytoń?



mężczyźni N=120, kobiety N=97

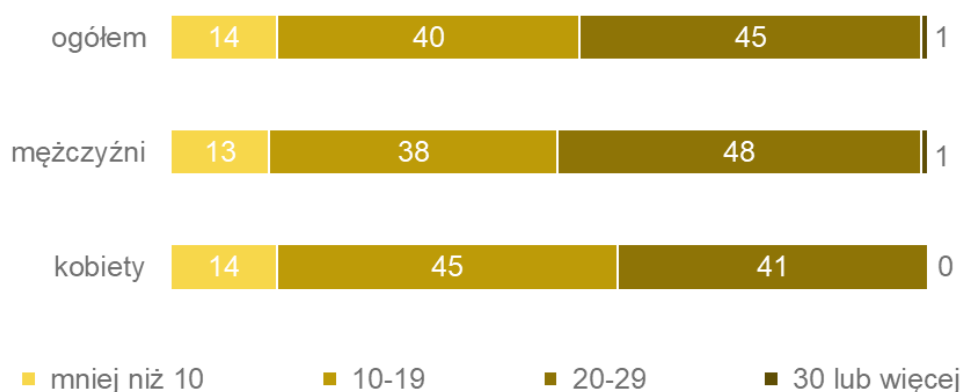
Najwięcej osób spośród tych, które palą papierosy średnio wypala 20-29 papierosów dziennie – 45%. W 2017 roku odsetek takich osób był dokładnie taki sam. Obecnie wśród osób palących papierosy 54% pali mniej niż paczkę papierosów dziennie, natomiast 46% wypala w ciągu dnia więcej niż zawartość jednej paczki (20 i więcej papierosów).

Podobnie jak w poprzednim pomiarze (w 2017 roku), tak i teraz w 2019 roku odpowiedzi na pytanie o dzienną liczbę wypalanych papierosów wśród kobiet i mężczyzn znacząco się różnią. Mężczyźni wypalają średnio nieco więcej papierosów niż kobiety. Niemal połowa palących mężczyzn (48%) deklaruje, że wypala ich średnio 20-29 dziennie, a 38%, że pali 10-19 papierosów dziennie. Jeśli chodzi o kobiety to najczęściej deklarują one (45%), że wypalają dziennie niespełną paczkę papierosów – od 10 do 19 papierosów, natomiast 41% przyznaje się do palenia 20-29 papierosów tradycyjnych dziennie.

Mniej niż 10 papierosów w ciągu dnia wypala 13% palących mężczyzn i 14% palących kobiet.

Papierosy mentolowe znacznie częściej (przez 64% palących) palone są w liczbie 10-19 dziennie, podobnie jak papierosy typu slim (71%). Większość palaczy (57%), którzy używają tytoniu do samodzielnego skręcania pali 20-29 sztuk dziennie.

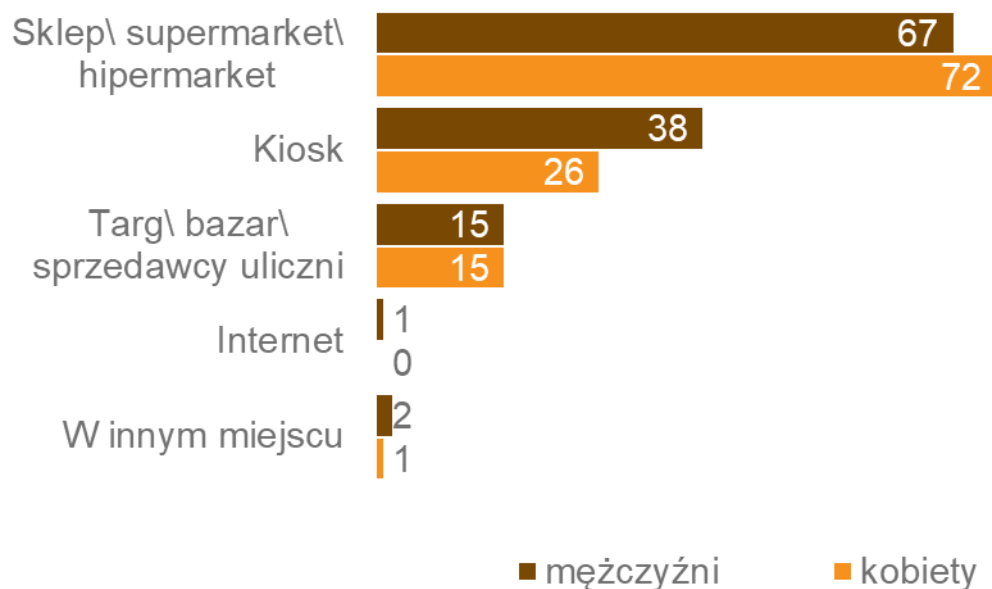
Wykres 26. Średnio, ile papierosów (tradycyjnych) wypala Pan(i) dziennie?



mężczyźni N=102, kobiety N=61 – osoby, które palą papierosy

W 2019 roku ponad dwie trzecie Polaków (69%) palących papierosy kupowało je w sklepie spożywczym/supermarkecie/hipermarkecie. Jest to wynik o 5 punktów procentowych niższy niż w 2017 roku. Popularność kiosków wciąż spada – papierosy w kiosku kupuje w 2019 roku o 19 punktów procentowych mniej palących Polaków niż w 2017 roku, jednakże wciąż jest to jeden z dwóch zdecydowanie najczęściej wybieranych miejsc zakupu papierosów. Wskazują na to też pomiary z poprzednich lat. Palacze częściej niż w 2017 roku zaopatrują się w papierosy na targach/bazarach czy u sprzedawców ulicznych – 15% palących mężczyzn oraz 15% kobiet. Tylko nieliczni odpowiadali, że kupują papierosy jeszcze w innych miejscach (2% palaczy).

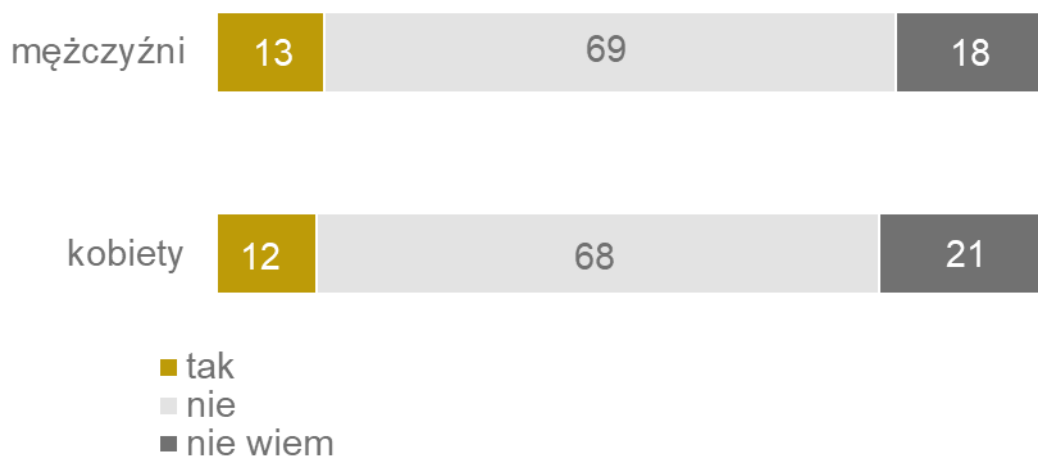
Wykres 27. Gdzie kupuje Pan(i) papierosy? Proszę wskazać wszystkie miejsca, w których zaopatruje się Pan(i) w papierosy.



mężczyźni N=120, kobiety N=97 – osoby, które palą papierosy

Zarówno w przypadku kobiet, jak i mężczyzn odsetek osób planujących rzucenia palenia spadł w stosunku do poprzedniego badania, przy czym wśród kobiet ten spadek jest znacznie większy. W przypadku mężczyzn w 2019 roku 13% planuje podjąć próbę rzucenia palenia w najbliższej przyszłości (spadek o 4 punkty procentowe). Podobne plany ma 12% kobiet (spadek o 29 punktów procentowych).

Wykres 28. Czy w najbliższej przyszłości planuje Pan(i) podjąć próbę rzucenia palenia?



mężczyźni N=120, kobiety N=97

Większość osób (84%), która w ciągu swojego życia wypaliła co najmniej 100 papierosów (fajek, cygar, cygaretek) w ciągu ostatnich 12 miesięcy nie podejmowała próby rzucenia palenia. Dla kobiet odsetek ten wynosi odpowiednio 87%, a dla mężczyzn 82%. Porównując wyniki z 2019 roku z tymi uzyskanymi w 2017 roku, zauważalny jest spadek odsetka osób, które próbowały rzucić palenie – różnica 6 punktów procentowych (17% wobec 23%).

Co siódmy palący codziennie (13%) próbował w ciągu ostatnich 12 miesięcy rzucić palenie, ale bezskutecznie. Wśród mężczyzn odsetek ten wynosi 16%, a wśród kobiet 9%.

Częściej nieudane próby rzucenia palenia w ciągu ostatnich 12 miesięcy podejmowali czterdziestolatkowie, osoby z wykształceniem średnim, osoby najmłodsze oraz te, których dochód gospodarstwa domowego mieści się w przedziale 1501-2500 zł.

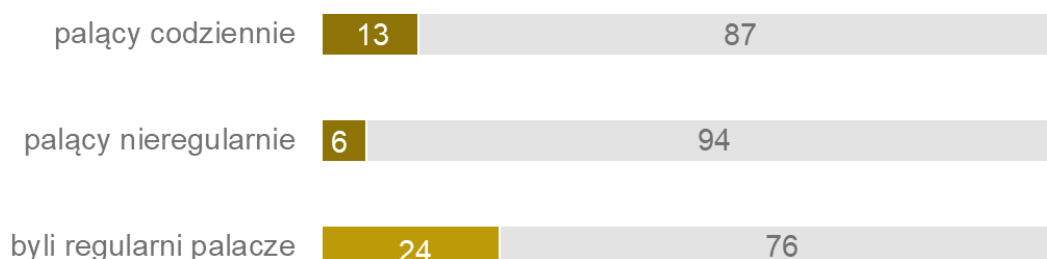
Wykres 29. Czy podejmował(a) Pan(i) próbę rzucenia palenia tytoniu w ciągu ostatnich 12 miesięcy?*



- tak, próbowałem(a)m zaprzestać palenia, ale ponownie zacząłem/ zaczęłam palić po pewnym czasie
- tak, przestałem/ przestałam palić tytoń i nie palę do dzisiaj
- nie

mężczyźni N=197, kobiety N=138 – palący codziennie, palący nieregularnie i byli regularni palacze

Wykres 30. Czy podejmował(a) Pan(i) próbę rzucenia palenia tytoniu w ciągu ostatnich 12 miesięcy?*



- tak, próbowałem(a)m zaprzestać palenia, ale ponownie zacząłem/ zaczęłam palić po pewnym czasie
- tak, przestałem/ przestałam palić tytoń i nie palę do dzisiaj
- nie

N=2019– palący codziennie (N=213), palący nieregularnie (N=13) i byli regularni palacze (N=108)

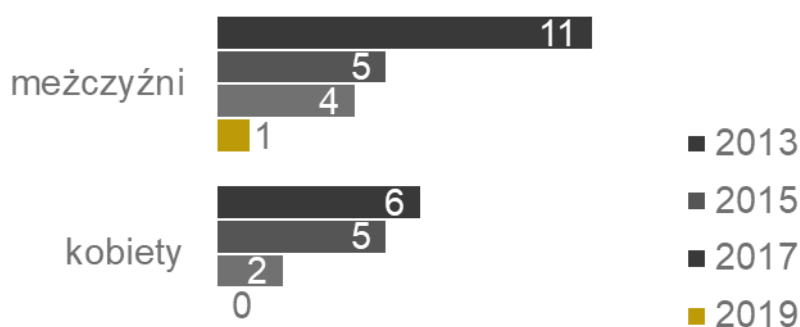
4. Alternatywne formy używania tytoniu

Tylko co setny Polak (1%) używa tytoniu bezdymnego np. tabaki, tytoniu do żucia i innych. 99% badanych deklaruje, że nie używają tego rodzaju tytoniu. Wyniki uzyskane w 2019 roku nie różnią się od tych z poprzednich edycji badania (2013, 2015 i 2017 rok).

Mogłoby się wydawać, że dość popularną obecnie alternatywą dla papierosów tradycyjnych są elektroniczne papierosy tzw. e-papierosy. Do ich używania przyznaje się jednak zaledwie 1% ogółu Polaków.

Wśród palaczy e-papierosy pali 7% mężczyzn i mniej niż 4% kobiet. W 2017 roku sytuacja wyglądała nieco inaczej – wtedy palące kobiety rzadziej przyznawały się do palenia e-papierosa (poniżej 1% z nich). Do palenia e-papierosów przyznawało się wówczas 4% palących mężczyzn.

Wykres 33. Czy pali Pan(i) e-papierosy? – osoby palące.



mężczyźni N=120, kobiety N=97

Większość palących e-papierosy, korzystają z tych, które zawierają nikotynę. Siedmiu na dziesięciu (70%) zamierza w przyszłości używać e-papierosów, przy czym 47% twierdzi tak zdecydowanie, a 23% - mniej pewnie.

Najczęściej wskazywanym powodem palenia e-papierosów jest moda na palenie e-papierosów (28%). Rzadziej powodem palenia e-papierosów jest dbałość o zdrowie – tą odpowiedź wskazało 17% zapytanych. Oszczędność pieniędzy skłonił do sięgnięcia po e-papierosy 14% badanych, a 13% chciało w ten sposób rzucić palenie. 12% korzysta z tego rodzaju używek w miejscach, gdzie obowiązuje zakaz palenia. Co piąty zapytany (22%) wskazywał inny powód korzystania z e-papierosów, np. ciekawość.

Wykres 35. W jakim celu używa(ł) Pan / używa(ła) Pani Pan(i) e-papierosy



N=40 – osoby, które chociaż raz używały e-papierosa (mężczyźni N=25, kobiety N=14)

Rzadko używane są również produkty podgrzewające tytoń – kiedykolwiek korzystał z nich jeden na stu (1%) Polaków (w takim samym stopniu mężczyźni, jak kobiety).

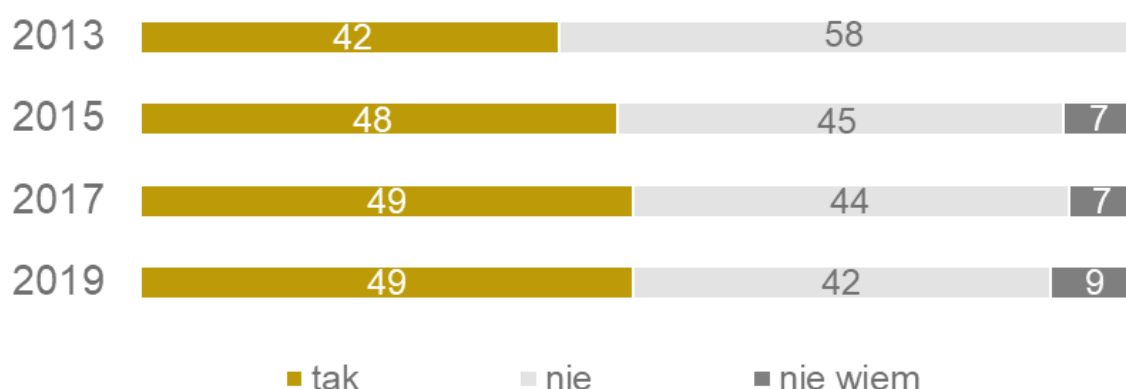
Wśród osób, które kiedykolwiek korzystały z produktów podgrzewających tytoń – 41% z nich używa ich codziennie, a 42% - nie używa ich obecnie. Częściej regularnie tego typu produktów używają kobiety niż mężczyźni.

Najczęstszym celem korzystania z produktów podgrzewających tytoń jest dbałość o zdrowie oraz moda na używanie takich produktów. Rzadziej stosuje się je, by rzucić palenie tradycyjnych papierosów, są palone na przemian z papierosami oraz używa się ich w miejscach objętych zakazem palenia.

5. Przestrzeganie zakazu palenia w miejscach publicznych i opinie na ten temat

W 2019 roku odpowiedź na pytanie czy ludzie przestrzegają zakazu palenia tytoniu w miejscach publicznych była podobna w porównaniu z 2017 rokiem. Prawie połowa badanych (49%) jest zdania, że zakaz ten jest przestrzegany. Przeciwnego zdania było 42%. Natomiast 9% badanych nie ma na ten temat jednoznacznej opinii i odpowiada „nie wiem”.

Wykres 38. Czy Pana(i) zdaniem, ludzie przestrzegają zakazu palenia tytoniu w miejscach publicznych?

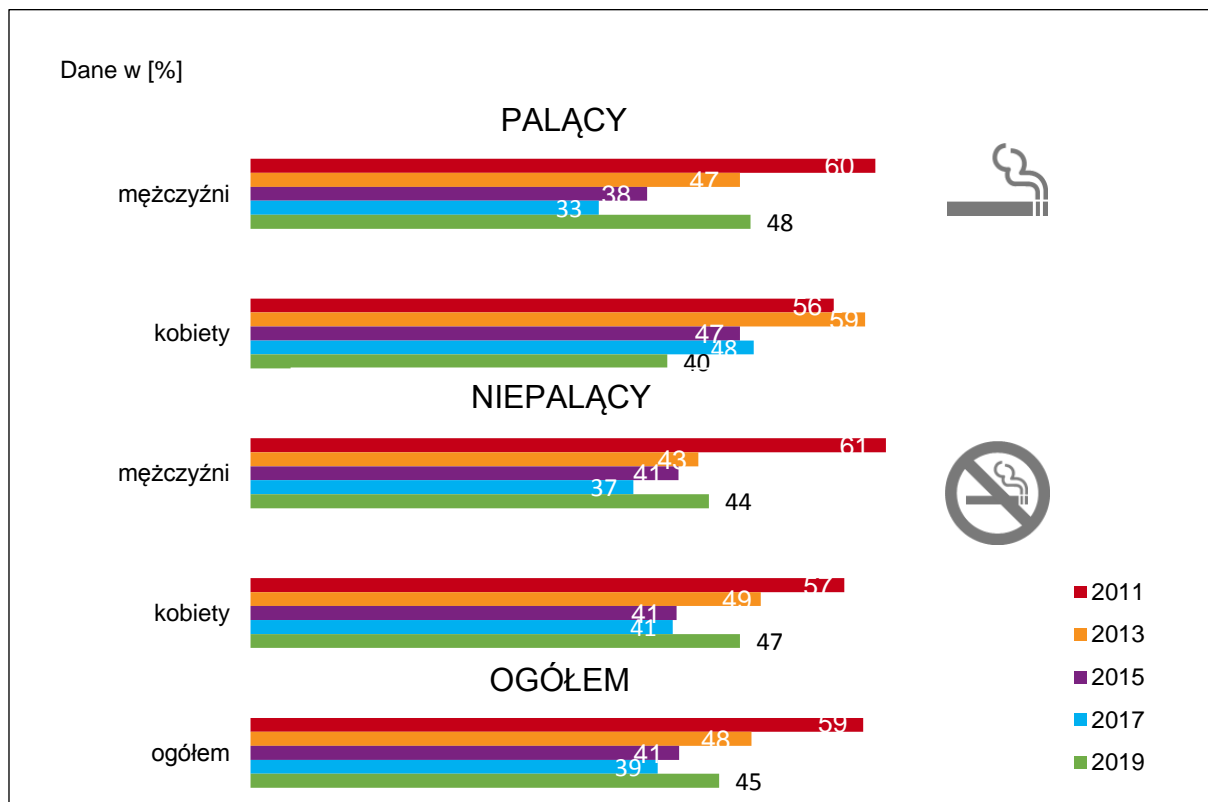


2013: N=1002, 2015: N=1004, 2017: N=1042. N=1011

*W 2015 roku do kafeтерии została dodana odpowiedź „nie wiem”.

W 2011 roku mężczyźni i kobiety, zarówno palący, jak i niepalący, równie często uważali, że częściej niż kilka lat temu zdarza się, że osoby niepalące proszą palaczy o niepalenie w miejscach, gdzie jest to niedozwolone. Tego zdania było wtedy 60% palących i 61% niepalących mężczyzn oraz 56% palących i 57% niepalących kobiet. Dzisiaj sytuacja ta uległa zmianie. Wyraźnie spadł odsetek osób, które zauważają taką tendencję. W 2019 roku ten wynik utrzymuje się na podobnym poziomie, jednak jest nieco wyższy od tego uzyskanego w 2017 roku. 45% Polaków (48% palących mężczyzn i 44% niepalących mężczyzn oraz 40% palących kobiet i 47% niepalących kobiet) uważa, że osoby niepalące częściej zwracają palącym uwagę, podczas gdy 39% z nich nie jest do tego przekonana (40% palących mężczyzn i 38% niepalących mężczyzn oraz 42% palących kobiet i 38% niepalących kobiet).

Wykres 39. Czy według Pana(i) dzisiaj, częściej niż kilka lat temu zdarza się, że osoby niepalące proszą palaczy o niepalenie w miejscach, gdzie jest to zabronione? Odsetek odpowiedzi twierdzących.



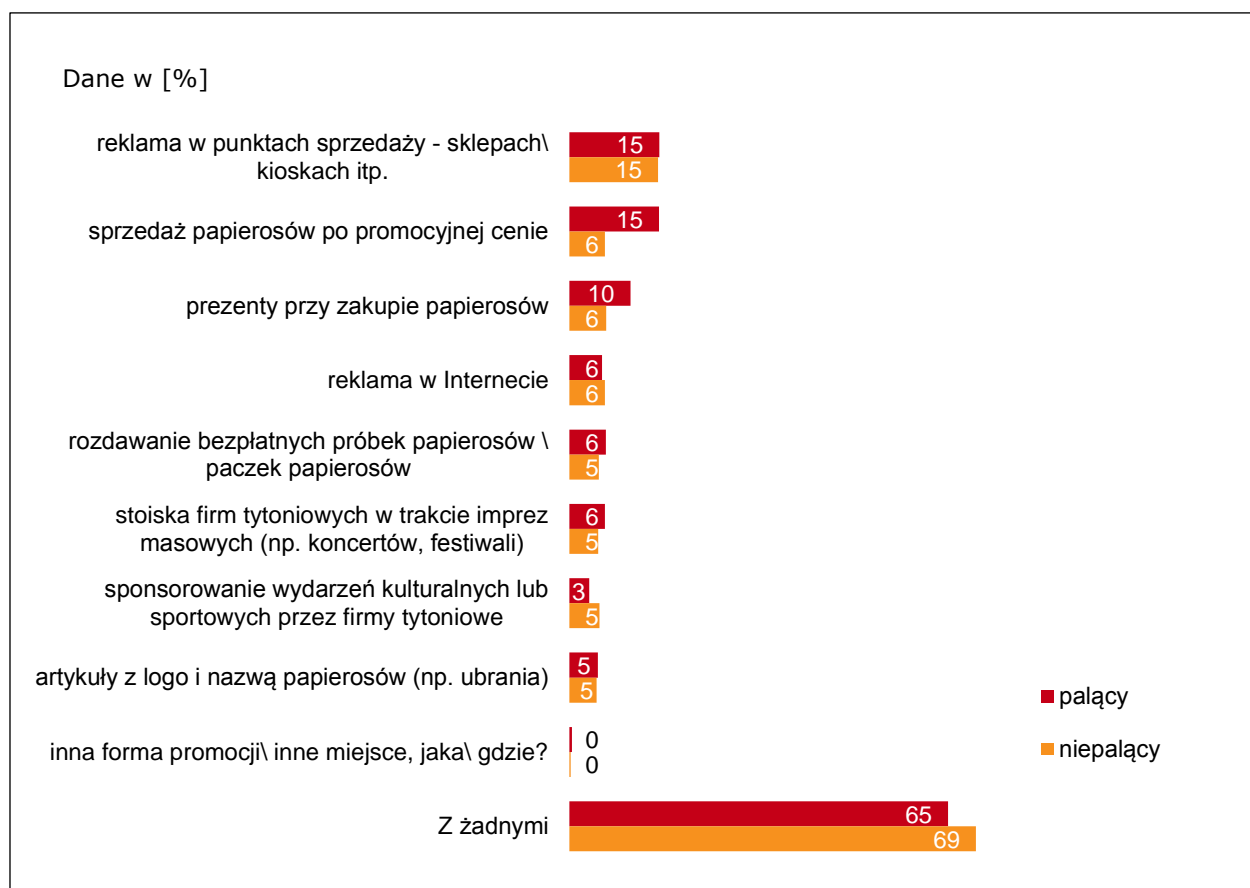
palący N=226, niepalący N=768

Pięciu na stu Polaków (5%) przyznaje, że oni albo ich znajomi otrzymali mandat za złamanie zakazu palenia, 85% z nich deklaruje, że nie zna takich przypadków, a 10% nie potrafi udzielić odpowiedzi na to pytanie. Z mandatem mieli do czynienia 8% palących i 4% niepalących mężczyzn oraz 6% palących i 4% niepalących kobiet. Odsetki te nie odbiegają od tych uzyskanych w poprzednim roku.

6. Promocja papierosów i kampanie zachęcające do rzucenia palenia

Najczęściej spotykaną formą promocji i marketingu papierosów jest reklama w punktach sprzedaży (sklepach, kioskach) – zetknięto się z nią 15% palaczy oraz 15% niepalących. W stosunku do wyników z roku 2017, palący rzadziej spotykają się z tego rodzaju formą promowania produktów tytoniowych (o 16 punktów procentowych). Kolejną najczęściej występującą formą jest sprzedaż papierosów po promocyjnej cenie (wskazania 15% palaczy i 6% niepalących). W dalszej kolejności pojawiały się prezenty przy zakupie papierosów (10% – palących, 6% – niepalących). A także reklama w Internecie (6% – palących, 6% – niepalących). Z rozdawaniem darmowych próbek papierosów zetknięto się 6% palących i 5% niepalących.

Wykres 41. Czy zetknął(ęła) się Pan(i) z formą promocji i marketingu papierosów...? Odsetek odpowiedzi twierdzących.



palący N=264, niepalący N=778

Najczęściej Polacy mieli styczność z promocją e-papierosów w formie reklamy w punktach sprzedaży (9%) – z tą formą spotkało się 6% palących i 10% niepalących mężczyzn i 11% palących i 9% niepalących kobiet. Rzadziej spotykane są reklamy w Internecie (5%, 5% palących i 7% niepalących mężczyzn, 6% palących i 4% niepalących kobiet) i sprzedaż e-papierosów po promocyjnej cenie (5%, 9% palących

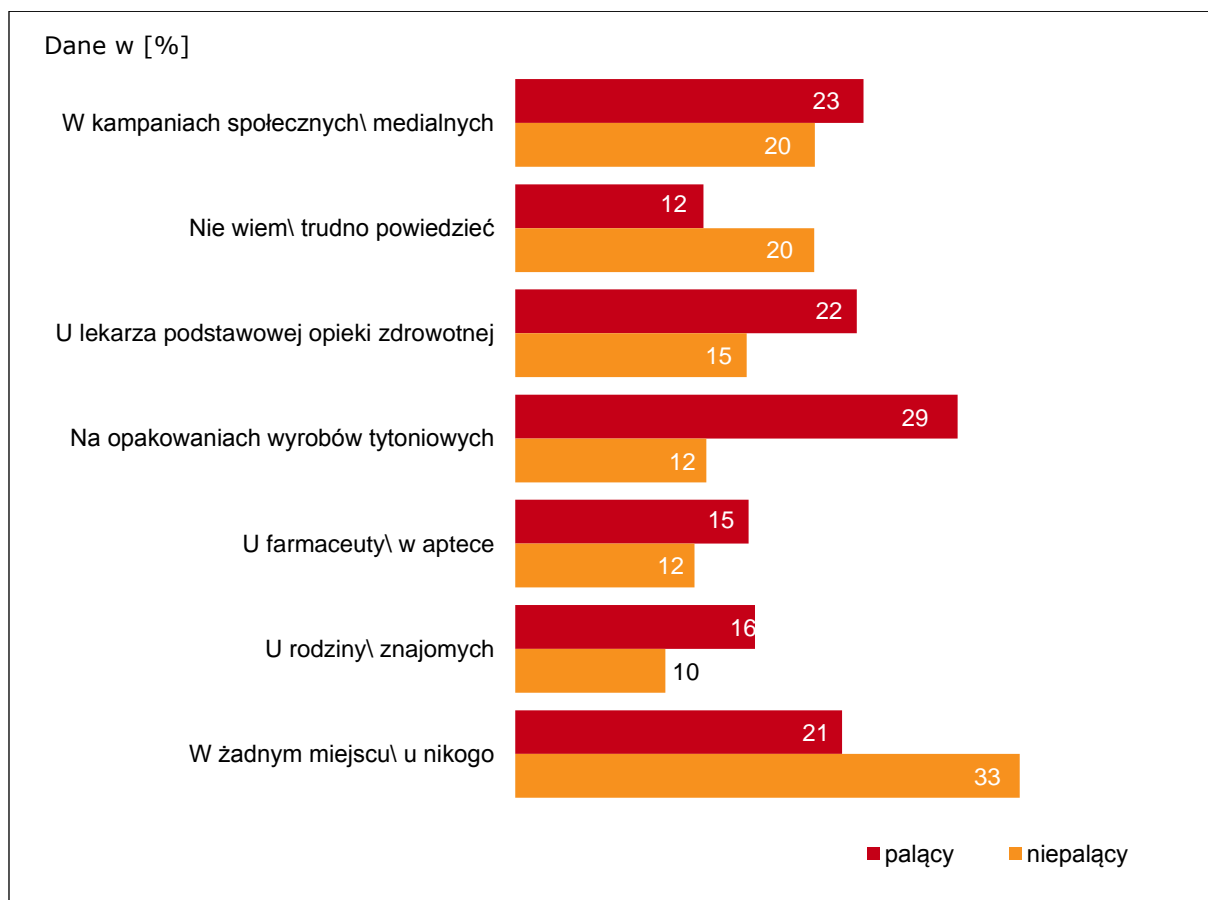
i 5% niepalących mężczyzn, 5% palących i 4% niepalących kobiet). Ponadto dla kobiet częściej zauważalną formą marketingu e-papierosów jest rozdawanie darmowych próbek – zauważa je 1% palących i 6% niepalących kobiet.

Reklama w punktach sprzedaży jest również najczęściej dostrzeganą formą marketingu produktów podgrzewających tytoń (9%, 10% palących i 6% niepalących mężczyzn oraz 7% palących i 11% niepalących kobiet). Kolejną formą najczęściej wskazywaną była reklama w internecie (5%, 4% palących i 6% niepalących mężczyzn, 6% palących i 5% niepalących kobiet). Dla mężczyzn ważną zauważalną formą są również prezenty przy zakupie papierosów (6% mężczyzn, 7% palących i 5% niepalących).

Z badania wynika, że palacze nieco częściej niż osoby niepalące pamiętają i wskazują miejsca, gdzie zetknęli się z informacjami na temat rzucenia palenia.

Najczęstszym źródłem wiedzy na temat możliwości rzucenia palenia są kampanie społeczne/medialne (20%) – wskazuje na nie 23% palaczy i 20% osób niepalących. Następnie Polacy pozyskują takie informacje u lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (17%) oraz z opakowań wyrobów tytoniowych (16%), przy czym osoby palące widują takie informacje częściej (22% palaczy w stosunku do 15% osób niepalących). W dalszej kolejności Polacy zetknęli się z tego typu informacjami u farmaceuty/ w aptece (palący – 15%, niepalący – 12%). Następnie respondenci wskazywali znajomych i rodzinę (16% – palacze, 10% – niepalący). Najwięcej respondentów zadeklarowało jednak, że nie spotkało się w żadnym miejscu/ u nikogo z tego typu informacjami – odpowiedziało tak 21% palących i 34% niepalących.

Wykres 45. Gdzie, jeśli kiedykolwiek, zetknął(ęła) się Pan(i) z informacjami na temat możliwości rzucenia palenia?



palący N=226, niepalący N=786

Poprosiliśmy Polaków o wskazanie czynników, które według nich są najskuteczniejsze w ograniczaniu palenia tytoniu. 74% badanych wśród trzech najskuteczniejszych czynników wskazywało „wzrost cen papierosów”.

Kolejno najczęściej wskazywane były takie czynniki jak: wprowadzenie zakazu palenia w miejscach publicznych – 46%, kampanie społeczne/medialne/programy prozdrowotne – 40%; całkowity zakaz reklamy i promocji wyrobów tytoniowych – 31%; umieszczenie na paczkach papierosów fotografii przedstawiających skutki używania tytoniu – 34%, zastosowanie leczenia w celu pomocy w rzuceniu palenia (31%), wprowadzenie jednolitych opakowań papierosów (22%), czy w końcu wprowadzenie zakazu produkcji papierosów mentolowych i typu slim – 22%.

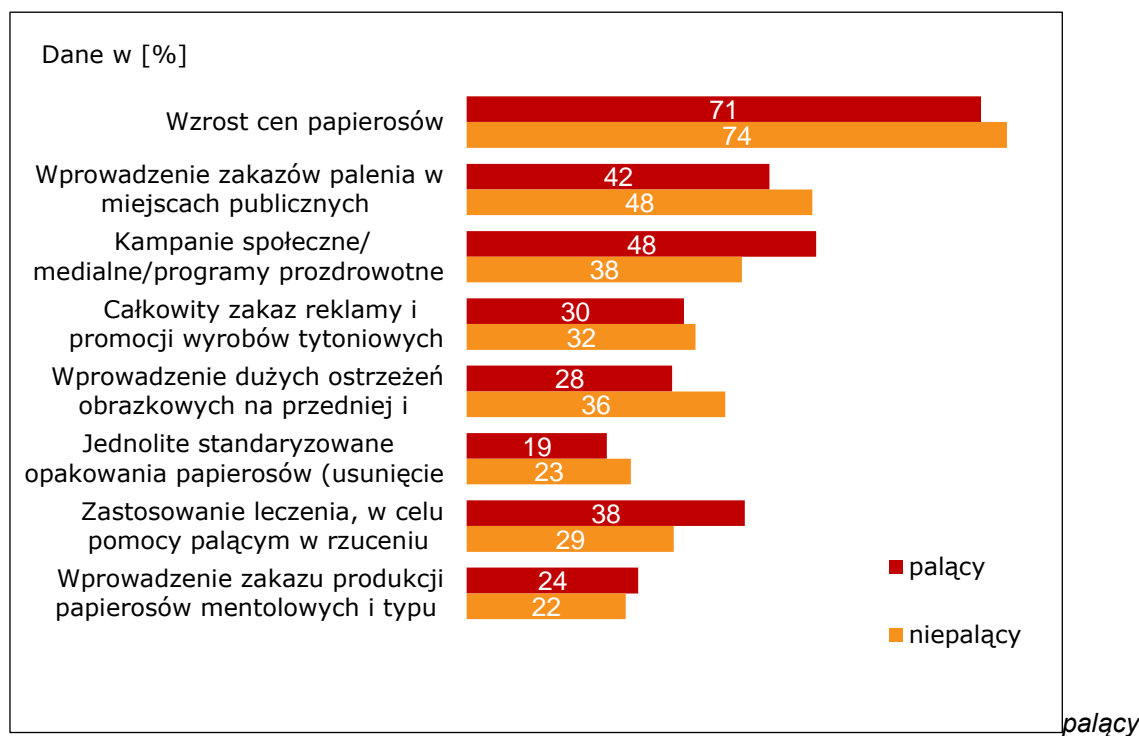
Osoby palące w większym stopniu doceniłyby pomoc medyczną podczas procesu rzucania palenia (38% osób palących wobec 29% niepalących). Bardziej przemawiają do nich również kampanie społeczne (48% palących wobec 38% niepalących). Jednak rzadziej do rzucenia palenia palący zachęciłby całkowity zakaz promocji i reklamy wyrobów tytoniowych (30% osób palących wobec 32% osób niepalących).

Wykres 46. Który z wymienionych czynników uważa Pan(i) za najskuteczniejszy w ograniczaniu palenia tytoniu? Trzy najczęstsze wskazania – ogół badanych



N=1011

Wykres 47. Który z wymienionych czynników uważa Pan(i) za najskuteczniejszy w ograniczaniu palenia tytoniu? Trzy najczęstsze wskazania – rozkład częstości wśród palący i niepalących



N=226, niepalący N=786

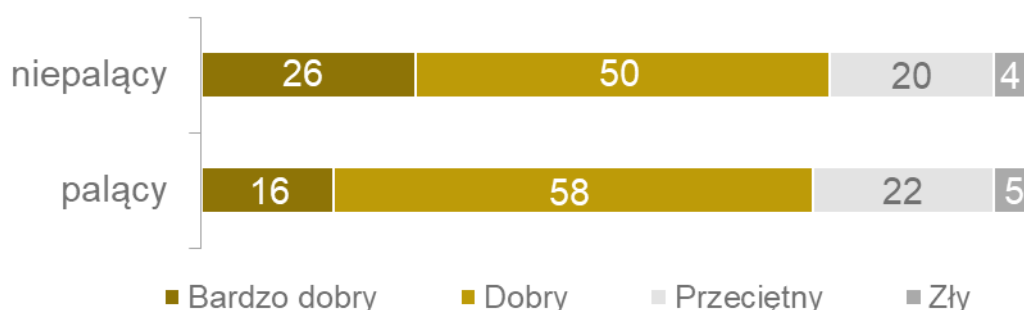
Bariery w rzucaniu palenia

Najczęściej wymienianą barierą w rzucaniu palenia dla palących Polaków jest przede wszystkim obawa przed nieporadzeniem sobie w sytuacjach stresowych (20% ogółu, 18% mężczyzn, 22% kobiet), przebywanie w otoczeniu osób palących (18% ogółu, 18% mężczyzn, 17% kobiet), zniechęcenie po wcześniejszych nieudanych próbach rzucenia nałogu (16% ogółu, 15% mężczyzn, 18% kobiet) oraz obawa przed przytyciem, która przede wszystkim dotyczy palących kobiet (23%) oraz 10% mężczyzn. Rzadziej wskazywane są brak wsparcia rodziny, brak pieniędzy na zakup leków wspomagających oraz (częściej wśród mężczyzn) – brak wiedzy jak rzucić palenie.

Palenie papierosów a zdrowie

Większość Polaków ocenia swoje zdrowie na poziomie bardzo dobrym (24%) lub dobrym (52%). Co piąty z nich (21%) ocenił, że jego zdrowie jest przeciętne. Jedynie 4% Polaków twierdzi, że ich stan zdrowia jest zły. Palący rzadziej mówili o tym, że ich zdrowie jest bardzo dobre (16% palących w stosunku do 26% niepalących), częściej natomiast wskazywali, że jest ono dobre (58% palących w stosunku do 50% niepalących). Ocena stanu zdrowia między palącymi i niepalącymi mężczyznami nie są zróżnicowane. Inaczej kształtuje się to natomiast wśród kobiet. Palące kobiety rzadziej bardzo dobrze oceniały swoje zdrowie (5% w stosunku do 24% kobiet niepalących), a częściej wskazywały, że ich zdrowie jest w dobrym stanie (69% w stosunku do 52% kobiet niepalących).

Wykres 48. Jak ocenia Pana/i stan swojego zdrowia?



Palący: N=226, Niepalący: N=786.

Ponad połowa Polaków (56%) w ciągu ostatniego roku była u lekarza lub w placówce opieki zdrowotnej. Palący uczęszczali do lekarza nieco częściej (59% w stosunku do 56%). Tendencja ta jest bardziej wyraźna wśród mężczyzn (56% palących i 51% niepalących uczęszczało do lekarza) niż wśród kobiet (62% palących kobiet i 60% niepalących kobiet).

Wśród osób uczęszczających do lekarza ponad połowa (56%) była tam raz lub 2 razy, co trzeci z nich (32%) odwiedziła lekarza od 3 do 5 razy. Częstsze wizyty u lekarza dotyczą 13% badanych. Palący nie uczęszczają do lekarzy częściej niż niepalący.

Większość osób, które nie były u lekarza nie były pytane o to, czy palą oni tytoń (65%). Zdecydowanie częściej z takim pytaniem spotkały się osoby palące (56%, 54% mężczyzn, 57% kobiet) niż niepalące (29%, 30% mężczyzn, 28% kobiet). Jeszcze rzadziej – w przypadku 16% badanych – lekarz udzielał rad, by rzucić palenie tytoniu. Zdecydowanie częściej (44%, 42% mężczyzn, 46% kobiet) takie rady udzielane były osobom palącym niż niepalącym (8%, 6% mężczyzn, 9% kobiet).

9% Polaków jest bardzo zaniepokojonych szkodliwymi skutkami palenia tytoniu dla ich zdrowia. Niemal dwóch na pięciu z nich (38%) twierdzi, że są trochę

zaniepokojeni, a ponad jedna czwarta (27%) – niezbyt zaniepokojeni. 26% z nich zupełnie nie jest zaniepokojonych szkodliwymi skutkami palenia. Palący są częściej trochę zaniepokojeni złym wpływem tytoniu na ich zdrowie (59% palących w stosunku do 33% niepalących). W podobnym stopniu Polacy są zaniepokojeni szkodliwością biernego palenia – 14% z nich jest bardzo zaniepokojonych, 38% - trochę. Poziom dużego zaniepokojenia z tego względu jest wyższy wśród niepalących (16% w stosunku do 7% palących). Wśród niepalących jest również jednak więcej takich osób, które zupełnie nie przejmują się tym tematem niż wśród tych, którzy palą (21% niepalących, 11% palących). W Polakach również szkodliwość e-papierosów wzbudza niepokój – 13% respondentów odczuwa go bardzo, 31% - w mniejszym stopniu. O ile wśród niepalących częściej pojawia się większe zaniepokojenie tym tematem (15% w stosunku do 7% palących), to palący częściej przejmują się tym, ale w mniejszym stopniu (36% w stosunku do 29% niepalących). Odczucia wobec negatywnego wpływu e-papierosów, odmiennie od tych tradycyjnych, czy biernego palenia, wciąż wzbudzają wątpliwości – zwłaszcza wśród palących (21% odpowiedzi „trudno powiedzieć” wśród palących, 10% - wśród niepalących).

Zdecydowana większość Polaków (84%) zdaje sobie sprawę z tego, że palenie tytoniu wywołuje poważne choroby. Co dziewiąty (11%) badany jest przekonany, że palenie nie ma takich skutków. Palący rzadziej mają świadomość konsekwencji palenia (80%) niż niepalący (85%). Różnicę w poziomie wiedzy wśród palących i niepalących wyraźniej widać wśród mężczyzn – o szkodliwych skutkach tytoniu świadomi są 76% palących i 83% niepalących. W mniejszym stopniu jednak Polacy są świadomi skutków zdrowotnych e-papierosów. 58% badanych wskazało, że palenie elektronicznych papierosów także może stać się przyczyną poważnych chorób. Rzadziej przekonani są do tego palący niż niepalący (49% palących w stosunku do 60% niepalących).

Respondenci wskazywali również na konkretne zdrowotne konsekwencje palenia papierosów. Najczęściej wskazywanym skutkiem palenia jest rak płuca, którego świadomi są 89% Polaków. Jest to choroba, o której wiedza nie różnicuje osób palących i niepalących. Atak serca jest wywoływany przez palenie tytoniu zdaniem 81% respondentów. Również w tym przypadku palący są rzadziej świadomi tego skutku (71%, 70% mężczyzn, 71% kobiet) niż niepalący (84%, 85% mężczyzn, 84% kobiet). Zdaniem 70% Polaków palenie tytoniu może wywołać udar mózgu. Palący wskazują na ten skutek palenia znacznie rzadziej (57%, 55% mężczyzn, 59% kobiet) niż niepalący (74%, 75% mężczyzn, 74% kobiet). Wśród Polaków rzadziej występuje przekonanie o tym, że e-papierosy również mogą stać się przyczyną tego rodzaju chorób. 54% z nich uważa, że mogą się one przyczynić do udaru mózgu, przy czym palący twierdzą tak rzadziej niż niepalący (41% palących w stosunku do 58% niepalących). 59% Polaków uważa, że skutkiem palenia e-papierosów może być zawał serca (45% palących w stosunku do 63% niepalących), a dwóch na trzech z nich (66%) jest przekonana, że efektem e-papierosów może być rak płuca (57%

palących wobec 68% niepalących). W przypadku tej ostatniej choroby można zaobserwować najwyższy poziom świadomości Polaków, ale również najmniejszą różnicę między palącymi a niepalącymi.

83% respondentów wskazuje, że cygaretki nie różnią się pod względem szkodliwości od tradycyjnych papierosów, przy czym niepalący są o tym nieco bardziej przekonani (84%) niż palący (79%). Zdaniem zdecydowanej większości Polaków (80%) papierosy mentolowe są równie szkodliwe jak te tradycyjne. O mniejszej szkodliwości tego rodzaju papierosów przekonanych jest 16% respondentów. Jedynie 4% z nich twierdzi, że takie papierosy przynoszą więcej szkody. Osoby palące częściej twierdziły, że papierosy mentolowe są mniej szkodliwe (74% w stosunku do 82% niepalących). Palące kobiety (23%) rzadziej niż mężczyźni przekonane są o tym, że papierosy mentolowe mniej szkodzą zdrowiu niż niepalące (14%). Podobnie – 80% Polaków – uważa, że inne papierosy aromatyzowane są tak samo szkodliwe jak tradycyjne papierosy, 16% z nich postrzega je jako mniej szkodliwe, a 4% - bardziej szkodliwe. Częściej to osoby niepalące uważają, że szkodliwość papierosów aromatyzowanych nie odbiega od tych tradycyjnych (81% niepalących, 82% mężczyzn, 81% kobiet wobec 76% palących 76% mężczyzn, 76% kobiet). Osoby palące nieco częściej uważają, że są one mniej szkodliwe (18% palących, 17% mężczyzn, 18% kobiet wobec 16% niepalących, 15% mężczyzn, 16% kobiet) lub bardziej szkodliwe (6% palących, 7% mężczyzn, 6% kobiet wobec 3% niepalących, 3% mężczyzn, 4% kobiet). Również papierosy typu slim są uważane przez większość Polaków (80%) jako tak samo szkodliwe jak tradycyjne papierosy, 17% z nich uważa ten rodzaj używki za mniej szkodliwy, a 3% - za bardziej szkodliwy. Papierosy typu slim są częściej uważane przez niepalących za mniej szkodliwe (21% niepalących, 21% mężczyzn, 21% kobiet wobec 16% palących, 15% mężczyzn, 17% kobiet). Częściej za mniej szkodliwą formę palenia tytoniu uznawane są e-papierosy (22%). To palący chętniej uznają, że jest to forma palenia, która w mniejszym stopniu zaszkodzi naszemu zdrowiu (29% w stosunku do 20% niepalących). W podobnym stopniu oceniane są również produkty podgrzewające tytoń: 22% Polaków uważa, że mają mniej negatywnych skutków zdrowotnych, w niewielkim stopniu częściej zgadzają się z tym palący (25%) niż niepalący (21%). Fajki wodne, czyli tzw. Shisha, bardziej przekonują Polaków – 25% z nich uważa je za mniej szkodliwe niż papierosy, a 71% - tak samo szkodliwe. O mniejszym negatywnym wpływie fajek wodnych częściej przekonane są osoby palące (32%) niż niepalące (22%). Również tytoń bezdymny częściej niż inne formy uważany jest za mniej szkodliwy (25%) i częściej twierdzą tak palący (32%) niż niepalący (23%).

Wykres 49. Jak Pan(i) określił(a)by szkodliwość dla zdrowia wymienionych poniżej rodzajów wyrobów zawierających nikotynę w porównaniu z tradycyjnymi papierosami?



2019: N=1011

7. Podsumowanie

7.1 Postawy wobec palenia

- Nadal znacząca część Polaków w wieku 15 i więcej lat – niemal jedna piąta (21%) – regularnie (codziennie) pali tytoń.
- Od 2011 do 2019 roku zauważalna jest tendencja spadkowa odsetka regularnych palaczy – z 31% w 2011 roku do 21% w 2019 roku.
- W 2019 roku zauważalny jest spadek odsetka osób, które próbowały rzucić palenie – różnica 7 punktów procentowych w porównaniu z wynikami z 2017 roku (16% wobec 23%).
- W 2019 roku nieco wzrósł w stosunku do 2017 roku odsetek dorosłych Polaków, którym udało się zaprzestać palenia w ostatnim roku (8% ogółu, 8% mężczyzn i 7% kobiet).
- Spośród osób, które były regularnymi palaczami, ale rzuciły palenie 13% przestało palić w ciągu ostatniego roku.
- W 2017 roku w populacji mężczyzn odsetek nigdy niepalących (59%) wciąż rośnie i coraz bardziej przewyższa odsetek kiedykolwiek palących (41%).
- Wśród kobiet odsetek nigdy niepalących jest natomiast jeszcze wyższy niż w poprzednich latach od odsetka kiedykolwiek palących (74% wobec 26%).
- 11% spośród nałogowych palaczy zaczęło palić tytoń w ciągu ostatnich 12 miesięcy. Wśród mężczyzn odsetek ten wynosi 10%, natomiast wśród kobiet 12%.

7.2 Społeczno-ekonomiczne uwarunkowania palenia

- Palenie tytoniu jest zjawiskiem społecznie i ekonomicznie zróżnicowanym, także w grupach wyróżnionych według płci.
- Wśród mężczyzn częściej palą 40-latkowie (35% osób w wieku 40-49 lat), osoby z wykształceniem zasadniczym zawodowym (34%), pracujący (28%), oraz ci, którzy źle oceniają swoją sytuację materialną (31% z nich), mieszkańcy z miast 20-100 tysięcy) oraz osiągający niskie dochody (do 2500 zł).
- Wśród kobiet osobami częściej palącymi tytoń są 30-latki (27%), wykształcone na poziomie zasadniczym zawodowym, bezrobotne (33%) oraz osiągające niskie dochody – do 1500 zł (29%).
- Czynnikiem determinującym palenie jest, oprócz płci, wieku czy wykształcenia, także sytuacja materialna. Zdecydowanie najwyższe odsetki palących notuje się wśród bezrobotnych (34% ogółu) oraz gospodyń domowych (39%) oraz wśród osób źle oceniających swój status materialny (25% ogółu), a najmniej wśród osób z wyższym wykształceniem (14% z nich pali) oraz dobrze oceniających swoją sytuację ekonomiczną (17% z nich pali). Wpływ oceny sytuacji materialnej w 2019 roku jest jednak mniejszy niż w poprzednich latach.

7.3 Behawioralna charakterystyka palenia

- Trzy czwarte polskich palaczy tytoniu (75%) pali tradycyjne, produkowane fabrycznie papierosy.

- Inną, relatywnie często wybieraną formą tytoniu jest tytoń do samodzielnego skręcania (21%). Papierosy typu slim (6%) oraz papierosy mentolowe (5%) palą już tylko nieliczni, częściej kobiety niż mężczyźni.
- Pozostałe wyroby tytoniowe, w tym e-papierosy palone są w marginalnej skali. Część palących e-papierosy pali także papierosy tradycyjne. E-papierosy są najczęściej palone, ponieważ jest to modne.
- 4% Polaków zadeklarowało, że przynajmniej raz palili e-papierosa.
- Większość palących Polaków zaczęła codziennie palić tytoń w młodym wieku (na ogół między 15 a 19 rokiem życia: 57% mężczyzn i 42% kobiet) i pali nie więcej niż paczkę papierosów dziennie.
- 16% regularnie palących podjęła w ciągu ostatniego roku próbę zaprzestania palenia, a nieco mniej palaczy (13%) planuje rzucić palenie w najbliższym czasie.

7.4 Bierne narażenie na dym tytoniowy

- Tak jak w latach ubiegłych, tak i teraz większości palaczy zdarza się palić w obecności osób niepalących. 8% palących Polaków przyznaje, że czasem pali w obecności dzieci (7% mężczyzn i 9% kobiet), natomiast w obecności kobiet ciężarnych zdarza się zapalić 1% palącym mężczyznom i 1% palącym kobietom.
- 34% Polaków mówi, że w ich domach pali się tytoń. Nieco częściej jednak jest on palony na zewnątrz (18%) lub w miejscach specjalnie do tego celu wyznaczonych (16%).
- Całkowity zakaz palenia w domu (66%) jest zdecydowanie częstszym zjawiskiem niż nieograniczona swoboda palenia (9%).
- W miejscach publicznych Polacy najczęściej narażeni są na bierne palenie na przystankach i w obiektach komunikacji (11%), w barach lub pubach (7%), zakładach pracy (7%), we własnym domu (6%) lub w parkach i na plażach (6%).
- Choć odnotowano spadek w stosunku do poprzedniego roku w przypadku nastolatków narażonych w szkołach na bierne palenie, to odsetek ten wciąż jest stosunkowo wysoki – 10% z nich jest narażonych na wdychanie dymu papierosowego.
- Bierne narażenie na dym tytoniowy w innych miejscach publicznych jest zjawiskiem rzadszym, w szczególności w miejscach zabaw dzieci (2%), szkołach (2%), szpitalach i innych placówkach służby zdrowia (2%), obiektach kulturalnych (2%) oraz urzędach i instytucjach państwowych (2%).

7.5 Opinie i postawy wobec programów i polityki zdrowotnej ograniczającej palenie

- Polacy mają różne zdania, jeśli chodzi o opinie na temat tego, jak w miejscach publicznych przestrzegany jest zakaz palenia. 49% Polaków jest zdania, że zakaz ten jest przestrzegany, natomiast 42% jest przeciwnego zdania. 9% nie ma w tej sprawie jednoznacznej opinii.
- Ponad dwie piąte Polaków (45%) ma poczucie, że częściej niż kilka lat temu zdarza się, że osoby niepalące proszą palaczy o niepalenie w miejscach, gdzie jest to zabronione. Odsetek ten jest nieco wyższy obecnie niż w 2017 roku.

- Niewiele osób (5%) osobiście otrzymało lub ktoś z ich najbliższego otoczenia otrzymał mandat za palenie tytoniu w miejscach publicznych.

7.6 Promocja papierosów i kampanie zachęcające do rzucenia palenia

- Wielu Polaków, przede wszystkim palących, zetknęło się z jakąś formą promocji i marketingu papierosów; najczęściej w postaci reklamy papierosów w punktach sprzedaży (15% palących) oraz sprzedaży w promocyjnej cenie (15% palących).
- Z informacjami na temat możliwości rzucenia palenia Polacy zetknęli się najczęściej na opakowaniach wyrobów tytoniowych (29%), w kampanii społecznej (23% palących), a także u lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (22% palących).
- Część form reklamy, promocji i marketingu papierosów, z którymi zetknęli się badani jest zabroniona prawem, np. reklama papierosów w punktach sprzedaży czy w Internecie, rozdawanie bezpłatnych próbek papierosów, wręczanie prezentów przy zakupie papierosów, sponsorowanie imprez kulturalnych przez firmy tytoniowe. Mimo tego, to właśnie te formy reklamy wskazywane są najczęściej.
- Za trzy najskuteczniejsze czynniki ograniczające palenie Polacy uważają podniesienie cen papierosów, wprowadzenie zakazów palenia w miejscach publicznych a także prowadzenie kampanii społecznych i medialnych oraz programów prozdrowotnych.

7.7 Palenie papierosów a zdrowie

- Stan zdrowia Polaków jest oceniany przez nich na bardzo wysokim poziomie.
- Ponad połowa z nich w ciągu ostatniego roku odwiedziła lekarza podstawowej opieki zdrowotnej, jednak rzadko spotykają się w gabinetach lekarskich z pytaniami o palenie papierosów czy z poradami dotyczącymi porzucenia nałogu.
- Polacy w dużym stopniu są świadomi negatywnych skutków, jakie niesie za sobą palenie papierosów, zwłaszcza w tej tradycyjnej formie. Zdają sobie oni sprawę, że palenie jest przyczyną udaru mózgu, zawałów serca, a przede wszystkim – raka płuc. W mniejszym stopniu znane są jednak tego typu konsekwencje palenia elektronicznych papierosów. O ile Polacy są zgodni, że ten nałóg może przyczynić się do raka płuc, to w dużo mniejszym stopniu uważają, że może on prowadzić do udaru mózgu czy zawałów.
- Osoby palące zdecydowanie częściej niż niepalący uważają, że formy alternatywne wobec tradycyjnych papierosów: od papierosów mentolowych czy slim, do tytoniu bezdymnego, są mniej szkodliwe niż papierosy tradycyjne.

8. Rekomendacje

- Wyniki tegorocznego badania potwierdzają pozytywny wpływ ustawy antynikotynowej. Odsetek osób narażonych na bierne palenie zdecydowanie spada. Zaobserwowane zmiany wskazują na zahamowanie tendencji spadkowej osób narażonych na bierne palenie w różnych miejscach publicznych.
- Tendencja spadkowa dotycząca palenia tytoniu w 2019 roku jest kontynuowana. W 2013 roku nastąpił spadek o 4 punkty procentowe w stosunku do roku 2011 odsetka osób palących, w 2015 – o 3 punkty w porównaniu z 2013, w 2017 roku wynik pozostał na tym samym poziomie, a w 2019 znów odsetek ten spadł o 3 punkty procentowe. Nadal jednak potrzebne są działania prowadzące do ograniczenia palenia tytoniu – przede wszystkim działania edukacyjno-informacyjne w postaci kampanii społecznych/medialnych oraz akcji prozdrowotnych. Szczególnie ważna jest edukacja dzieci i młodzieży, aby wyeliminować lub opóźnić proces inicjacji tytoniowej, ponieważ jak wskazują przeprowadzone badania nałogowi palacze najczęściej zaczynają palić codziennie w wieku 15-19 lat, a co dziesiąty uczeń jest narażony w szkole na bierne palenie.
- Działania mające na celu ograniczenie palenia tytoniu powinny być skierowane przede wszystkim do osób w trzydziesto- i czterdziestoletnich (zarówno kobiet, jak i mężczyzn), słabiej wykształconych, które zamieszkują małe i średnie miasta oraz, ze szczególnym uwzględnieniem osób bezrobotnych.
- W walce z ograniczeniem konsumpcji tytoniu nie traci na znaczeniu poszerzanie działań mających na celu zmiany postaw palaczy. Ważne jest wspieranie osób podejmujących starania prowadzące do zerwania z nałogiem. Chodzi przede wszystkim o wzmocnienie motywacji do rzucenia palenia, a także tworzenie, szczególnie w najmłodszych grupach wiekowych, np. mody na niepalenie, aby młodzi nie postrzegali palenia tytoniu jako przejawu dorosłości i powodu do dumy.
- Polacy dostrzegają znaczenie czynników ekonomicznych w walce z konsumpcją tytoniu. Zdecydowana większość badanych (65%) uznaje podniesienie cen papierosów za najskuteczniejszy bodziec wpływający na ograniczenie palenia tytoniu.
- Wyniki badania pokazują (podobnie jak w poprzednich latach, mimo dużego spadku), że miejscem, gdzie jesteśmy najbardziej narażeni na bierne palenie, są przystanki autobusowe. Warto wciąż przypominać o panujących zakazach. Ze względu na utrzymującą się wciąż tendencję do palenia na przystankach komunikacji miejskiej, miejsca te mogą stanowić dobrą przestrzeń do komunikacji konsekwencji związanych z paleniem.
- Opinie Polaków są niemal równo podzielone, jeśli chodzi o przestrzeganie zakazu palenia tytoniu w miejscach publicznych – 49% uważa, że zakaz ten jest przestrzegany, 42% – że nie jest. Niewielu badanych zetknęło się z sytuacją ukarania osoby łamiącej zakaz palenia w miejscach publicznych. Nadal istnieje potrzeba wzmocnienia egzekwowania zakazu palenia oraz być może wprowadzenia zmian w zasadach karania palaczy nieprzestrzegających

zakazu palenia, gdyż obecny system wydaje się być niewystarczająco skuteczny.

- Choć odsetki palących w obecności dzieci i kobiet w ciąży się zmniejszyły, to wciąż znaczący jest odsetek palących w obecności osób niepalących. Jako, że kampanie społeczne/ medialne bądź programy prozdrowotne wskazywane są na trzecim miejscu w najskuteczniejszym ograniczaniu palenia tytoniu, warto zwrócić w nich uwagę na wyżej wymienione problemy oraz uświadamiać palaczy, iż nie należy palić w obecności osób niepalących, podobnie jak w przypadku grup szczególnie narażonych. W takich kampaniach należy zwrócić szczególną uwagę na skutki biernego palenia.
- Podobnie jak dwa lata temu rekomendowane jest, by we wszystkich miejscach publicznych i zakładach pracy wzmocnić egzekwowanie zakazu palenia. Wymaga to nie tylko zmian w prawie w postaci obarczenia odpowiedzialnością za przestrzeganie zakazu właściciela lub zarządcę danego obiektu, ale także zwiększenia społecznej i instytucjonalnej świadomości i asertywności w tym zakresie.
- Mimo wprowadzenia zakazu reklamy, promocji i sponsorowania wyrobów tytoniowych, badani deklarują, że spotykają się z tego typu komunikatami. Najczęściej wspominają o reklamach papierosów w punktach sprzedaży oraz w Internecie i sprzedaży papierosów po promocyjnej cenie. Odpowiedzi badanych wskazują zatem na to, że wprowadzona ustawa o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych nie funkcjonuje w sposób należyty.² Warto byłoby rozważyć rozszerzenie działań kontrolnych w tej dziedzinie.
- Wciąż najskuteczniejszym czynnikiem w ograniczeniu palenia papierosów są wzrost cen, zakaz palenia w miejscu pracy i kampanie społeczne. Zmiana w opakowaniach papierosów jest oceniana jako czynnik raczej drugorzędny, choć to właśnie z opakowań palacze najczęściej czerpią informację o możliwości rzucenia palenia. W celu ograniczenia palenia tytoniu należy więc skupić się na tych czynnikach, które mają bezpośredni wpływ na życie Polaków, np. na ich budżet lub przywyczajenia, jak również dobrać komunikaty i treści do publikacji na opakowaniach, które byłyby bardziej skuteczne niż do tej pory.
- Od kilku lat elementem rynku tytoniowego są e-papierosy. Mimo tego, że e-papierosy nie są jeszcze bardzo popularną formą zażywania tytoniu, należy zwiększyć świadomość Polaków na ich temat, zwłaszcza pod kątem zdrowotnych następstw korzystania z nich. Najczęstszą motywacją używania e-papierosów jest moda, więc nie są to raczej żadne funkcjonalne przesłanki. Należałoby więc stosować kampanie uświadamiające i kreujące wizerunek tych używek jako tych, które są realnym niebezpieczeństwem.
- Polakom, zwłaszcza tym palącym, brakuje również świadomości konsekwencji zażywania innych niż papierosy wyrobów tytoniowych. Rzadziej są oni przekonani co do ich szkodliwości oraz tego, że mogą stać się przyczyną poważnych schorzeń. Ze względu na panującą modę na rozwiązania alternatywne wobec tradycyjnych papierosów, należałoby uświadamiać palących w tym temacie.

² Dz. U. z 2018 r. poz. 1446, 2227, z 2019 r. poz. 638.

