

Světový den bez tabáků letos cílí na mladé. TMBK opět zkusí nekouřit

30.5.2024 - | KDU-ČSL

„Zájmem nás všech je jistě ochránit děti před škodlivým a devastujícím vlivem drog. Někdy však ve svém boji zapomínáme na ty, které jsou nejdostupnější a také nejčastěji zneužívané, a to tabák, nikotin a alkohol,“ upozorňuje poslankyně za KDU-ČSL a dětská lékařka Romana Bělohávková.

Jak uvádí MUDr. Kamila Zvolská, PhD., z Centra pro závislé na tabáku III. interní kliniky 1. lékařské fakulty UK a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, nejméně rizikový je čistý nezahříváný nikotin, tedy nikotin z lékárny, pak nikotinové sáčky, následuje čistý nikotin zahříváný = elektronické cigarety, pak žvýkací tabák neboli snus a riziku kouření se přibližuje zahříváný tabák.

„Ráda bych zdůraznila právě rozdíl v rizikovosti elektronických cigaret, která je oproti kouření minimální (ne nulová), a zahříváného tabáku, významně rizikovější skupiny výrobků,“ vysvětluje Zvolská. „Ale závislost může vznikat vždy, když se nikotin vstřebá dostatečně rychle a v dostatečném množství,“ dodává.

Její kolegyně prof. MUDr. Eva Králíková připomněla, že kouření je příčinou šestiny všech úmrtí v ČR: *„Fascinuje mne propast mezi tak velkým dopadem na zdraví a úmrtí a tak malou pozorností, kterou kouření věnujeme, ačkoli prevence i léčba existuje.“*

Na to, jak se objevují nové formy nikotinu a tabáku na trhu, a jak jsou prezentovány zejména na sociálních sítích, reagoval projekt Společnosti pro léčbu závislosti na tabáku a agentury TUBRR, která zastupuje tvůrce videa na sítích YouTube v Česku. Krátká videa *Nenech se ovládat nikotinem* o užívání nikotinu pro mladé publikum influencerů na sociálních sítích mají přes půl milionu shlédnutí.

„Zaměřovali jsme se na témata blízká mladým lidem, pro které dlouhodobé zdravotní dopady nemusí být snadno uchopitelné,“ popisuje kampaň Peter Sládeček, CEO společnosti TUBRR. „Například na témata stárnutí pleti, depresogenních účincích nikotinu, ekologických dopadech či vlivu na reakční dobu, která může snížit úspěšnost při hraní her,“ pokračuje Sládeček.

Připojuje se také nezisková organizace Moje plíce, z. s., která pomáhá pacientům s rakovinou plic. Dnem bez tabáku spouští výzvu kuřákům, do níž se mimo jiné zapojil autor populárních politických satirických koláží Tomáš Břínek alias TMBK. *„Zkusím to, tentokrát zodpovědněji, kouření mě štve, snad to tentokrát vyjde,“* přeje si známý grafik, fotograf a hudebník.

„Cílem je oslovit širokou veřejnost kuřáků a motivovat k abstinenci, mimo jiné i díky spolupráci se Společností pro léčbu závislosti na tabáku. Přeji si, aby se v budoucnu motto naší kampaně 'Normální je nekouřit' stalo realitou,“ dodává Ilona Mančíková, zakladatelka organizace.

Centrum pro závislé na tabáku III. interní kliniky 1. LF UK a VFN bylo založeno v roce 2005 podle vzoru Nicotine Dependence Center na Mayo Clinic v americkém Rochesteru, MN. Za dobu existence jím prošlo přes 8000 kuřáků. Popis návštěv v tomto centru je zde file:///Users/eva/Downloads/informace_pro_pacienty22-7.pdf

Společnost pro léčbu závislosti na tabáku sdružuje lékaře, sestry, lékárníky a další pracovníky ve zdravotnictví, kteří se zabývají léčbou závislosti na tabáku a její podporou. Na webové stránce společnosti SLZT.CZ lze najít na 40 Center pro závislé na tabáku, přes 200 vyškolených ambulantních lékařů, téměř 200 lékáren poskytujících poradenství, několik adiktologických ambulancí, vhodných zejména pro vícečetné závislosti, online poradnu, bezplatné mobilní aplikace nebo telefonní linku pro odvykání. Jsou tu i doporučené postupy léčby závislosti na tabáku pro lékaře, pro sestry i pro lékárníky, projekt Nekuřácké nemocnice, legislativa a další informace.

TUBRR od roku 2012 poskytuje jako partnerská firma YouTube podporu nejen nezávislým tvůrcům videa na této platformě (youtuberům), ale i hudebním vydavatelstvím nebo filmovým distributorům. Za dobu své existence pomohli vyrůst stovkám YouTube kanálů. Dnes nabízí všem, kdo chtějí začít natáčet, nebo již mají stovky tisíc zhlédnutí, strategii rozvoje na míru šitou jejich potřebám.

<https://www.kdu.cz/aktualne/zpravy/tz-svetovy-den-bez-tabaku-letos-cili-na-mlade-tmbk>