



## Epidemiologia palenia tytoniu

Co 6 sekund ktoś na świecie umiera przedwcześnie z powodu palenia papierosów wg WHO. Palenie tytoniu jest jednym z najpoważniejszych zagrożeń zdrowotnych naszej cywilizacji. Jako największa plaga zdrowotna XX wieku spowodowało przedwczesną śmierć około 100 milionów osób. Doszło do ogromnego wzrostu zachorowań na raka płuca, zawał mięśnia sercowego oraz POCHP.

### Weź głęboki oddech

Poradnia Antynikotynowa dla pacjentów:  
Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II,  
ul. Prądnicka 80, 31-202 Kraków, Pawilon M-III  
Czynne: poniedziałek – czwartek: 14:00 - 20:00  
sobota: 8:00 - 14:00  
tel. 12 614 24 26, tel. 514 602 892  
Rejestracja odbywa się bez skierowania od lekarza



Problem palenia tytoniu w Polsce tak naprawdę ma swój początek w latach 40. ubiegłego wieku, początków II wojny światowej. W okresie lat 70. i aż do 90. Polska należała do krajów z najwyższym odsetkiem palaczy – 75% mężczyzn oraz około 50% kobiet przyznawało się do palenia tytoniu. Pomimo, iż w ostatnich latach odsetek osób palących systematycznie spada - nałóg palenia dotyczy ciągle około 1/4 naszego społeczeństwa (nie uwzględniając osób narażonych biernie na dym tytoniowy). Dane statystyczne ostatnich lat dotyczące palenia tytoniu w Polsce nie napawają optymizmem. Większość palaczy nie próbuje zerwać z nałogiem do czasu wystąpienia powikłań zdrowotnych z nim związanych. W ostatnich latach w Polsce spadła również niestety liczba osób usiłujących porzucić nałóg.



W Polsce pali aktualnie około 29 % mężczyzn oraz 17% kobiet. Grupą prowadzącą pod względem częstości palenia są pięćdziesięcioletnicy (50-59 lat). Ponad połowa palących mężczyzn w Polsce wypala ponad paczkę papierosów dziennie – czyli jest silnie uzależniona. Mocno uzależnionych kobiet jest mniej (około 30%). Jeszcze w 2014 r. co 5.osoba niepaląca zgłaszała narażenie na bierne palenie tytoniu przebywając wewnątrz różnych pomieszczeń. Miejscem gdzie jesteśmy najbardziej narażeni na bierne palenie pozostają gospodarstwa domowe, w przestrzeni publicznej np. przystanki autobusowe. Nie wykazano statystycznie istotnych korelacji pomiędzy wykształceniem a częstością palenia tytoniu.

#### Piśmiennictwo:

Niżankowska-Mogilnicka E, Mejza F, Buist AS i wsp. Prevalence of COPD and tobacco smoking in malopolska region – results from the BOLD study in Poland. Pol Arch Med Wewn 2007; 117:402-10.  
Górecka D, Zwalczenie nałogu palenia tytoniu. Adam Antczak Wielka Interna Pulmonologia część II Medical Tribune Polska Warszawa s. 514-518.  
Sapilak B.J., Kurpas D, Steciwko A. Postępowanie terapeutyczne w przypadku uzależnienia od nikotyn. Terapia NR 5 z.2 (240) maj 2010, s.86-89.  
Krión R, Kuziemski K. Rozpowszechnienie palenia tytoniu i przewlekłej obturacyjnej choroby płuc w Polsce. Forum Medycyny Rodzinnej 2017;11(6):263-269  
Zdrowie i zachowanie zdrowotne mieszkańców Polski w świetle Europejskiego Ankietowego Badania Zdrowia (EHIS) 2014 r. GUS, Warszawa, 1 grudnia 2015 r. notatka informacyjna.  
Trząsalska A., Staszynska M., Krassowska U. Raport z ogólnopolskiego badania ankietowego na temat postaw wobec palenia tytoniu, Kantar Public dla Głównego Inspektoratu Sanitarnego; 2017.



## Weź głęboki oddech

nr POWR.05.01.00-00-0014/18,  
współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój na lata 2014-2020