Nikotin je stále problém. Lékárníci varují před „novou generací“ závislosti a nabízejí odborné konzultace

Datum	27.5.2026
Subjekt	Česká lékárnická komora
Autor	Aleš Krebs
E-mail	krebs@lekarnici.cz
Telefon	+420 603796826
Region	Czech Republic
Kategorie	Pharmaceutical industry, Healthcare and hospitals, Social services

Klasické cigarety v Česku postupně ustupují, problém se ale nevytrácí. Závislost na nikotinu se dnes často přesouvá k elektronickým cigaretám, vapům nebo zahřívanému tabáku, který získává na popularitě hlavně mezi mladými lidmi. Právě ve věkové skupině 15-24 let přitom prevalence kuřáctví tabákových výrobků v posledních letech roste. Česká lékárnická komora na to chce upozornit u příležitosti Světového dne bez tabáku. Ve vybraných lékárnách mohou lidé využít odborné konzultace, které jim s odvykáním pomohou.

„Mění se forma, ale podstata problému zůstává stejná. Nikotinová závislost dnes často přichází v podobě vapů nebo zahřívaného tabáku, které jsou zejména pro mladé lidi atraktivnější a společensky přijatelnější. Právě proto je důležité o rizicích mluvit a nabídnout lidem odbornou pomoc s odvykáním,“ upozorňuje **Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., prezident České lékárnické komory**.

Trh se mění, závislost ne

Z dat Státního zdravotního ústavu vyplývá, že tradiční cigarety jsou postupně nahrazovány alternativními nikotinovými produkty. Elektronické cigarety dnes užívá téměř 14 % Čechů a mezi mladými ve věku 15 až 24 let už navíc elektronické cigarety převládají nad klasickými.

Odborníci upozorňují, že nové produkty často působí méně škodlivě, moderněji a společensky přijatelněji, což může snižovat vnímání rizika závislosti. Alarmující podle nich je i to, že část mladých uživatelů elektronických cigaret nikdy předtím klasickou cigaretu nekouřila a k závislosti se tak dostává právě prostřednictvím vapingu nebo jiných alternativ, které dříve sloužily hlavně jako pomůcka při odvykání.

Znepokojivým trendem je také takzvané duální užívání, kdy lidé kombinují více forem užívání současně. Typicky střídají klasické cigarety s vapováním nebo zahřívaným tabákem podle prostředí a situace, což jim umožňuje udržovat návyk prakticky během celého dne.

Přestat chce většina. Podaří se jen zlomku

Mnozí kuřáci věří, že přestat je otázkou rozhodnutí a síly vůle. Realita je ale jiná. Nikotin patří mezi nejvíce návykové látky vůbec, řadí se hned za heroin a kokain. *„Kuřák, který se o odvykání pokouší bez odborné pomoci, uspěje zhruba v pěti případech ze sta. Nikotin totiž nevytváří jen fyzickou závislost, ale i silné psychické a behaviorální návyky spojené s každodenní rutinou, stresem nebo sociálním prostředím. Šance tak vychází hůře než u řady jiných závislostí,“* upozorňuje **Mgr. Aleš**

Krebs, Ph.D.

K tomu se přidává ještě jeden faktor. Nové formy užívání nikotinu, zejména náplně do e-cigaret s vysokou koncentrací této látky, mohou způsobovat závislost rychleji a intenzivněji než tradiční cigarety. Právě proto, že se tváří jako technologická novinka bez zápachu a popela, je pro jejich uživatele obtížnější vůbec připustit, že jsou závislí.

Lékárník jako první krok

Česká lékárnická komora má aktuálně k dispozici přes 200 lékárníků, kteří poskytují odborné konzultace při odvykání kouření. Absolvovali totiž Garantovaný kurz ČLnK připravený ve spolupráci se Společností pro léčbu závislosti na tabáku. Proškolení lékárníci pomáhají lidem nastavit individuální plán, správně používat dostupné léky a zvládat krizové situace spojené s chutí na cigaretu či jiný nikotinový produkt. Pravidelné konzultace zároveň fungují jako důležitá podpora během celého procesu odvykání.

Velkou výhodou lékáren je jejich dostupnost. *„U lékárníka si mohou lidé domluvit konzultaci, která se netýká pouze klasických cigaret, ale i elektronických cigaret, zahřívaného tabáku nebo nikotinových či tabákových sáčků. S odbornou pomocí navíc šance na úspěšné odvykání stoupá několikanásobně,“* říká **PharmDr. Martin Kopecký, Ph.D., viceprezident České lékárnické komory**.

Tuto pomoc navíc finančně podporují z programů prevence i zdravotní pojišťovny. Všeobecná zdravotní pojišťovna přispívá svým klientům na léčivé přípravky při odvykání až 2 500 korun, Oborová zdravotní pojišťovna pak až 2 000 korun. Seznam všech zapojených lékáren je dostupný na https://lekarnici.cz/odvykani-koureni/.

Nestyďte se vyhledat pomoc

Jak doplňuje prof. MUDr. Eva Králíková, vedoucí Centra pro závislé na tabáku III. interní kliniky 1. LF UK a VFN v Praze, možností, kde si říct o pomoc, mají pacienti spoustu. *„Pokud se někomu nedaří přestat kouřit nebo užívat nikotin bez pomoci, měl by ji určitě vyhledat. Na webu Společnosti pro léčbu závislosti na tabáku jsou kromě kontaktů na lékárny i kontakty na 40 Center pro závislé na tabáku při nemocnicích, asi 250 ambulantních lékařů, online poradnu, bezplatné mobilní aplikace, bezplatnou telefonní linku a několik adiktologických ambulancí. Současně je zde k dispozici ke stažení více než 20 letáků, které nejenže informují o souvislostech kouření s různými nemocemi, ale také o možnostech léčby,“ dodává.*

Příloha: Tisková zpráva

Česká lékárnická komora je samosprávná nepolitická stavovská organizace sdružující lékárníky. Byla zřízena zákonem ČNR č. 220/1991 Sb., o České lékařské komoře, České stomatologické komoře a České lékárnické komoře. Její ustavující sjezd se uskutečnil 28. – 29. září 1991.

Česká lékárnická komora dbá, aby její členové vykonávali své povolání odborně, v souladu s jeho etikou a způsobem stanoveným zákony a řády komory. Zaručuje odbornost svých členů a potvrzuje splnění podmínek k výkonu lékárnického povolání. Posuzuje a hájí práva a profesní zájmy svých členů, stejně tak chrání jejich profesní čest.

Pro další informace:

Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., prezident ČLnK: +420 603 796 826, krebs@lekarnici.cz

PharmDr. Martin Kopecký, Ph.D., viceprezident ČLnK: +420 604 344 754, kopecky@lekarnici.cz

PharmDr. Veronika Orendášová, tisková mluvčí ČLnK: +420 733 499 595, mluvci@lekarnici.cz

https://lekarnici.cz/nikotin-je-stale-problem-lekarnici-varuji-pred-novou-generaci-zavislosti-a-nabizeji-odborne-konzultace