

# Trendy v kouření u dospívajících

Tomáš Burgr

---

Bakalářská práce  
2013



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií  
Ústav pedagogických věd  
akademický rok: 2012/2013

## **ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE**

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Tomáš BURGR**  
Osobní číslo: **H10012**  
Studijní program: **B7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**  
Forma studia: **prezenční**

Téma práce: **Trendy v kuřáctví u dospívajících**

Zásady pro vypracování:

Zpracování rešerše a studium odborné literatury.  
Vymezení pojmu a teoretických východisek z oblasti závislosti na nikotinu.  
Příprava metodiky výzkumné části.  
Realizace kvalitativního výzkumu formou dotazníkového šetření.  
Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.  
Prezentace výsledku výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

**GAVORA, Peter.** Úvod do pedagogického výzkumu. 1. vyd. Brno: Paido 2000. ISBN 80-85931-79-6.

**HELLER, Jiří; PECINOVSKÁ, Olga.** Závislost známá neznámá. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1996. ISBN 80-7169-277-8.

**CHALOUPKA, F. J.** Jak zvládnout kuřáckou epidemii. Praha: Státní zdravotní ústav, 2004. 80-7071-234-1.

**SOVINOVÁ, H. CSÉMY, L.** Kouření cigaret a pití alkoholu v české republice. Praha: Státní zdravotní ústav, 2003. ISBN 80-7071-230-9.

**PRADÁČOVÁ, J.** Kouření a zdraví. Praha: Liga proti rakovině, 2010, ISBN 978-80-254-8025-0.

**NEŠPOR, K.** Návykové chování a závislost. 3. vyd. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-267-6.

**COMBY, B.** Jak se zbavit závislosti na tabáku. Praha: PRAGMA, 2007. ISBN 978-80-7349-077-5.

**GANERI, Anita.** Drogy ? od extáze k agonii. 1. vyd. Praha: Amulet, 2001. ISBN 80-86299-70-8.

**KRÁLÍKOVÁ, Eva.** Tabák a závislost na tabáku in KALINA, Kamil a kol. Drogy a drogové závislosti. Praha: úřad vlády ČR, 1. vyd. 2003. ISBN 80-86734-05-6.

**NEŠPOR, Karel.** Středoškoláci o drogách, alkoholu, kouření a lepších věcech. 1. vyd. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-086-3.

**ŠIMON, Jaroslav.** Tabakismus. 1. vyd. Praha: ČLS JEP, 2002.

Vedoucí bakalářské práce:

**Mgr. Eva Šalenová**

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce:

**30. listopadu 2012**

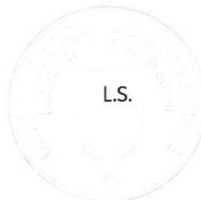
Termín odevzdání bakalářské práce:

**3. května 2013**

Ve Zlíně dne 14. února 2013



doc. Ing. Aněžka Lengálová, Ph.D.  
děkanka



Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.  
ředitel ústavu

## PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

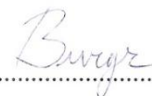
- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval.  
V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně

22.4.2013

  
.....

*1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:*

*(1) Vysoká škola nevydělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.*

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacího zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užit či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

## **ABSTRAKT**

Abstrakt česky

Tato bakalářská práce je rozdělena na dvě části – teoretickou a výzkumnou. V teoretické části se zabývám jedním ze sociálně patologických jevů, a to kouřením. Čtenáře seznamuji s historií kouření tabáku a jeho dopadu na lidský organismus. Zaměřuji se na novodobý trend používání elektronické cigarety jako alternativy za klasickou cigaretu. V praktické části zkoumám názory dospívajících na elektronickou cigaretu a jejich zkušenosti s jejím užíváním. Také zkoumám informovanost dospívajících o škodlivosti cigaret. Výsledky výzkumu mohou sloužit k lepší orientaci vyvíjejícího se trendu užívání nikotinu u dospívajících a také s tím spojené prevence.

Klíčová slova:

Kouření, nikotin, závislost, elektronická cigareta, trend, adolescence

## **ABSTRACT**

This bachelor thesis is divided into two parts – theoretical and practical. In the theoretical part, I tried to describe one social-pathological phenomenon - smoking. Reader is informed about the history of tobacco smoking and its effect on human organism. I focus on a modern trend of using an electronic cigarette as an alternative to classic cigarette. In the practical part of the thesis, I researched adolescents' opinions and experience with electronic cigarette and the awareness of harmful effects of cigarettes. The results of my research can serve as a guide to better orientation of the developing trend of nicotine use among adolescents and related prevention.

Keywords:

Smoking, nicotine, addiction, electronic cigarette, trend, adolescence

Chtěl bych poděkovat všem, kteří mě podporovali při tvorbě této bakalářské práce. Také bych rád poděkoval Mgr. Evě Šalenové za konzultace a čas, který mi věnovala při vedení bakalářské práce.

*Přestat kouřit je snadné - měl bych to vědět, dělal jsem to už tisíckrát.*

*Mark Twain*

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

## OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>9</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>11</b>
<b>1 KLASIFIKACE STĚŽEJNÍCH TERMÍNŮ</b> .....	<b>12</b>
<b>2 PROBLEMATIKA TABAKISMU</b> .....	<b>14</b>
2.1 HISTORIE TABÁKU .....	14
2.2 ZÁVISLOST NA NIKOTINU .....	15
2.2.1 Jak závislost vzniká.....	16
2.2.2 Účinky nikotinu.....	16
2.3 ŠKODLIVOST KOUŘENÍ .....	17
2.3.1 Nejdůležitější údaje o kouření.....	17
2.3.2 Pasivní kouření.....	18
2.4 KOUŘENÍ DOSPÍVAJÍCÍCH V ČESKÉ REPUBLICE .....	19
2.4.1 Zákon o kouření v ČR.....	19
2.4.2 Provedené výzkumy .....	20
<b>3 NOVÝ TREND V KOUŘENÍ – ELEKTRONICKÁ CIGARETA</b> .....	<b>22</b>
3.1 E-CIGARETA .....	22
3.1.1 Zákony vztahující se k e-cigaretě.....	23
3.2 MÝTY A FAKTA O ŠKODLIVOSTI.....	23
3.3 VÝHODY A NEVÝHODY .....	24
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>25</b>
<b>4 VÝZKUM</b> .....	<b>26</b>
4.1 CÍL A DÍLČÍ CÍLE VÝZKUMU .....	26
4.2 VÝZKUMNÁ METODA .....	26
4.3 VÝZKUMNÝ SOUBOR .....	27
4.4 VÝZKUMNÉ OTÁZKY .....	27
4.5 INTERPRETACE DAT .....	29
<b>5 SHRNTÍ VÝLSEDKŮ VÝZKUMU</b> .....	<b>37</b>
<b>ZÁVĚR</b> .....	<b>39</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY</b> .....	<b>41</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK</b> .....	<b>44</b>
<b>SEZNAM OBRÁZKŮ</b> .....	<b>CHYBA! ZÁLOŽKA NENÍ DEFINOVÁNA.</b>
<b>SEZNAM TABULEK</b> .....	<b>45</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH</b> .....	<b>46</b>



## ÚVOD

Ve své bakalářské práci se věnuji sociálně-patologickému jevu a to kouření u dospívajících. Na tohle téma bylo již napsáno mnoho prací a provedeno spousta výzkumů. Tato bakalářská práce se od ostatních odlišuje tím, že se zaměřuji nejen na kouření klasických tabákových cigaret, ale také na moderní formu kouření tzv. elektronických cigaret. V době kdy jsem chodil na střední školu, jsem měl jisté povědomí o elektronické cigaretě, ale to bylo především dáno tím, že se o drogovou problematiku a s tím spojené závislosti zajímám již delší dobu. Rozhodně bych nemohl říct, že se jednalo o nějaký nový rozmáhající trend v kouření mezi středoškoláky. Téma této bakalářské práce jsem si vybral, protože téma elektronické cigarety začalo být více a více aktuálnější, nejen mezi dospělými, ale právě mezi dospívajícími.

Cigareta na začátku 21. století je obecně velmi rozšířenou legální a společensky tolerovanou drogou. Ovšem popularita kouření již zdaleka není tak vysoká jak tomu bylo ve 20. století. Přesto je dostatečně vysoká, aby na nemoci z kouření ročně umíralo celosvětově miliony lidí. Nikotin, látka obsažená v tabákovém kouři způsobuje velmi silnou závislost a doprovodné látky v kouři, kterých je několik tisíc, způsobují mnoho smrtelných onemocnění. Elektronická cigareta se prezentuje, jako alternativa ke kouření, která nemá ve svém kouři (páře) látky jako oxid uhelnatý, nebo dehet, které vznikají při hoření tabáku, a tak by se mělo jednat o „zdravou“ variantu kouření. Do jaké míry je „zdravější“ než klasická cigareta je však otázkou. Faktem zůstává, že i při kouření elektronické cigarety se do těla dostává nikotin, který vyvolává onu závislost, kterou světová zdravotnická organizace klasifikovala jako onemocnění F-17.

Tato bakalářská práce je rozdělena do dvou částí – teoretické části a praktické. V teoretické části jsem si dal za úkol seznámit čtenáře s problematikou tabakismu. Nejdříve vymezuji pojmy, které se přímo vztahují k tomuto tématu. Dále popisuji vývoj tabakismu od jeho šíření v minulosti až po snahu jeho redukce v přítomnosti. Nato navazuji kapitolou, která vysvětluje vznik a sílu závislosti na nikotinu, a také **účinky nikotinu** na lidský organismus. Další kapitola představuje **škodlivost kouření** a jeho dopad na lidský organismus společně s několika statistickými údaji, které nelze jen tak přehlédnout. Následuje pojednání o kouření dospívajících v české republice s návazností na platné zákony v ČR a krátký přehled výsledků některých výzkumů, které již na téma kouření dospívajících byly provedeny. V posledním bodu teoretické části se zaměřuji na již zmíněnou elektronickou

cigaretu. Zde jsem shromáždil informace, které prezentují prodejci a informace z několika málo vědeckých článků publikovaných na internetu, které se vztahují k elektronické cigaretě. Na základě zjištěných poznatků zhodnocuji na závěr teoretické části výhody a nevýhody elektronické cigarety.

V praktické části bakalářské práce je mým záměrem zjistit, jak se vyvíjí trend u dospívajících kuřáků a nekuřáků k používání elektronické cigarety. Metodu výzkumu jsem zvolil kvantitativní a to pomocí dotazníkového šetření. Dílčími cíly je zjistit informovanost u dospívajících o škodlivosti kouření na organismus a zjistit jaké názory a postoje zaujímají dospívající k elektronické cigaretě a zdali aktivní kuřáci uvažují, že v budoucnu začnou užívat elektronickou cigaretu. Výsledky tohoto výzkumu nám ukážou, jak velkou roli hraje v životě dospívajících elektronická cigareta, a tím i to, jak moc je potřeba se na tento jev zaměřit při prevenci.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 KLASIFIKACE STĚŽEJNÍCH TERMÍNŮ

Zde uvedu několik pojmů, se kterými se budeš, milý čtenáři, setkávat v průběhu čtení této bakalářské práce. Světová zdravotnická organizace v roce 1969 definovala **drogu**, jako jakoukoliv látku (substance), která, je-li vpravena do živého organismu, může pozměnit jednu nebo více funkcí. (Světová zdravotnická organizace, 1969) My bychom mohli říct, že droga je látka, která působí na naši centrální nervovou soustavu a ovlivňuje naše myšlení, vnímání, chování a dokonce i náladu. Všechny tyto vlastnosti nikotinu splňuje, tudíž kouření cigaret považujeme za drogovou závislost.

V případě **nikotinu** se jedná o jedinou návykovou látkou ze 4. - 5. tisíc složek tabákového kouře či tabáku. Nikotin je toxický rostlinný alkaloid. Jedná se o bezbarvou tekutinu, bez zápachu. Smrtelná dávka pro člověka je kolem 80 mg, poměrně rychle však vzniká tolerance (Králiková, 2003, s. 205) Tahle látka také vyvolává silnou závislost. O nikotinu pokračuji v kapitole 2.2.2 „účinky nikotinu“

V rámci mého výzkumu zjišťuji trendy v kouření u dospívajících. Vágnerová **dospívání** považuje jako přechodnou dobu mezi dětstvím a dospělostí. „Zahrnuje jednu dekádu života od 10 do 20 let. V tomto období dochází ke komplexní proměně osobnosti ve všech oblastech: somatické, psychické i sociální. Mnohé změny jsou primárně podmíněny biologicky, ale vždy je významně ovlivňují psychické a sociální faktory, s nimiž jsou vzájemné interakci.“ (Vágnerová, 2005, str. 321) Právě v tomto období dospívající velmi často experimentují a kvůli mladické nerozváženosti se mohou velmi rychle stát závislými na nikotinu. „Adolescence, v české terminologii mládí, je většinou datována od 15 do 20(22) let. Počátek je spojován s plnou reprodukční zralostí, v jejím průběhu se obvykle ukončuje tělesný růst.“ (Mullerova, 2008, s. 17) Slovo adolescence pochází z latinského slova „adolescere“, což znamená dorůstat, mohutnět, dospívat. Podle Králikové (Králiková, 2003) velký význam pro dospívajícího jedince hraje vzor v rodině. Když rodiče kouří, dítě nevidí nic špatného na tom, že si zapálí.

**Definice kuřáctví** nám říká, že pravidelný (denní) kuřák kouří v době šetření nejméně jednu cigaretu denně. Příležitostný kuřák v době šetření, ale méně než jednu cigaretu denně. Bývalý kuřák, kouřil (vykouřil během života více než 100 cigaret, ale v době šetření nekouří. Nekuřák nikdy nevykouřil 100 a více cigaret. (Sovinová a H.Csémy, 2003)

Kouření u dětí definuje Světová zdravotnická organizace jako kouření nejméně jedné cigarety týdně.

**Elektronická cigareta** (dále jen e-cigareta) je zařízení, které dokáže vpravit nikotin do organismu bez dalších látek, které se uvolňují při spalování tabáku z klasické cigarety. Při užívání elektronické cigarety totiž k žádnému hoření nedochází, a tak spíše než o kouření mluvíme o inhalování. Podrobněji v kapitole 3 „Nové trendy v kouření – Elektronická cigareta“

V praktické části této bakalářské práce zjišťuji, zda dospívající považují kouření cigaret za **moderní**. Moderní, myslím, ve smyslu módní. Zda je u dospívajících kouření cigaret v oblibě, a tím pádem i moderní. Je známo, že v první polovině 20. Století, bylo kouření cigaret velice v oblibě a společensky velmi přijatelným návykem. Kouření bylo také popularizováno ve filmech, reklamách a nebylo omezováno zákazy kouření na veřejných místech i v uzavřených prostorách. Kouření bylo tolerováno takřka všude. Tento trend se v druhé polovině 20. století změnil a kouření se postupně stalo něčím negativním. (Nešpor, 1995) Pojem „**trend**“ a pojem „moderní“ jsou si velmi podobné. Psychologický slovník Pavla Hartla nám říká, že trend je něco co má směr, sklon i náchylnost. (Hartl, 2000, s. 626) Trend má tendenci se vyvíjet a někam směřovat.

## 2 PROBLEMATIKA TABAKISMU

Od rozšíření tabáku do Evropy v 15. století až do současnosti prošel vývoj a přístup k užívání tabáku dramatickými změnami. K uchopení celkové problematiky tabakismu je potřeba jej pochopit v hluboko zakořeněném historickém kontextu jeho vývoje.

### 2.1 Historie tabáku

Drogy byly, jsou a budou neodmyslitelnou součástí lidské kultury. Je nutno podotknout, že drogy nesmíme vnímat jako symbol zla. Ve světě lidé užívají drogy již od úsvitu svých dějin, jak tomu bylo například u tabáku. Původní obyvatelé Ameriky znali a užívali tabák velmi dlouho. Bylo tomu tak kvůli náboženským, rituálním nebo léčebným účelům. Po objevení Ameriky v roce 1492 se začal tabák dostávat do Evropy. Začátky šíření tabáku po Evropě a po celém světě nebyly vůbec snadné.

Píše se rok 1493 a do Evropy přijíždí loď z Nového světa plná tabákových listů. Kapitán této lodi byl první oficiální evropský kuřák. Jeho jméno bylo Rodrigo de Jarez del Aya-monte. Hrozil mu trest upálení, ale na Kolumbovu přímluvu byl pouze uvězněn na 10 let. Zde vidíme, že kouření, podobně jako v dnešní době, nebylo příliš moderní. Vdechování kouře a vydechování, bylo spojováno s čarodějnictvím a pekelnými silami. Ovšem i přes tohle všechno se kouření tabáku rozšiřovalo. Francouz Jean Nicot, který se zabýval pěstováním tabáku (podle něj je nikotin pojmenován), doporučil Kateřině Medicejské – královně Francie užívání tabáku jako léku proti migréně. V Čechách přispěl ke kouření tabáku velký zastánce alchymie Rudolf II. Během 30. leté války se kouření velmi rozšířilo. To vedlo roku 1642 papeže Urbana VIII. vydat bulu proti kouření, kde zakazoval šňupat, kouřit v chrámech a chrámových předsíních pod hrozbou exkomunikace. (Novák, 1980, s. 9)

Anglický král Jakub I. napsal roku 1603 první knihu proti kouření a začal kuřáky stíhat a trestat. Turečtí sultáni v 17. století velmi tvrdě potírali kouření – mučili kuřáky k smrti a popravovali je. V Rusku a Uhrách uplatňovali méně tvrdé tresty, přesto velmi brutální. Nechávali kuřáky bičovat, a když tohle nepomohlo, rozřízli jim ret, aby neudrželi fajku v ústech. I přes tyto velké zásahy kouření tabáku pokračovalo, i když bylo prohlášováno za smrtelný hřích. Nakonec tabák zvítězil – obzvlášť potom, když mocenské kruhy objevily, že díky tabáku dokážou naplnit státní pokladnu. Napoleon ustanovil ve Francii monopol na hospodaření s tabákem, což tvořilo značný zdroj státních příjmů. Ovšem největší rozšíření tabáku začalo po výrobě automatického stroje na cigarety, které se koncem 19. a za-

čátkem 20. století staly velmi populární. Například jeden ze symbolů emancipované ženy na začátku 20. století byla právě cigareta. (Novák, 1980, s. 9-11)

„V nové době je mezníkem vědomostí o škodlivosti kuřáctví rok 1964, kdy hlavní lékař Spojených států amerických vydal „Surgeon General’s Report on Smoking and Health“, kde bylo poprvé shrnuto stanovisko lékařů a badatelů ze všech do té doby známých výzkumných prací a kdy byl učiněn závěr: Kouření cigaret je zdraví škodlivý návyk tak závažný, že si vyžaduje přiměřenou zdravotnickou protiakci.“ (Novák, 1980, s. 12)

Od roku 1965 kuřáků začalo ubývat. Bylo to díky postoji vlády, která v USA zakázala reklamu na cigarety a také zdvojnásobila daň z tabákových výrobků. Také zákaz kouření ve veřejných budovách a snižování procenta z nemocenského pojištění pouze pro nekuřáky vedlo ke snižování kuřáků. (Křivohlavý, 2001, s. 190)

V dnešní době represe proti kouření stále pokračují. Každoročně ceny tabákových výrobků rostou. V některých evropských zemích platí úplný zákaz kouření v uzavřených prostorech. V mnoha zemích má krabička cigaret jednotný vzhled a je opatřena „odstrašujícím“ obrázkem, znázorňujícím onemocnění plynoucí z kouření cigaret. I přes neustálý růst ceny a nově vznikajících zákonů omezujících kouření na různých místech, alespoň jednou v životě kouřilo 75% šestnáctiletých. (Csémy a Chomynová, 2011, str. 3)

## 2.2 Závislost na nikotinu

Jedná se o jednu z nejvíce rozšířených závislostí na světě. Nejedná se však o zlovyk, jak se mnoho lidí domnívá. Světová zdravotnická organizace označila závislost na tabáku jako diagnózu F – 17 (Světová zdravotnická organizace, 1969), jedná se tedy o onemocnění drogové závislosti na nikotinu.

Abstinenční příznaky se objevují u pravidelných kuřáků již po jedné hodině od vykouření poslední cigarety. Tyto příznaky se projevují především nutkavou touhou si zapálit další cigaretu, ale také vnitřním napětím, nesoustředěností a podrážděností. U každého kuřáka se abstinenci příznaky projevují v různé míře, záleží na míře závislosti a také na době trvání abstinence. Abstinujícímu kuřákovi se mohou po pár dnech projevit deprese, nespavost, zlost. Později tyto abstinenci příznaky pomalu mizí, ovšem občasné chuti na cigaretu se většinou kuřák nikdy nezbaví. Závislost na nikotinu bývá přirovnávána svou silou k závislosti na heroinu. (Kozák, 1993, s. 60)

### 2.2.1 Jak závislost vzniká

Závislost vzniká v závislosti na délce užívání. Každou další vykouřenou cigaretou, kuřák podporuje vznik závislosti na nikotinu. Jako u většiny drog vzniká po čase tolerance a nutnost zvyšovat dávku. Rozlišujeme fyzickou závislost na nikotinu a psychosociální závislost, kterou trpí všichni kuřáci, i když nejsou závislí fyzicky.

Nejdříve se jedná právě o psychosociální závislost (kombinace psychické a sociální závislosti = naučená potřeba určité činnosti v určité situaci, tzv. „rituály“ spojené s kouřením) za krátký čas však vzniká fyzická drogová závislost na nikotinu. (Sovinová a H.Csémy, 2001)

Králiková (Králiková, 2003, s. 205) uvádí, že závislost na nikotinu vznikne asi u 60 – 70 % kuřáků zhruba do 2 let aktivního kouření. Fyzická závislost vzniká kvůli **nikotinu**, který se po vzdechnutí dostává z plic do krve a putuje tak do mozku, kde se váže na nikotinové receptory, které uvolňují dopamin – tedy hormon štěstí a přichází ke kýženému požitku. Tento proces trvá cca do 10 sekund od prvního potažení kouře obsahující nikotin.

### 2.2.2 Účinky nikotinu

Za největší účinek nikotinu můžeme považovat vznik velmi silné závislosti. Nikotinu nemůžeme upřít i pozitivní vlastnosti, které na lidský organismus má. Jak uvádí MUDR. Zbyněk Mlčoch: „Nevýhody a zápory kouření výrazně převyšují klady kuřáctví. Nicméně je nutno přiznat, že i kouření cigaret má několik pozitivních stránek.“ (Kurakovaplice, ©2012),

Nikotin je látka, která způsobuje, že mozek začne produkovat endorfíny – hormony štěstí, díky kterým se cítíme lépe, a tím pádem kuřák zvládá lépe stresové situace. Je to taková berlička, kterou kuřák používá, když má starosti a potřebuje si něco v klidu promyslet. Je prokázáno, že nikotin zvyšuje soustředěnost, bdělost a také dochází ke zlepšení paměti. Mlčoch dodává (kurakovaplice, ©2012), že se jedná o dvojsečnou zbraň. Nikotin sice zlepšuje paměť, ale z dlouhodobého hlediska kouření vede k ucpávání cév, které se později může projevit v pozdějším věku rozvojem demence. Nikotin také pomáhá lépe zvládat schizofrenické nálady. To je důvodem proč mnoho psychiatrických pacientů kouří. (Kurakovaplice, ©2012)

Nikotin má vliv na organismus také podle výše dávky, která může být u nezkušeného kuřáka tak vysoká, že může dojít k otravě nikotinem. Znamky lehké otravy se projevují



nevolností, studeným potem, zvracením a závratěmi. Silná otrava nikotinem se projevuje křečemi a ochrnutím centrální nervové soustavy, která vede k obrně dýchacího centra a bez lékařské pomoci k smrti udušením. Mezi další projevy nikotinu na organismus je zvýšená aktivita trávicího traktu, produkce slin, trávicích šťáv a také ke zrychlení střevní peristaltiky, která vede k defekačnímu efektu ranní cigarety. (Exnico, ©2013)

## 2.3 Škodlivost kouření

Škodlivost kouření je již v dnešní době vědecky prokázána. Na toto téma bylo sepsáno velké množství vědeckých studií, která popisují spojitost kouření se vznikem smrtelných onemocnění. „První dvě dostatečně velké epidemiologické práce, prokazující souvislost rakoviny plic a kouření, byly publikovány až v roce 1950. Od té doby bylo publikováno kolem 70 000 prací, které popisují podíl kouření na 24 nemocích ve třech skupinách“ kardiovaskulární (podíl kouření asi 20-25%), nádory (30%) a chronická plicní onemocnění (75%). Nejčastější příčinou smrti v důsledku kouření je infarkt myokardu.“ (Králiková, 2003, s. 205)

Nutno podotknout, že příčinou úmrtí na nemoci z kouření nesou zodpovědnost zejména látky, které se dostávají do těla kuřáka společně s kouřem. Škodlivost kouření se nemusí projevovat jen prostřednictvím různých onemocnění. Velký dopad může mít kouření i na socioekonomickou situaci jedince. Běžný kuřák, který vykouří jednu krabičku denně, při ceně 80 Kč za balení, vynaloží náklady za rok ve výši zhruba 28 000 Kč. Škodlivost kouření se také může projevit na kvalitě partnerského soužití. Domníváme se z vlastní zkušenosti, že většina nekuřáků/ček při volbě partnera upřednostní spíše nekuřáka/čku. To by mohlo kuřáky při hledání partnera znevýhodnit. Také nesmíme opomenout, že kuřák nepoškozuje pouze sebe, ale také své nejbližší okolí a to tzv. pasivním kouřením (dále v kapitole 2.3.2 o pasivním kouření).

### 2.3.1 Nejdůležitější údaje o kouření

V České republice je asi 2 200 000 kuřáků a **každoročně u nás umírá na následky kouření více než 18 000 lidí, což odpovídá v průměru více než 50-ti lidem denně.** Celosvětově se odhaduje počet kuřáků na 1,3 miliard a **počet úmrtí v důsledku kouření za jeden rok na 5 000 000 lidí** a toto číslo se stále zvyšuje. **Cigaretový kouř obsahuje více než 4 000 chemických látek** a z hlediska rizika způsobení rakoviny je zařazen do nejvyšší možné kategorie. Kouření v ČR má také na svědomí každoročně smrt 3 000 pasivních kuřáků. **V průměru si kuřák zkrátí život o 15 let** a každý druhý kuřák kouření

podlehne. Každý 6. kuřák pak dostane rakovinu plic. **Závislost na tabáku je klasifikována jako onemocnění** (diagnoza F17), jedná se o drogovou závislost a svojí silou bývá přirovnávána k závislosti na heroinu. **Roční náklady ČR na léčbu kuřáků činí přibližně 80 miliard Kč, oproti tomu je příjem z daní tabákových výrobků pouze asi 50 miliard Kč.** Kouření tedy výrazně zatěžuje zdravotní systém ČR a společnost jako celek tedy na kuřáky značně doplácí.

Aktuální info se SZU  
(Bezcigaret, ©2010)

### 2.3.2 Pasivní kouření

Pasivní kouření je velmi často podceňováno. Je to děj, při kterém momentálně nekouřící osoba vdechuje cigaretový kouř. Kouř stoupající z konce cigarety je jiný, než aktivně vdechovaný kouř a paradoxně více škodlivý. V důsledku pasivního kouření v ČR umírá okolo 3000 lidí. (Bezcigaret, ©2012)

„Tabákový kouř obsahuje množství škodlivin, najedou se v něm takové lahůdky jako dehet, kysličník uhelnatý, formaldehyd, dokonce i arsenid nebo kyanid.“ (Nešpor a Csémy, 1994, s. 68).

Jak uvádí Prim. MUDr. Karel Nešpor, CSc. (Nešpor, 2008) ve svém pojednání o pasivním kouření, většina lidí se domnívá, že například kouř se z místnosti vyvětrá a tím je zabráněno nebezpečnému vlivu tabákového kouře. Pravda je taková, že kouř se v místnosti usazuje na nábytku, zdech, hračkách atd. Bohužel smutným faktem je, že velice často jsou pasivním kouřením ohroženi ti nejmenší. Pasivní kouření má na ně zničující dopad. Je prokázáno, že pasivní kouření je příčinou desetin dětských leukémií. Je u nich zvýšené riziko vzniku zánětu dýchacích cest a rozvoj astmatu. Fatální dopad má pasivní kouření i na nenarozené děti. Ať už jsou viníky matky – kuřáčky, anebo matky jako pasivní kuřáčky. Ohrožení pasivním kouřením nejsou však jen děti, jsou to i dospělí. „Ten, kdo žije ve společné domácnosti s bezohledným kuřákem a sám nekouří, zatěžuje své tělo dávkou zhruba dvou cigaret za den.“ (Nešpor a Csémy, 1994, s. 68).

„Bylo prokázáno, že více než 40 látek, obsažených v tabákovém kouři vdechovaném při pasivním kouření, způsobuje zhoubné bujení. Pasivní kouření má okamžitý i dlouhodobý vliv na lidské zdraví. Mezi okamžité účinky patří podráždění očí, nosu, hrdla a plic. Toxický tabákový kouř u citlivějších nekuřáků vyvolává bolesti hlavy, pocity nevolnosti a závra-

ti. Dlouhodobě pasivní kouření zvyšuje riziko výskytu nádorových onemocnění a onemocnění srdce“ (Sovinová a H.Csémy, 2003, s. 24)

## 2.4 Kouření dospívajících v České republice

Pan MUDR. Zbyněk Mlčoch shromáždil z odborných článků a studií statistiky, které uvádí, že 9 z 10 kuřáků začne kouřit před 18. rokem života. Právě proto je mnohdy kouření nazýváno dětskou nemocí. U nás v České republice podle průzkumu Eurobarometr kouří 2 300 000 lidí a odhaduje se, že toho tvoří 250 000 děti a mládež do 18 let. Alarmující je také věk. Statistiky uvádí, že k zapálení 1. cigarety dochází kolem 10 roku života dítěte. (Kurakovaplice, ©2012)

Experimentování s kouřením a začátky kouření v takhle nízkém věku pramení především z toho, že dospívající nedokážou adekvátně posoudit všechny rizika spojená s kouřením. Podle doc. MUDr. Evy Králikové je zásadní také fakt, že cigarety v ČR jsou cenově dostupné a dospívající nemají příliš velké problémy si krabičku cigaret opatřit. Dodává také, že důležitou roli hraje rodinné prostředí, jestliže oba rodiče kouří, pravděpodobnost vzniku kuřáctví u dospívajícího je 4x vyšší než u jedince vyrůstajícího v nekuřácké rodině. (Kurakovaplice, ©2012)

MUDr. Milada Šípková z krajské nemocnice v Liberci v rozhovoru pro internetový portál tyden.cz potvrzuje, že roste počet dospívajících, kteří mají zkušenost s elektronickou cigaretou. „Zkoušejí ji jako „zdravou“ alternativu kouření. Děti ani jejich rodiče si neuvědomují nebezpečí pramenící z rizika vzniku závislosti na nikotinu přijímaného touto formou.“ (Tyden, ©2012)

Za kouření dospívajících může také vysoká míra tolerance k užívání tabáku ve společnosti a nedostatečná úprava zákona vztahujícího se k tabákovým výrobkům a jeho dodržování.

### 2.4.1 Zákon o kouření v ČR

č. 37/1989 Sb., o ochraně před alkoholismem a jinými toxikomaniemi

„Právo, na ochranu před kouřem v prostředí je součástí základního lidského práva na ochranu života a zdraví. Prosazování určité ochrany odráží celospolečenské uvědomění rizik spojených s kouřením a právní vyspělost daného státu. Svoboda jedince kouřit končí tam, kde začíná svoboda jiného nekouřit“ (Kindl, Bez cigaret, ©2012)

Kontrolu tabákových výrobků můžeme rozdělit dle zákonů a vyhlášek Ministerstva zdravotnictví do následujících tematických okruhů – zákony a vyhlášky stanovující:

- 1) Výrobu – zde je určeno z čeho a jakým způsobem mohou být tabákové výrobky vyrobeny a jak má vypadat jejich obal
- 2) Zdanění - jak se daní tabákové výrobky a kam jsou odváděny
- 3) Reklama – propagace a sponzorství související s tabákovými výrobky jsou zakázány
- 4) Prodej – kde, komu, za jakých podmínek a jakým způsobem se mohou tabákové výrobky prodávat.
- 5) Zákazy kouření – kde a kdy je zakázáno kouřit.

Mnoho zákonů je nejasně definováno a nedostatečně kontrolováno.

(Kindl, Bezcigaret, ©2012)

V současné době platí zákaz kouření na školách a ve všech vzdělávacích institucích, sportovních halách, zábavných prostorách (kina, divadla, atd..), v prostředcích hromadné dopravy, budovách státních úřadů a na dalších veřejně přístupných místech, která stanovila obec obecně závaznou vyhláškou. Od jiných členských států se ČR liší tím, že zákaz kouření se netýká restaurací, barů a kaváren (europarl.europa, ©2008). Ovšem od 1.července 2010 provozovatelé restaurací a barů mají povinnost určit, jestli jejich zařízení bude kuřácké, nekuřácké či polo kuřácké s oddělenými místnostmi, zvlášť pro kuřáky a zvlášť pro nekuřáky.

Česká republika je jedinou zemí EU, kde je možné provozovat čistě kuřácké restaurace. Ministr zdravotnictví doc. MUDr. Leoš Heger CSc chce prosadit zákaz kouření v restauracích, který se bude vztahovat i na elektronické cigarety a vodní dýmky s tabákovou náplní, který by mohl začít platit již 1. ledna 2014. (HN.ihned, ©2012)

#### **2.4.2 Provedené výzkumy**

V České republice probíhá od roku 1995 reprezentativní šetření, které má za úkol zjišťovat rozsah kouření, pití alkoholu a užívání drog mezi českou mládeží, sledovat tyto trendy a analyzovat základní kontextové vztahy u vybraných indikátorů návykového chování. Výsledky slouží k porovnání situace v ČR se situací v Evropě. Toto šetření se nazývá „Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách“ (EPAD). Je zaměřena na studenty ve věku 16 let.

„Jedná se o největší celoevropskou studii zaměřenou na zjištění rozsahu užívání návykových látek u dospívajících. Projekt je realizován každé 4 roky od roku 1995, v roce 2011 tak proběhla již pátá vlna studie.“ (Csémy a Chomynová, 2012, str. 2)

V roce 2011 ESPAD dospěla k následujícím poznatkům

- 75% šestnáctiletých alespoň jednou v životě kouřilo. Mezi chlapci bylo 27 % denních kuřáků a 10 % silných kuřáků, u dívek byla prevalence denního kouření 24% a silných kuřáček bylo 6 %.

V roce 2007 ESPAD dospěla k následujícím poznatkům

- Mezi chlapci bylo 23 % denních kuřáků a 8% silných kuřáků, u dívek byla prevalence denního kouření 27 % a silných kuřáček bylo 8 %

„Zde si můžeme všimnout, že zatímco v roce 2007 uváděly denní kouření více dívky, v roce 2011 byli častějšími denními kuřáky chlapci. V případě silných kuřáků došlo k nárůstu u chlapců, zatímco u dívek došlo ve stejném období k poklesu.“ (Csémy a Chomynová, 2012, str. 2)

Výzkumné šetření ESPAD není jediné zabývající se rozsahem užívání návykových látek. V České republice byla realizována celá řada celopopulačních průzkumů. V roce 1993 začalo probíhat každé tři roky tzv. Výběrové šetření o zdravotním stavu české populace (ÚZIS). Rokem 1997 začala probíhat studie Zdraví a škodlivé návyky (SZÚ). Speciálně na základní školy byla zaměřena mezinárodní studie Mládež a zdraví (HBSC) a to naposled v roce 2002. V roce 2002 také proběhla studie GYTS, která mapovala rozsah kouření mezi mládeží. (Csémy a Chomynová, 2012, str. 2)

Můžeme zde pozorovat, že existuje velké množství dat z reprezentativních studií, které probíhají pravidelně více než 20 let. Většinou se jedná o studie, které mají velký význam celoevropského či celosvětového charakteru. V české republice je tomu tak od roku 1990. Je to dáno především požadavkem společnosti sledovat rozsah užívání drog. Na základě těchto pozorování vznikají projekty, které mají za úkol informovat dospívající populaci o nežádoucích účincích drog a tím i minimalizovat jejich šíření. Úspěšnost těchto projektů je však pozorovatelná až s odstupem několika let. Boj s drogami vždy byl a je běh na dlouhou trať.

### 3 NOVÝ TREND V KOUŘENÍ – ELEKTRONICKÁ CIGARETA

V této kapitole podrobně popíšu co elektronická cigareta vlastně je, za jakých podmínek vznikla, jak funguje a poznatky, které byly učiněny na poli škodlivosti. Zmíním jednotlivá fakta, která hovoří pro a proti užívání elektronické cigarety.

Elektronická cigareta pochází z Číny, kde byla vyvinuta za účelem minimalizovat počet klasických kuřáků a tím zlepšit životní podmínky, zbavit se nedopalků v ulicích a mít čistější ovzduší ve městech. Bylo to právě díky 29. letním olympijským hrám v Pekingu 2008. Snaha vytvořit obrázek země, která je ekologická a moderní, pečující o zdraví svých občanů. První zmínky o e-cigaretě se objevují již v roce 2003, kdy koncept elektronické cigarety představil p. Hon Lik. Uvedení na čínský trh bylo v roce 2004. Světovou premiéru měla v roce 2005 a na trh se dostala až v roce 2006. (E-cigaretafans, ©2010)

E-cigareta je novinkou na poli užívání nikotinu. V českém prostředí si elektronická cigareta našla poměrně rychle velkou základnu uživatelů a jejich počet stále roste. Dokazuje to vznik mnoha fanouškovských internetových stránek a zakládání mnoha diskusních fór, kde si e-kuřáci vyměňují zkušenosti, hodnotí a dávají typy na vyzkoušené příslušenství. Mnozí také elektronickou cigaretu vnímají jako trend a vlastnit ji je způsob, jak „držet krok“ s dobou. (Kurakovaplice, ©2011)

#### 3.1 E-cigareta

Vzhled elektronické cigarety je různý. Může být na první pohled k nerozeznání od klasické tabákové cigarety, nebo si ji klidně můžete splést s perem na psaní. Existuje mnoho druhů a každý si může sestavit svou vlastní, dle svých požadavků a potřeb. Od normální tabákové cigarety ji ovšem odlišuje jeden podstatný rozdíl a to, že při jejím užívání nedochází k hoření a tím i k vdechování škodlivin, jako je dehet nebo oxid uhelnatý. Funguje na podobném principu jako jsou inhalátory nikotinu při odvykání kouření. Ovšem e-cigareta zahřáním tzv. e-liquidu, který je nosné médium nikotinu a příchutě, vytváří páru, která při vydechnutí napodobuje kouř z cigaret. Dokonce u mnohých e-cigaret je i led dioda, která se při popotáhnutí zapne a napodobuje žhavení na konci cigarety. Takto zůstávají psychosociální potřeby e-kuřáka uspokojeny. Princip elektronické cigarety funguje na přeměně roztoku tzv. e-liquidu. Pomocí elektrické energie se roztok (který obsahuje nikotin a příchutě) ohřeje a přemění se na syntetickou páru, kterou e-kuřák vdechuje i vydechuje. Jako nosné médium příchuti a nikotinu je nejčastěji používána látka **Propylenglykol**. Vdecho-

vaná pára může mít různou koncentrací nikotinu a nechybějí samozřejmě ani různé příchutě (kávová, jahodová, mátová, nebo také příchutě napodobující chuť skutečného tabáku). Výběr chuti už záleží na kuřáku e-cigarety. (Kurakovaplice, ©2012)

### 3.1.1 Zákony vztahující se k e-cigaretě

Zákon 305/2009 Sb. vymezuje elektronickou cigaretu jako „výrobek napodobující funkci tabákového výrobku nebo tabákové potřeby, jehož účelem je vdechování nikotinových výparů, včetně příslušenství takových výrobků“ (Epravo, ©2010)

Zákon v České republice podmínky užívání e-cigaret na veřejných místech nějak neupravuje, ovšem dá se očekávat jeho novelizace. Například ostravský dopravní podnik dal do smluvních podmínek, že v jejich vozech se elektronické cigarety nesmějí používat. Také Ministerstvo zdravotnictví chce prosadit zákon, který by elektronické cigarety a tabákové stavěl na stejnou úroveň. Paní doc. MUDr. Evy Králiková to komentovala následovně: „Je třeba uznat, že elektronická cigareta obsahuje mnohem méně látek než kouř klasické cigarety, nicméně čistý vzduch z ní nevdechujete, určité škodliviny tam také jsou.“ (Kurakovaplice, ©2012)

V některých zemích jako je Norsko, Brazílie, Turecko nebo Švýcarsko existuje úplný zákaz prodeje elektronické cigarety. Důvodem je především to, že neexistuje žádná seriózní studie potvrzující bezpečnost užívání e-cigaret (Exnico, ©2010). Koupit si elektronickou cigaretu přes internet není velkým problémem ani pro dospívající, kteří ještě nedovršili 18 let. Může za to nedostatečné dodržování protikuřáckého zákona a jeho kontrola.

## 3.2 Mýty a fakta o škodlivosti

Klasickou cigaretu vyměňuje spousta lidí za elektronickou nejen kvůli úspoře peněz, ale především kvůli tomu, že chtějí šetřit svoje zdraví nebo zkoušejí přestat kouřit. Kouření e-cigarety je vskutku méně škodlivou variantou jak vpravit nikotin do svého těla, ovšem nejedná se o zcela zdravé kouření, jak někteří prodejci uvádějí na svých reklamách. Nemůžeme opomenout, že **nikotin**, který je obsažen v různém množství v e-liquidech je pro tělo škodlivou a jedovatou látkou. A zde narážím na další skutečnost a to, že mnoho náplní (e-liquidů), které pochází z Číny, nepodléhají příliš kvalitní výstupní kontrole. Již v roce 2009 byly provedeny testy americkou FDA několika vzorků a zjistilo se, že obsahují detekovatelné množství různých látek, které způsobují rakovinu – např. nitrosaminy, které jsou typické pro tabákové výrobky. (E-cigaretafans a Exnico, ©2010)

Dalším problémem může být i snadné předávkování nikotinem, které při užívání elektronické cigarety hrozí. Nikotin, který se dostane do organismu pomocí elektronické cigarety, může být v různém množství, které si e-kuřák zvolí při koupi e-liquidu. Jak bylo zmíněno výše, není zde záruka, že takto zakoupený e-liquid dané množství skutečně obsahuje. Běžné obsahy nikotinu v komerčních e-liquidech jsou 0,1 mg, 6 mg, 8 mg, 11 mg, 16 mg, 18 mg a 24 mg. MUDR. Kateřina Bičíková, internistka s atestací z oboru respiračních onemocnění, z programu H plus pro internetový portál lekari-online uvádí: „Výrobci kuřákům tvrdí, že jejich návyk není s elektrickou cigaretou tolik škodlivý zdraví. To se ale týká jen dehtu a dalších kouřových zplodin, ne nikotinu. Další slabinou je e-liquid, kapalina v e-cigaretě, jejíž složení může obsahovat zdraví velmi neprospěšné látky. I to je důvod, proč je e-cigareta v řadě zemí zakázána či omezena.“ (Lekari-online, ©2011)

### 3.3 Výhody a nevýhody

Nejlepší výhodou pro člověka je s kouřením nikdy nezačínat. Pro lidi, kteří se stali na nikotinu závislími, je e-cigareta alternativou jak minimalizovat poškození organismu. Mezi výhody elektronické cigarety patří například to, že se neuvolňují zplodiny při hoření, a tak e-kuřák nesmrdí, nevdechuje tak velké množství toxických látek jako u klasických cigaret. K tomu se vztahuje také to, že je ohleduplnější pro své okolí, protože odpadá vznik pasivního kouření. Výhodou také vidím v tom, že e-kuřák může prozatím kouřit i na místech (až na některé výjimky), kde to je pro normálního kuřáka zakázáno. Finanční náročnost kouření elektronických cigaret je také o poznání menší. Další výhodou je, že nevznikají nedopalky „vajgly“, čímž se neznečišťují ulice. Nevýhodou e-cigarety spatřujeme převážně v prozatím nezmapovaných důsledcích dlouhodobého užívání propylenglykolu na lidský organismus. Nevýhodou také je závislost na elektrické energii – bez baterky si e-kuřák nezakouří. A mezi nevýhody bych zahrnul také možnost poruchovosti komponent elektronické cigarety.



## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 4 VÝZKUM

Pro výzkumné šetření bakalářské práce jsme zvolili kvantitativně orientovaný výzkum formou dotazníku. Výzkum jsme realizovali jako deskriptivní (popisný). Výzkumný problém byl pro bakalářskou práci stanoven následující: Jaké názory mají dospívajících na elektronickou cigaretu a přemýšlí aktivní kuřáci, že v budoucnu začnou užívat elektronickou cigaretu? „Deskriptivní výzkumný problém zjišťuje a popisuje situaci, stav nebo výskyt určitého jevu“ (Gavora, 2010, s. 56)

### 4.1 Cíl a dílčí cíle výzkumu

Cílem výzkumu je zjistit vyvíjející se trend v kouření u dospívajících kuřáků či nekuřáků.

Hlavní cíl

- Jaký názor a postoj mají kuřáci a nekuřáci na elektronickou cigaretu a zdali aktivní kuřáci uvažují, že v budoucnu začnou užívat elektronickou cigaretu.

Dílčí cíle:

- 1) Zjistit do jaké míry je kuřáctví mezi dospívajícími rozšířeno.
- 2) Kolik denních a silných kuřáku je mezi respondenty.
- 3) Co si respondenti myslí o škodlivosti cigarety v porovnání s e-cigaretou.
- 4) Jak moc je užívání elektronické cigarety rozšířeno.
- 5) Jak dospívající vnímají kouření.

Výsledky tohoto výzkumu nám ukážou, jak velkou roli hraje v životě dospívajících elektronická cigareta, a tím i to, jak moc je potřeba se na tento jev zaměřit při prevenci.

### 4.2 Výzkumná metoda

Výzkumnou metodu jsme zvolili formou dotazníkového šetření. Dotazník byl anonymní a dobrovolný. Naleznete jej v příloze č. 1. Dotazník je sestaven z 22 položek, které tvořili 4 oblasti zájmu. Otázky byly uzavřené a jedna otevřená. V první byl identifikován respondent, jeho pohlaví, věk, a jestli je kuřákem. Druhá oblast byla určena pouze pro kuřáky klasických cigaret. Zjišťovala, kdy si respondent poprvé setkal s cigaretou, jak často kouří a jeho postoje k užívání cigaret a jestli v budoucnu uvažuje přestoupit na užívání elektrické cigarety. Třetí oblast byla obecná. Respondenti odpovídali, zda někdy zkoušeli kouřit cigarety, jaké názory mají na elektronickou cigaretu, jestli se ve škole setkali s nějakou formou

prevence zaměřenou proti kouření. Ve čtvrté oblasti byly zjišťovány názory na škodlivost elektronické cigarety a škodlivost tabákových cigaret. Také zkušenosti s užíváním e-cigaret. A také jestli respondenti bydlí v domácnosti s kuřákem.

Dotazníkové šetření bylo provedeno pomocí online dotazníků. Bylo osloveno e-mailem několik učitelů na různých, náhodně vybraných školách, jestli by mohli nechat studenty vyplnit můj dotazník v hodině informatiky. Také bylo využito kontaktů na sociální síti a dotazníky byly rozeslány mezi žáky středních škol s prosbou, aby jej rozeslali mezi své spolužáky a vrstevníky.

### 4.3 Výzkumný soubor

Při volbě výzkumného souboru byl použit způsob výběru dat záměrný kvótní. „Kvótní výběr, který je jako jediný ze záměrných výběru z teoretického hlediska přijatelný.“ (Chrásková, 2007, s. 22) Výzkumný soubor tvořili žáci středních škol ve věkovém rozpětí od 15 do 22 let. Podařilo se nám získat od této kategorie 291 dotazníků.

### 4.4 Výzkumné otázky

Je položeno celkem 9 výzkumných otázek. Všechny mají přiřazenou položku v dotazníku, která tvoří odpověď na otázku. Většina výzkumných otázek má ještě podotázky, které obohacuje odpověď o zajímavé informace.

#### 1) Kouří více než polovina respondentů?

Otázky v dotazníku č. 4, 27.

Je trend u dospívajících kuřáků takový, že doma také někdo kouří?

#### 2) Kouří více chlapci nebo dívky?

Otázky v dotazníku č. 1, 3, 4, 5, 8, 9, 10.

Kolik je mezi nimi denních kuřáků a silných kuřáků ?

#### 3) Kolik respondentů alespoň jednou za život zkusilo kouřit cigaretu?

Otázka v dotazníku č. 3 a 10.

Kolik respondentů, i když zkusilo kouřit cigaretu, nezačalo kouřit?

#### 4) Domnívají se respondenti, že elektronická cigareta dokáže uspokojit kuřákovy potřeby stejně jako klasická cigareta?

Otázky v dotazníku č. 9, 15, 16.

Kolik respondentů někdy zkusilo e-cigaretu a kolik jich chce v budoucnu přestoupit na její užívání?

**5) Co si respondenti myslí o škodlivosti e-cigarety v porovnání s klasickou cigaretou?**

Otázky v dotazníku č. 14,12,13, 21.

Měli respondenti možnost ve škole účastnit se nějaké prevence proti kouření? Byla v této prevenci zmíněná i elektrická cigareta? Jaký je počet respondentů, kteří e-cigaretu aktivně užívají?

**6) Uvědomují si nekuřáci škodlivost kouření víc než kuřáci?**

Otázky v dotazníku č. 3, 12, 13, 17, 18, 19.

**7) Používají žáci středních škol e-cigaretu ve škole jako náhradu za klasickou cigaretu?**

Otázky v dotazníku č. 23, 20.

Znají respondenti alespoň někoho, kdo elektronickou cigaretu používá? Používá e- cigaretu někdo z respondentů?

**8) Domnívají se respondenti, že kouření je moderní?**

Otázky v dotazníku č. 11,7.

Kolik respondentů kouří, protože kouří i kamarádi?

**9) Věří kuřáci, že jim nikotin pomáhá zvládat život (přináší uvolnění, uklidnění, snižuje úzkost, stres)?**

Otázky v dotazníku č. 6,8, 17,18,19.

## 4.5 Interpretace dat

Odpovědi na výzkumné otázky a výsledky dotazníkového šetření jsou uvedeny v přehledných tabulkách s komentářem. Hodnoty jsou uvedeny v absolutní (abs.) i relativní (%) četnosti

Tabulka 1: Zastoupení dle pohlaví

	abs.	%
Chlapci	128	44
Dívky	163	56
n	291	100

Dotazníkového šetření se zúčastnilo celkem 291 respondentů. Z toho bylo 128 chlapců a 163 dívek.

Tabulka 2: Věkové zastoupení

roky	15	16	17	18	19	20	21	22	n
Abs.	27	44	54	43	36	38	30	19	291
%	9 %	15 %	19%	15%	12%	13%	10 %	7 %	100%

V tabulce č. 2 vidíme věkové zastoupení, které dosahuje nejmenších hodnot na začátku a na konci. Největší věkové zastoupení bylo u respondentů, kteří v době šetření dosáhli 16,17 a 18 let.

Tabulka 3: Průměrný věk vyzkoušení 1. Cigarety

Věk	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	n
abs.	1	3	5	8	6	6	13	19	19	26	28	11	11	1	1	158
%	2	5	8	13	10	10	21	30	30	41	44	17	17	2	2	-

Průměrný věk	13 let
--------------	--------

Tabulka č. 3 nám ukazuje, v kolika letech respondenti uvedli, že zkusili svou první cigaretu. Po vypočítání aritmetického průměru vyšlo, že průměrně je to 13 let. Tento výsledek je celkem optimistický, protože je o něco vyšší než věk z provedených celostátních výzkumů průměrného věku první cigarety u dětí. Domnívám se, že je to dáno tím, že v tomto dotazníkovém šetření je vybraná věková skupina respondentů začínající od 15 let a tak si jich mnoho přesně nevybavilo přesný věk, ve kterém se nacházeli při zapálení první cigarety.

### Výzkumná otázka č. 1 – Kouří více než polovina respondentů?

Tabulka 4: Počet kuřáků mezi respondenty

	abs.	%	Kouří někdo doma	
			ANO	%
Kouří	137	47 %	82	60%
Nekouří	154	53 %	50	33%

Z tabulky č. 4 můžeme vyčíst, že 53 % dotazovaných respondentů uvedlo, že nekouří. Je to jen o pár procentních bodů více oproti kuřákům, kterých je 47 % ze všech dotazovaných. Zajímavým ukazatelem, který může znamenat vyšší pravděpodobnost výskytu kouření u dospívajících je, že 60% kuřáků uvádí, že u nich doma někdo kouří. Oproti tomu nekuřáci tuto skutečnost uvádí pouze v 33%.

### Výzkumná otázka č. 2 – Kouří více chlápci, nebo dívky?

Tabulka 5: Počet kuřáků u chlapců a děvčat s četností vykouření cigaret za dané období

	abs.	%	Méně než 1 cig./týden	Nepravdělně	1 cig./D	2-6 cig./D	6-10 cig./D	10+ cig./D
Chlapci	66	52 %	2;3%	11;17%	2;3%	24;36%	17;26%	10;15%

Děvčata	71	44 %	11;16%	13;18%	4;6%	20;28%	16;23%	7;10%
N	137		13 (10%)	24 (18%)	6 (4%)	44 (32%)	33 (24%)	17 (12%)

Tabulka č. 5 nám ukazuje, které pohlaví z dotazníkového šetření kouří víc a taky jak často. I když nám tabulka ukazuje větší počet kuřáček a to 71, tak v poměru účasti na dotazníkovém šetření, kterého se účastnilo 163 dívek je procentuálně menší podíl kuřáček (44%) než u chlapců, kterých uvedlo, že kouří 66 (52%) ze 128 dotázaných. Mezi chlapci a dívkami se spotřeba cigaret za den nějak značně neliší, pouze u dívek uvedlo, že méně než 1 cigaretu za týden kouří 16% z dotázaných. U chlapců to byla pouze 3%. Denních kuřáků ze všech dotázaných je 100 (73%) ze 137. Silných kuřáků, kteří vykouří 10 a víc cigaret za den je 17 (12%). Nejvyšší zastoupení vykouřených cigaret za den bylo 2-6. Uvedlo tak 44 (32%) ze všech dotazovaných kuřáků a kuřáček.

### Výzkumná otázka č. 3 Kolik respondentů alespoň jednou za život zkusilo kouřit cigaretu?

Tabulka 6: Počet respondentů, kteří zkusili alespoň jednou za život cigaretu a nezačali kouřit

	Ano	Ne
Zkusilo kouřit	254	37
%	87 %	13%
Začalo kouřit	135	119
%	53%	47%

Tabulka č. 6 nám ukazuje, že 87% ze všech dotazovaných alespoň jednou v životě zkusilo kouřit. Naopak 13% z dotazovaných uvedlo, že kouřit nikdy nezkusilo. Z 254 respondentů, kteří alespoň jednou za život vyzkoušeli kouřit, začalo kouřit 135 (53%). Nezačalo 119 (47%).

**Výzkumná otázka č. 4. Domnívají se respondenti, že elektronická cigareta dokáže uspokojit kuřákovy potřeby stejně jako klasická cigareta?**

Tabulka 7: Názory respondentů na uspokojení kuřákových potřeb prostřednictvím e-cigarety

	Abs.	%	Uspokojí potřeby kuřáka	Neuspokojí potřeby kuřáka
Zkusilo e-cigaretu	194	67 %	49 (25 %)	145 (75 %)
Nezkusilo e-cigaretu	97	33%	40 (41 %)	57 (59 %)
n	291		89 (31 %)	202 (69 %)

Tabulka č. 7 nám znázorňuje názory respondentů, zda dokáže elektronická cigareta uspokojit kuřákovy potřeby stejně jako klasická cigareta. Ze 194 respondentů, kteří vyzkoušeli elektronickou cigaretu, se jich 75% domnívá, že e-cigareta neuspokojí potřeby kuřáka a pouze 25% se domnívá, že ano. U respondentů, kteří nevyzkoušeli elektronickou cigaretu 59 % dotázaných se domnívá, že e-cigareta neuspokojí potřeby tabákového kuřáka. Ze všech dotázaných 31% zastává názor, že elektronická cigareta uspokojí a 69 %, že neuspokojí potřeby kuřáka.

Tabulka 8: Počet kuřáků, kteří chtějí v budoucnu přestoupit na užívání e-cigarety

	Abs.	%
Určitě ano	10	7 %
Spíše ano	16	12 %
Určitě ne	61	45 %
Spíše ne	50	37 %
n	137	

Tabulka č. 8 nám znázorňuje postoj kuřáků z řad dotazníkového šetření, zda uvažují v budoucnu přestoupit na elektronickou cigaretu. Určitě bude chtít přestoupit na e-cigaretu 7% dotázaných kuřáků. Naproti tomu 37 % dotázaných kuřáků odpovědělo, že určitě ne. Spíše ano uvedlo 12% a odpověď spíše ne, uvedlo 45% dotázaných kuřáků.



### Výzkumná otázka č. 5 Co si respondenti myslí o škodlivosti e-cigarety v porovnání s klasickou cigaretou?

Tabulka 9: Jaký názor mají respondenti na škodlivost tabákové cigarety v porovnání s elektronickou.

	Abs.	%
Méně škodlivá	81	29 %
Stejně škodlivá	102	35 %
Více škodlivá	108	37 %
n	291	-

V tabulce č. 9 respondenti odpovídali velice podobně na všechny tři možnosti z výběru odpovědí. Nejmenší procentuální zastoupení měla odpověď, že tabáková cigareta je méně škodlivá, než e-cigareta. Takto odpovídalo 81 respondentů (29 %). Ve škodlivosti elektronickou cigaretu a klasickou tabákovou, postavilo na stejnou úroveň 102 respondentů (35%). Nejvíce procentuálních bodů získala odpověď, že tabáková cigareta je více škodlivá než elektronická, takhle odpovědělo 108 respondentů (37%)

Tabulka 10: Počet respondentů, kteří se setkali s nějakou formou prevence proti kouření.

	Abs.	%	Informace o e-cigaretě
V rámci výuky	71	24 %	9 (13 %)
Beseda s učitelem	24	8 %	7 (29 %)
Beseda/přednáška s odborníkem	85	29 %	7 (8 %)
Žádná forma prevence	111	38 %	-
n	291	-	23 (8 %)

Tabulka č. 10 nám znázorňuje, s jakou formou prevence se respondenti setkali a v kolika případech se dozvěděli něco o elektronické cigaretě. Zarážejícím údajem je, že nejvíce procentuálních bodů získala odpověď, že se respondenti neselekali s žádnou formou prevence. Takto odpovědělo 111 (38%) ze všech dotazovaných. Na druhém pomyslném

místě se umístila beseda, nebo přednáška s odborníkem, které se mohlo zúčastnit 85 (29%) respondentů. Dále s prevencí proti kouření se setkalo v rámci výuky 71 (24%) respondentů. Nejméně byla volena možnost beseda s učitelem, která měla pouhých 24 (8%) respondentů. Paradoxně na besedě s učitelem padla zmínka o elektronické cigaretě v 29 % případech. To je nejvíce oproti 13% v rámci výuky a 8% u besedy s odborníkem.

### Výzkumná otázka č. 6 Uvědomují si nekuřáci škodlivost kouření víc než kuřáci?

Tabulka 11: Správné odpovědi kuřáků a nekuřáků na otázky škodlivosti

	Abs.	%	Rizika pasivního kouření	Kolik škodlivých látek obsahuje cigaretový kouř	Škodí kouření nenarozenému dítěti?
Kuřáci	137	47 %	60 (44%)	24 (18 %)	130 (95 %)
Nekuřáci	154	53 %	93 (60 %)	26 (17 %)	148 (96 %)
n	291	-	153 (53 %)	50 (17 %)	278 (96 %)

V tabulce č. 11 jsem porovnal mezi kuřáky a nekuřáky správné odpovědi na tři otázky týkající se škodlivosti kouření. Z uvedených dat si nejvíce uvědomují rizika pasivního kouření nekuřáci – v 60 % odpověděli správně oproti kuřákům, pouze 44% kuřáků odpovědělo správně. Obě skupiny mají naopak velmi skreslený pohled kolik škodlivých látek obsahuje cigaretový kouř. Obě skupiny v 17 % odpovědělo správně. Naopak obě skupiny se v 96 % shodly, že kouření škodí nenarozenému dítěti.

### Výzkumná otázka č. 7. Používají žáci středních škol e-cigaretu ve škole jako náhradu za klasickou cigaretu?

Tabulka 12: Kolik respondentů zažilo, že někdo ve škole používal elektronickou cigaretu.

	Abs.	%
Ano	221	76 %
Ne	70	24 %
n	291	-

Z uvedené tabulky č. 12 vidíme, že naprostá většina respondentů, 76% má zkušenosti s tím, že někdo ve škole používal elektronickou cigaretu, jako náhradu za klasickou cigaretu. Pouze 24 % obdobnou zkušenost nemá.

Tabulka 13: Počet respondentů, kteří užívají elektronickou cigaretu

	Abs.	%
Ano používá	8	2%
Používá, ale kouří i klasické cigarety	22	8%
Nepoužívá	261	90 %
n	291	-

Tabulka 14: Počet respondentů, kteří užívají elektronickou cigaretu dle věku.

	15	16	17	18	19	20	21	22	n
Používá	1	1	1	1	2	1	1		<b>8</b>
Používá společně s cigaretami	7	1	2	3	5	2	1	1	<b>22</b>
n	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>30</b>
%	27%	7%	10%	13%	23%	10%	7%	3%	-

Tabulka číslo 13 a 14 nám znázorňuje počet respondentů, kteří užívají e-cigaretu a jejich věkové zastoupení. 90% Respondentů uvedlo, že elektronickou cigaretu nepoužívá, 8% uvedlo, že e-cigaretu používá, ale do toho kouří i klasické cigarety a pouhé zbylé 2% uvedlo, že používá pouze elektronickou cigaretu. Z těch, kteří uvedli, že elektronickou cigaretu používá, bylo nejvíce patnáctiletých a to 27 %. Na druhém místě byli devatenáctiletí s 23% na třetím osmnáctiletí s 13 % dále dvacetiletí se sedmnáctiletými s 10%.

### Výzkumná otázka č. 8. Domnívají se respondenti, že kouření je moderní?

Tabulka 15: Názor respondentů, zda je kouření moderní

	ano	spíše ano	ano i ne	spíše ne	ne	n
Kouření je moderní	8 (3%)	18 (6%)	58 (20%)	74 (26%)	133 (46%)	291

Tabulka 16: Kolik kuřáků kouří, protože kouří i kamarádi.

	ano	spíše ano	ano i ne	spíše ne	ne	n
Kouřím, protože kouří kamarádi	6 (4%)	17 (12%)	26 (19%)	31 (23%)	57 (42%)	137

Tabulka číslo 15 nám ukazuje názor respondentů a tab. č. 16 názor kuřáků zda považují kouření za moderní a jestli kuřáci kouří protože kouří i jejich kamarádi. Že kouření je ne-moderní se domnívá 46% dotázaných, naproti tomu 3% se domnívá, že ano. 20 % se nedokázala jednoznačně rozhodnout. Velice podobný výsledek vyšel u kuřáků, kteří z 42% tvrdí, že nekouří kvůli tomu, že kouří jejich kamarádi. 4% kuřáků naopak tvrdí, že kouří, protože kouří i jejich kamarádi a 19% kuřáků se nedokázala jednoznačně rozhodnout.

### **Výzkumná otázka č. 9. Věří kuřáci, že jim nikotin pomáhá zvládat život (přináší uvolnění, uklidnění, snižuje úzkost, stres,)**

Tabulka 17: Zda kouření pomáhá kuřákům se uvolnit

	ano	spíše ano	ano i ne	spíše ne	ne	n
Kouření pomáhá uvolnit	28(20%)	45(33%)	49(36%)	15(11%)	0	137

Tabulka 18: Zda kouřením se kuřáci zbavují stresu

	ano	spíše ano	ano i ne	spíše ne	ne	n
Zbavují si kouřením stresu	49(35%)	37(27%)	31(23%)	15(11%)	5(4%)	137

Tabulka číslo 17 i 18 nám prezentuje názor kuřáků, zda jim kouření cigaret pomáhá v některých životních situacích. 36% dotazovaných, se nedovedlo rozhodnout, zda jim kouření cigaret přináší uvolnění, 33% odpovědělo, že jim kouření cigaret uvolnění přináší. Naopak nikdo z respondentů si nemyslí, že cigareta nemá žádný vliv na míru pocitu uvolněnosti.

35% respondentů uvedlo, že kouřením se zbavují stresu a 27% je ochotna s tímto souhlasit. 23% se nedokázalo rozhodnout a pouze 4% se kouřením nezbavuje stresu a 11% by s nimi souhlasilo.

## 5 SHRNU TÍ VÝLSEDKŮ VÝZKUMU

Provedený výzkum dotazníkového šetření můžeme porovnat hned s několika výzkumnými zprávami. Vybral jsem si studii s názvem: Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD). Která od roku 1995 vychází každé tři roky. Dále Výzkumnou zprávu, kterou vydal Státní zdravotní ústav v roce 2010 s názvem: Vývoj prevalence kuřáctví v dospělé populaci ČR názory a postoje občanů ČR k problematice kouření

Našeho dotazníkového šetření se zúčastnilo celkem 291 respondentů. Z toho bylo 128 chlapců a 163 dívek. Z toho 87% uvedlo, že alespoň jednou zkusilo kouřit tabákovou cigaretu. Výzkum ESPAD před deseti lety, v roce 2003 uvádí, že v životě zkusilo 79,6 % dotázaných studentů. (Csémy, Lejčková, Sadílek a Sovinová, 2006, str.18) Tento rozdíl může pramenit z toho, že výzkum ESPAD se zaměřuje na dospívající, kteří v době šetření měli 16 let. Náš rozptyl je od 15 do 22 let. Také jsme měli k dispozici podstatě menší počet respondentů, než měl výzkum ESPAD v roce 2003, který měl 3172 respondentů. Průměrný věk, první cigarety u dotazovaných, z našeho dotazníkového šetření vyšel 13 let. Výzkumná zpráva státního zdravotnického ústavu z roku 2010 uvádí, že „kritickým obdobím pro začátky kouření je věk od 14-15 let. Do tohohle věku spadají ve většině případů počátky kouření a těžiště preventivního působení by mělo být situováno do období před 14. Rokem věku, tj. na 2. Stupeň základní školy.“ (Sovinová, Sadílek a Csémy, 2010, str. 15)

Z dotazníkového šetření 53 % dotazovaných uvedlo, že nekouří. Kuřáků potom bylo zbylých 47 %. Ze všech kuřáků byl podíl kuřáků 52%, kuřáček 44%. Mezi chlapci a dívkami se spotřeba cigaret za den nějak značně neliší, pouze u dívek uvedlo, že méně než 1 cigaretu za týden kouří 16% z dotázaných. U chlapců to byla pouze 3%. Denních kuřáků ze všech dotázaných je 100 (73%) ze 137. Silných kuřáků, kteří vykouří 10 a víc cigaret za den je 17 (12%). Nejvyšší zastoupení vykouřených cigaret za den bylo 2-6 cigaret. Uvedlo tak 44 (32%) ze všech dotazovaných kuřáků a kuřáček. Výzkumná zpráva státního zdravotnického ústavu z roku 2010 uvádí, že největší podíl kuřáků je, kteří vykouří v průběhu dne 6-10 cigaret (Sovinová, Sadílek a Csémy, 2010, str. 19) Tato zpráva však nezahrnuje pouze dospívající, ale i dospělou populaci. U otázek zda kuřáci věří, že jim cigareta přináší uvolnění, a pomáhá zbavit se stresu, odpovídali následovně: 36% dotazovaných, se nedovedlo rozhodnout, zda jim kouření cigaret přináší uvolnění, 33% odpovědělo, že jim kouření cigaret uvolnění přináší. Naopak nikdo z respondentů si nemyslí, že cigareta nemá žádný vliv na míru pocitu uvolněnosti. 35% respondentů, uvedlo, že kouřením se zbavují

stresu a 27% je ochotna s tímto souhlasit. 23% se nedokázalo rozhodnout a pouze 4% se kouřením nezbavuje stresu a 11% by s nimi souhlasilo. Že kouření je nemoderní se domnívá 46% dotázaných, naproti tomu 3% se domnívá, že ano. 20 % se nedokázala jednoznačně rozhodnout.

U otázek směřující na užívání elektronické cigarety, a zdali e-cigareta uspokojí potřeby kuřáka, respondenti odpovídali následovně: Ze 194 respondentů, kteří vyzkoušeli elektronickou cigaretu, se jich 75% domnívá, že e-cigareta neuspokojí potřeby kuřáka a pouze 25% se domnívá, že ano. Zdali v budoucnu chtějí kuřáci přestoupit na e-cigaretu, odpovědělo, že: Určitě bude chtít přestoupit na e-cigaretu 7% dotázaných kuřáků. Naproti tomu 37 % dotázaných kuřáků odpovědělo, že určitě ne. Spíše ano uvedlo 12% a odpověď spíše ne, uvedlo 45% dotázaných kuřáků. Na otázku, zda dospívající užívají elektronickou cigaretu, uvedlo: 90% Respondentů elektronickou cigaretu nepoužívá, 8% e-cigaretu používá, ale kouří i klasické cigarety a pouhé zbylé 2% uvedlo, že používá pouze elektronickou cigaretu. Z těch, kteří uvedli, že elektronickou cigaretu používá, bylo nejvíce patnáctiletých a to 27 %. Na druhém místě byli devatenáctiletí s 23% na třetím osmnáctiletí s 13 % a na čtvrtém dvacetiletí se sedmnáctiletými s 10%

Zajímavým údajem, i přes nevelkou popularitu e-cigarety je, že 76% dospívajících má zkušenosti s tím, že někdo ve škole používal elektronickou cigaretu, jako náhradu za klasickou cigaretu. Pouze 24 % obdobnou zkušenost nemá. U otázek týkající se škodlivosti cigarety v porovnání s cigaretou. Nejmenší procentuální zastoupení ze všech dotazovaných měla odpověď, že tabáková cigareta je méně škodlivá, než e-cigareta. Takto odpovídalo 81 respondentů (29 %). Ve škodlivosti elektronickou cigaretu a klasickou tabákovou, postavilo na stejnou úroveň 102 respondentů (35%). Nejvíce procentuálních bodů získala odpověď, že tabáková cigareta je více škodlivá než elektronická, takhle odpovědělo 108 respondentů (37%).

U otázek týkající se prevence je závažným údajem, že nejvíce procentuálních bodů získala odpověď, že se respondenti nesešli s žádnou formou prevence. Takto odpovědělo 111 (38%) ze všech dotazovaných. Na druhém pomyslném místě se umístila beseda, nebo přednáška s odborníkem, které se mohlo zúčastnit 85 (29%) respondentů. Dále s prevencí proti kouření se setkalo v rámci výuky 71 (24%) respondentů. Nejméně byla volena možnost beseda s učitelem, která měla pouhých 24 (8%) respondentů. Paradoxně na besedě s učitelem padla zmínka o elektronické cigaretě v 29 % případech. To je nejvíce oproti 13% v rámci výuky a 8% u besedy s odborníkem.

## ZÁVĚR

Teoretická část bakalářské práce si kladla za cíl seznámit čtenáře s problematikou tabakismu, především s teoretickými východisky z oblasti závislosti na nikotinu. Zabývali jsme se také historickým kontextem šíření tabáku a jeho škodlivostí. Analyzovali jsme stav kouření u dospívajících v České republice, který jsme později, v praktické části, porovnali s výsledky dotazníkového šetření. Zabývali jsme se novodobým trendem na poli užívání nikotinu a to elektronickou cigaretou.

V praktické části jsme určili hlavní výzkumný cíl a také dílčí cíle. Z provedeného výzkumu plyne, že více než polovina dospívajících má osobní zkušenost s elektronickou cigaretou. Také se většina dospívajících nedomnívá, že elektronická cigareta dokáže uspokojit kuřákovi potřeby. Přesto dospívající uvádí, že mají zkušenost s tím, že někdo ve škole užíval elektronickou cigaretu. Naprostá většina aktivních kuřáků spíše neuvažuje, že by v budoucnu přestoupila na užívání elektronické cigarety. A také víc dospívajících kuřáků je přesvědčeno určitě, že nepřestoupí v budoucnu na e-cigaretu. Pouze velice málo dospívajících uvažuje v budoucnu e-cigaretu používat. Mezi dospívajícími panuje nejasný názor na škodlivost e-cigarety v porovnání s tabákovou cigaretou, i když mírně převažuje mínění, že tabáková cigareta je více škodlivá. Aktivní užívání elektronické cigarety mezi dospívajícími není příliš rozšířené, spíše se jedná o výjimky. Z dalších vyhodnocených dat plyne, že je více dospívajících, kteří nekouří, ale ne nějak dramaticky o moc. Z těch, kteří kouří, tak kouří více chlapci než dívky. Ovšem naprostá většina chlapců i dívek, kteří kouří, tak se řadí mezi denní kuřáky, z nichž se ukázalo, že pouze malá část se řadí mezi silné kuřáky. Dospívající nevnímají kouření jako něco moderního, spíše naopak. Velkým překvapením bylo, že většina dospívajících uvedla, že se nesetkalo s žádnou formou prevence proti kouření a pokud ano, tak ve většině případů nebyla zmíněna elektronická cigareta.

Možností jak dále snižovat stav kuřáků mezi dospívajícími vidíme zejména ve zvyšování cen tabákových výrobků a také poskytování a podporování projektů, které jsou zaměřeny na prevenci proti kouření. S těmito preventivními programy by se měli dospívající setkat, pokud možno před vykouřením první cigarety. Další variantou, jak snížit stav kuřáků mezi dospělými je striktní dodržování zákonů o prodeji tabákových výrobků a nevystavování cigaret v obchodech, kde jsou na první pohled vidět. Ideálním případem je před dětmi a dospívajícími vůbec nekouřit, aby jim připadlo, že kouření je spíše něco nenormálního. Přínosem bakalářské práce bylo zejména podat zprávu o rozšiřujícím se trendu užívání

elektronické cigarety mezi populací, zaměřeno na dospívající. Zjistit stav prováděné prevence a informovanosti o elektronické cigaretě mezi dospívajícími. Také poskytnout informace o stavu užívání cigaret mezi dospívajícími a jejich pohledu na ně.



**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

- [1] CSÉMY, Ladislav a Pavla CHOMYNOVÁ. *Zaostřeno na drogy*. Praha: Úřad vlády České republiky, 2012.
- [2] CSÉMY, Ladislav, Pavla LEJČKOVÁ a Petr SADÍLEK. *Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách: ESPAD*. Praha: Úřad vlády České republiky, 2006. ISBN 80-86734-94-3.
- [3] CENTRUM ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ, s.r.o. *EXnico* [online]. 2009 [cit. 2013-05-03]. Dostupné z: <http://www.exnico.com/>
- [4] ČESKÁ KOALICE PROTI TABÁKU, o.s. *Bez cigaret* [online]. 2002 [cit. 2013-05-03]. Dostupné z: <http://bezcigaret.cz/>
- [5] *E-cigareta FANS* [online]. 2010 [cit. 2013-05-03]. Dostupné z: <http://e-cigaretafans.eu/>
- [6] *EPRAVO: Zákon 305/2009 Sb* [online]. 2009 [cit. 2013-05-03]. Dostupné z: <http://www.epravo.cz/top/zakony/sbirka-zakonu/zakon-ze-dne-24-cervence-2009-kterym-se-meni-zakon-c-3792005-sb-o-opatrenich-k-ochrane-pred-skodami-pusobenymi-tabakovymi-vyrobkami-alkoholem-a-jinymi-navykovymi-latkami-a-o-zmene-souvisejicich-zakonu-ve-zneni-pozdejsich-predpisu-17326.html/>
- [7] GAVORA, Peter, 2010. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido. ISBN 978-80-7315-185-0.
- [8] HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ, 2000. *Psychologický slovník*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-303-X.
- [9] CHRÁSKA, Miroslav, 2007. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1369-4
- [10] KOZÁK, J. a kolektiv. *Rizikový faktor kouření*. 1993. KPK Praha, ISBN 80-85267-42-X
- [11] KRÁLÍKOVÁ, Eva. 2003. *Tabák a závislost na tabáku* in KALINA, Kamil a kol. *Drog a drogové závislosti*. Praha: úřad vlády ČR, ISBN 80-86734-05-6.
- [12] KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie zdraví*. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7175-774-4
- [13] *LékařiOnline* [online]. 2006 [cit. 2013-05-03]. Dostupné z: <http://www.lekari-online.cz/>

- [14] MLČOCH, Zbyněk. *Kuřákovaplice* [online]. 2003 [cit. 2013-05-03]. Dostupné z: [http://www.kurakovaplice.cz/koureni\\_cigaret/](http://www.kurakovaplice.cz/koureni_cigaret/)
- [15] MUŽÍKOVÁ, Michaela. Heger chystá zákaz kouření v restauracích. Pro je už téměř osmdesát procent Čechů. *Hospodářské noviny*. 2012. Dostupné z: <http://hn.ihned.cz/c1-55898870-heger-chysta-zakaz-koureni-v-restauracich-pro-je-uz-temer-osmdesat-procent-cechu>
- [16] MÜLEROVÁ, Monika. *Motivy kouření adolescentů*. Zlín, 2008. Bakalářská práce. UTB. Vedoucí práce Ing. Mgr. Svatava Kašpárková, PhD.
- [17] NEŠPOR, Karel. *Středoškoláci o drogách, alkoholu, kouření a lepších věcech*. 1995. Praha: Portál, ISBN 80-7178-086-3.
- [18] NEŠPOR, K., CSÉMY, L. *Alkohol drogy a vaše děti: jak problémům předcházet, jak je včas rozpoznat, jak je zvládat*. 1994 5. vyd. Praha, Sportpropag
- [19] NOVÁK, M. *O kouření*, 1980 Praha: Avicenum
- [2] SOVINOVÁ, H. CSÉMY, L. 2003. *Kouření cigaret a pití alkoholu v české republice*. Praha: Státní zdravotní ústav, ISBN 80-7071-230-9.
- [20] SOVINOVÁ, Hana, Petr SADÍLEK a Ladislav CSÉMY. *Vývoj prevalvence kuřáctví v dospělé populaci ČR: Výzkumná zpráva*. 2010. Praha: Státní zdravotní ústav, Isbn: neuvedeno
- [21] ŠÍPKOVÁ, Milada. *Děti a cigarety*. *Děti a cigarety*. 2012. Dostupné z: [http://www.tyden.cz/rubriky/zdravi/vztahy/nekteri-sestaci-kouri-i-s-rodici-treba-u-televize\\_245638.html](http://www.tyden.cz/rubriky/zdravi/vztahy/nekteri-sestaci-kouri-i-s-rodici-treba-u-televize_245638.html)
- [22] VÁGNEROVÁ, Marie. *VÝVOJOVÁ PSYCHOLOGIE I: Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2008. ISBN 978-80-246-0956-0.
- [23] CSÉMY, Ladislav, Pavla LEJČKOVÁ a Petr SADÍLEK. *Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách: ESPAD*. Praha: Úřad vlády České republiky, 2006. ISBN 80-86734-94-3.
- [24] CSÉMY, Ladislav, Pavla LEJČKOVÁ a Petr SADÍLEK. *Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách: ESPAD*. Praha: Úřad vlády České republiky, 2006. ISBN 80-86734-94-3.



## SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK

GYTS Global Youth Tabaco Survey

FDA Food and Drugs Administration

**SEZNAM TABULEK**

Tabulka 1: Zastoupení dle pohlaví.....	29
Tabulka 2: Věkové zastoupení.....	29
Tabulka 3: Průměrný věk vyzkoušení 1. Cigarety.....	29
Tabulka 4: Počet kuřáků mezi respondenty.....	30
Tabulka 5: Počet kuřáků u chlapců a děvčat s četností vykouření cigaret za dané období.....	30
Tabulka 6: Počet respondentů, kteří zkusili alespoň jednou za život cigaretu a nezačali kouřit.....	31
Tabulka 7: Názory respondentů na uspokojení kuřákových potřeb prostřednictvím e-cigarety.....	32
Tabulka 8: Počet kuřáků, kteří chtějí v budoucnu přestoupit na užívání e-cigarety.....	32
Tabulka 9: Jaký názor mají respondenti na škodlivost tabákové cigarety v porovnání s elektronickou.....	33
Tabulka 10: Počet respondentů, kteří se setkali s nějakou formou prevence proti kouření.....	33
Tabulka 11: Správné odpovědi kuřáků a nekuřáků na otázky škodlivosti.....	34
Tabulka 12: Kolik respondentů zažilo, že někdo ve škole používal elektronickou cigaretu.....	34
Tabulka 13: Počet respondentů, kteří užívají elektronickou cigaretu.....	35
Tabulka 14: Počet respondentů, kteří užívají elektronickou cigaretu dle věku.....	35
Tabulka 15: Názor respondentů, zda je kouření moderní.....	35
Tabulka 16: Kolik kuřáků kouří, protože kouří i kamarádi.....	36
Tabulka 17: Zda kouření pomáhá kuřákům se uvolnit.....	36
Tabulka 18: Zda kouřením se kuřáci zbavují stresu.....	36

## SEZNAM PŘÍLOH

Dotazník str. 46

Fagerströmův test nikotinové závislosti str. 47

## DOTAZNÍK

Ahoj! Jmenuji se Tomáš Burgr a studuji sociální pedagogiku ve Zlíně.

- Dotazník je určen studentům a čerstvým absolventům středních škol.
- Tím, že ses rozhodl/a vyplnit můj dotazník mi hrozně pomůžeš s mou bakalářskou prací.
- Je zde 27 otázek a jeho vyplnění by mělo být něco kolem 5-10 minut.
- DOTAZNÍK JE ANONYMNÍ.
- Ještě jednou díky!

1. Jsi
  - a) Chlapec
  - b) Dívka
2. Kolik je ti let?
3. Kouříš v současné době
4. Jak často kouříš? A) Velmi výjimečně 1 cigaretu; B) Občas (nepravidelně 1-2cigarety); C) Pravidelně – alespoň 1 cigaretu denně; D) Pravidelně - alespoň 2; E) Pravidelně 6-10; F) Pravidelně víc než 10.
5. Vzpomeneš si, v kolika letech sis zapálil první cigaretu?
6. Cigarety mi pomáhají se uvolnit (1 = naprosto souhlasím, 5= naprosto nesouhlasím)
7. Kouřím protože kouří moji kamarádi (1 = naprosto souhlasím, 5= naprosto nesouhlasím)
8. Kouřením se zbavuji stresu (1 = naprosto souhlasím, 5= naprosto nesouhlasím)
9. Chceš v budoucnu přestoupit z tabákových cigaret na elektronickou cigaretu?
  - A) určitě ANO; B) spíše ANO; C) spíše NE; D) určitě NE
10. V životě jsem kouření tabákové cigarety nikdy nezkusil/a. A) ano - zkusil/a B) ne - nezkusil/a
11. Kouření je moderní (1 = naprosto souhlasím, 5= naprosto nesouhlasím)
12. S jakou formou prevence kouření jsi se ve vaší škole setkal/a? A) V rámci výuky některého předmětů; B) Zvláštní beseda/přednáška s nějakým odborníkem; C) Zvláštní beseda s učitelem D) S Žádnou
13. Pokud jsi se účastnil/a nějaké prevence proti kouření, byla v této prevenci zmíněná i elektronická cigareta? A) ANO; B) NE; C) Nevzpomínám si; D) Neúčastnil jsem se žádné prevence proti kouření
14. Podle Tebe je tabáková cigareta v porovnání s elektronickou cigaretou. A) více škodlivá; B) stejně škodlivá; C) méně škodlivá
15. Už jsem někdy elektronickou cigaretu zkusil/a. A) ANO; B) NE
16. Myslím si, že elektronická cigareta dokáže kuřáka uspokojit stejně jako klasická cigareta. A) ANO; B) NE
17. Rizika pasivního kouření. A) jsou podle mě přeceňována ; B) mi nejsou známa; C) jsou velmi vážná
18. Kolik podle Tebe obsahuje cigareta a cigaretový kouř látek? A) pouze 2 – nikotin a dehet ; B) řádově několik desítek; C) asi 100 ; D) více než 1000
19. Myslíš si, že kouření škodí nenarozenému dítěti? A) ANO; B) NE; C) jen ke konci těhotenství; D) nevím
20. Zažil/a jsi situaci, kdy ve škole někdo kouřil elektronickou cigaretu? A) ANO; B) NE
21. Používáte elektronickou cigaretu? A) Ano, ale do toho kouřím klasické cigarety ; B) NE; C) Ano používám elektronickou cigaretu a klasické již nekouřím
22. Kouří někdo u vás doma? (prosím uveďte)
23. Znáte někoho, kdo používá elektronickou cigaretu? A) ANO; B) NE

## Fagerströmův test nikotinové závislosti

### 1) Jak brzy po probuzení si zapálíte první cigaretu?

- do 5 **minut** (3 body)
- za 6–30 minut (2 body)
- za 31–60 minut (1 bod)
- po 60 minutách (0 bodů)

### 2) Je pro vás obtížné nekouřit tam, kde je kouření zakázáno?

- ano (1 bod)
- ne (0 bodů)

### 3) Které cigarety byste se nejméně rád vzdal?

- první **ráno** (1 bod)
- kterékoli jiné (0 bodů)

### 3) Kolik cigaret denně kouříte?

- 0–10 (0 bodů)
- 11–20 (1 bod)
- 21–30 (2 body)
- 31 a více (3 body)

### 5) Kouříte víc během dopoledne?

- ano (1 bod)
- ne (0 bodů)

### 6) Kouříte i během nemoci, když musíte ležet v posteli?

- ano (1 bod)
- ne (0 bodů)

### Součet bodů:

- **0–1 žádná nebo velmi malá závislost na nikotinu**
- **2–4 střední**
- **5–10 silná závislost na nikotinu**