

Harm Reduction Beyond Tobacco:

přístupy a výzvy na Národní lince pro odvykání

AT konference 12.6.2024



AdiPoint, z.ú.

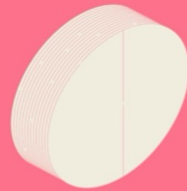


NÁRODNÍ LINKA
PRO ODVYKÁNÍ





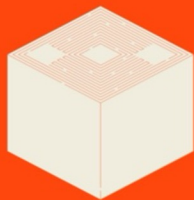
Kouření



Léky



Alkohol



Hraní



Drogy



Sociální sítě

Průběh v čase



Kdo jsme?

- **Národní linka pro odvykání**
- tým konzultantů s psychologickým a/nebo adiktologickým vzděláním
- **800 350 000** BEZPLATNĚ | PO – PÁ | 10 – 18

Jak pracujeme



1. Telefonicky

- inbound i outbound hovory

2. Prostřednictvím e-mailu

- základní poradenství
- chystaná e-mailová služba

3. Chat

- základní poradenství
- snaha navázat telefonický kontakt
- chatbot

1. Online zvyšování motivace

- samostatné vyplnění dotazníku a edukace (www.bezcigaret.cz)
- následné telefonické kontaktování



S kým pracujeme

1. Uživatelé

- odvykání, doprovázení, odkázání

1. Blízcí

- častěji jednorázová konzultace

2. Odborná veřejnost

- výhradně jednorázová konzultace

Jak pracujeme

1. Pre-úvodní hovor

- 5 minut
- představení služby, zjištění zakázky
- jednorázová x dlouhodobá spolupráce

1. Úvodní hovor

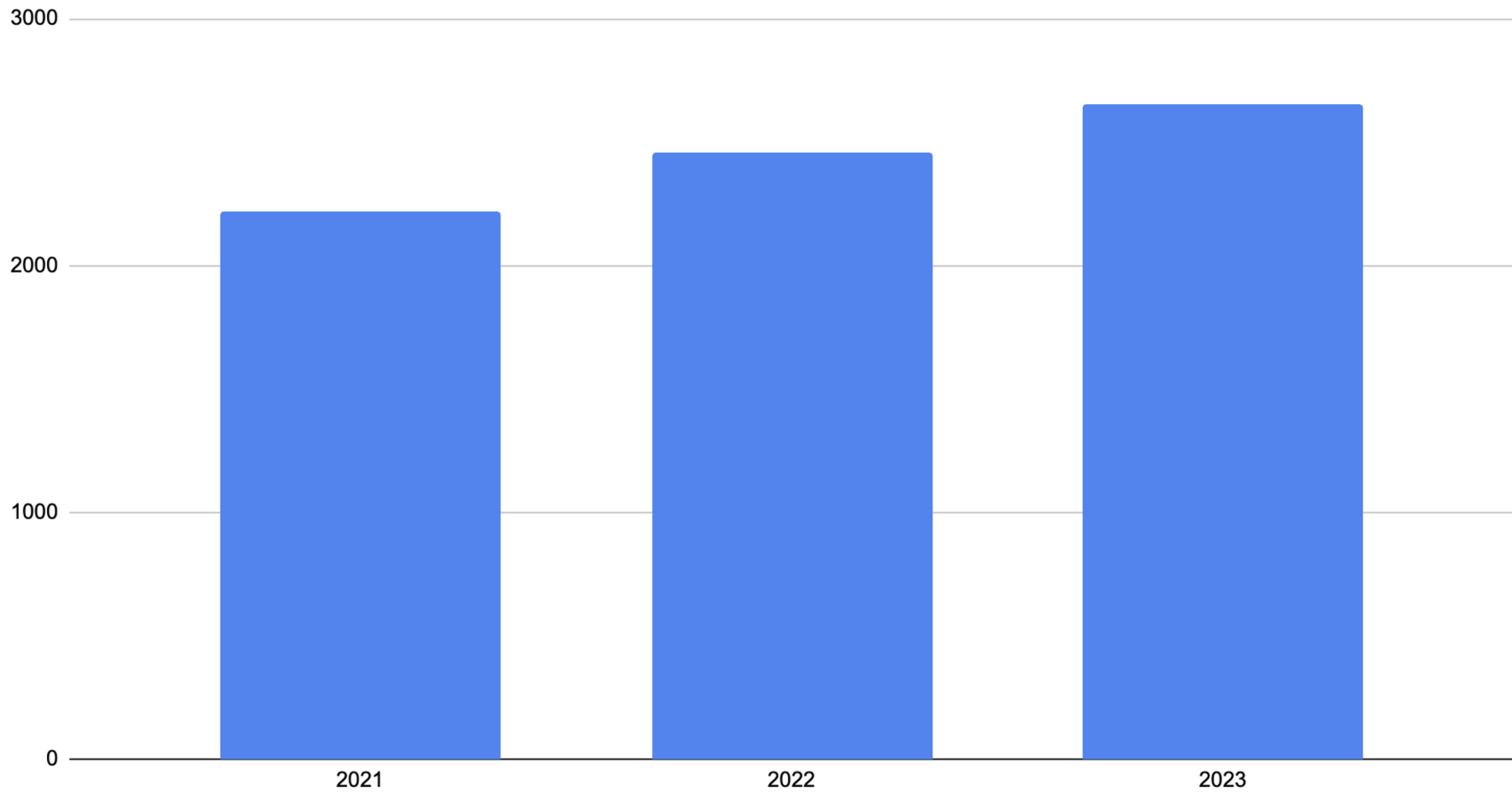
- 30-45 minut
- mapování, diagnostika, doporučení

2. Návazné konzultace

- 15 minut
- prostor pro klienta
- maximum 15 konzultací

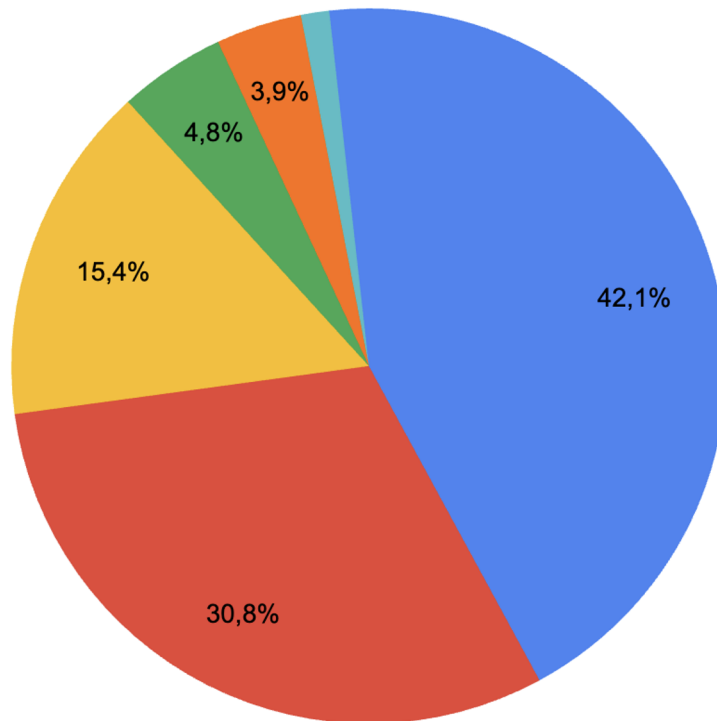


Počet klientů podle let



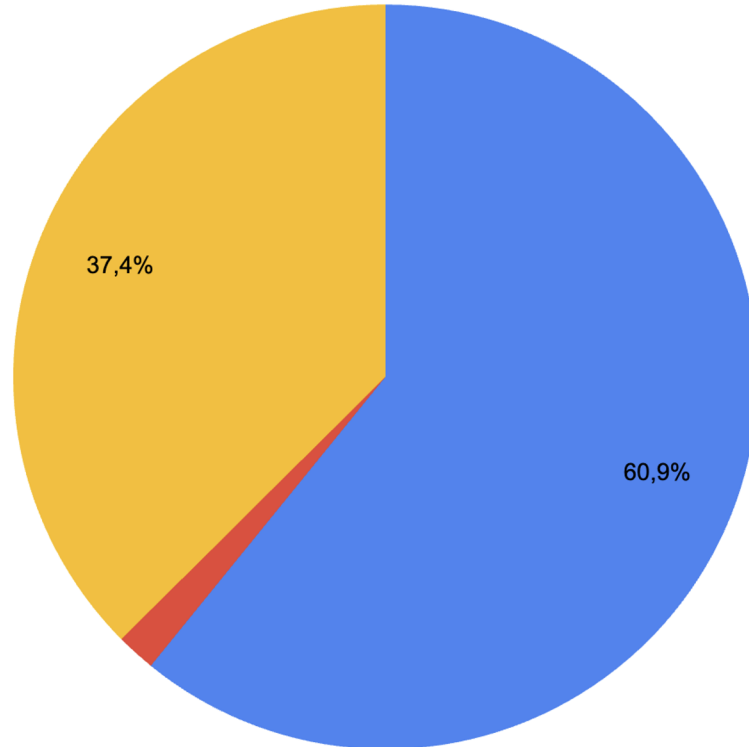
Klienti dle problematiky 2023

Alkohol Kouření Drogy Hraní Léky Netolismus Nespecifikováno



Klienti dle typu 2023

Uživatel Jiný typ Blízký



Podle látky	2023
Alkohol	1116
Kouření	816
Drogy	408
Hraní	128
Léky	103
Netolismus	34
Nespecifikováno	47

Podle typu klienta	2023
Uživatel	1614
Jiný typ	45
Blízký	993

Aplikace Harm reduction na NLO

- Mírnění škod (harm reduction – HR) je extrémně kontroverzní téma, liší se názory, zda je vítězstvím, nebo prohrou kontroly tabáku. Nikotin dostupný bez zplodin spalování je nepochybně méně rizikový než nikotin v kouři. Kromě míry rizika je třeba zvážit také otázku závislosti – tu může rychle se vstřebávající nikotin způsobit, udržovat či prohlubovat.



Aplikace Harm reduction na NLO

- Ideální je nezačít kouřit ani užívat nikotin. Pokud někdo kouří nebo užívá nikotin, je ideální přestat. Bohužel realita je jiná. Existuje mnoho kuřáků, kteří nejsou schopni nebo nechtějí přestat užívat nikotin. Pro ně je nikotin bez kouře jistě snížením rizika. Nelze jej však v žádné formě doporučit nekuřákům včetně dětí.



SROVNÁVACÍ PŘEHLED VÝROBKŮ KE KOUŘENÍ

VÝROBEK	SLOŽENÍ / NÁPLŇ	CO SE DĚJE	CO VZNIKÁ	NIKOTIN	ZÁVISLOST	DEHET	ZDRAVOTNÍ RIZIKA	KOMENTÁŘ
 CIGARETA	upravený tabák	hoření	kouř	✓	✓	✓	++++	Kromě uvedených látek obsahuje dalších více než 70 karcinogenů. Cigaretový kouř škodí také lidem v okolí (pasivní kouření).
 ZAHŘÍVANÝ TABÁK	upravený tabák	tlení	aerosol	✓	✓	✓	+++ -	Na trhu je příliš krátkou dobu a zdravotní dopady jsou zatím málo prozkoumány. Důležité je zařízení pravidelně čistit, aby se nezvýšila koncentrace škodlivin.
 E-CIGARETA S NIKOTINOVOU NÁPLNÍ	e-liquid (uměle vytvořená kapalina)	odpařování	aerosol	✓	✓	✗	++ - -	Pro kuřáky, kteří nechtějí přestat kouřit, je méně škodlivou alternativou cigaret. Pod odborným vedením může sloužit jako pomůcka k odvykání. Dlouhodobé zdravotní dopady nejsou zatím prozkoumány.
 E-CIGARETA S NÁPLNÍ BEZ NIKOTINU	e-liquid (uměle vytvořená kapalina)	odpařování	aerosol	✗	✗	✗	+ - - -	Rizikem je rostoucí obliba u dětí, které experimentují s vapovacími triky. Dlouhodobé zdravotní dopady však nejsou zatím prozkoumány.

Červené značky signalizují vyšší míru škodlivosti pro uživatele. Podle té jsou výrobky seřazeny od nejvyšší po nejnižší míru rizika.

Aplikace Harm reduction na NLO

- Žádná forma tabáku však není „zdravější“ – můžeme mluvit jen o nižší toxicitě, nižším riziku v porovnání s inhalováním kouře. Nižší zdravotní riziko neznámá riziko nulové, navíc riziko vzniku závislosti může být stejné, ne-li vyšší.



Aplikace Harm reduction na NLO

- Podporujeme přechod na méně rizikové alternativy
- Aktivně je nenabízíme
- Edukujeme o rizicích, zejm. o prohlubování závislosti na nikotinu



Aplikace Harm reduction na NLO

- Existuje vysoká míra jistoty, že nikotinová EC zvyšuje míru odvykání ve srovnání s náhradní nikotinovou terapií (NRT).
- Existují důkazy se střední mírou jistoty, omezené nepřesností, že nikotinová EC zvyšuje míru odvykání ve srovnání s nenikotinovou EC.
- Vzhledem k problémům s rizikem zkreslení existují důkazy s nízkou mírou jistoty, že ve srovnání s pouhou behaviorální podporou/bez podpory může být míra odvykání vyšší u účastníků randomizovaných k nikotinovému EC.



Harm reduction a zahříváný tabák

- Novelou vyhlášky došlo s účinností od 23.10.2023 ke zpřísnění požadavků na zahříváné tabákové výrobky ve smyslu unijní legislativy – směrnice 2022/2100. Směrnice 2022/2100 rozšiřuje **zákaz uvádění na trh tabákových výrobků s charakteristickou příchutí nebo s aromaty** v jakékoli z jejich složek nebo mající určité technické prvky i na zahříváné tabákové výrobky a ruší možnost udělovat těmto výrobkům výjimky. Dále stanovila, že zahříváné tabákové výrobky ke kouření musí být označeny informačním sdělením a kombinovaným zdravotním varováním.



Harm reduction a zahříváný tabák

Slevový kupón:

VE06

Pro získání výhodné nabídky nezapomeňte vložit do košíku **6 ks** náplní a zadat slevový kód.



6× balení
náplní za
500 Kč



Tento výrobek je určen pouze dospělým uživatelům

- Bylinný základ Rooibos s krémovou ovocnou příchutí
- Výrazná chuť borůvky zjemněná krémovou kapslí
- Zažij intenzivní chuť veo™ – bez tabáku*



Harm reduction a nikotinové sáčky

- 08.03.2023 Došlo k zavedení **zákazu prodeje nikotinových sáčků osobám mladším 18 let** včetně úpravy prodeje tohoto výrobku způsobem obdobným způsobu, jakým jsou řešeny tabákové výrobky, elektronické cigarety a bylinné výrobky určené ke kouření.
- 01.07.2023 Vyhláška upravuje **požadavky na složení, vzhled, jakost, vlastnosti**, označování, ale i na způsob, lhůty a rozsah oznamovací povinnosti nikotinových sáčků bez obsahu tabáku, tj. nově definovanou kategorii výrobků obsahujících návykovou látku nikotin (zákon č. 174/2021 Sb.).



Harm reduction a nikotinové sáčky

- Zdravotní riziko nikotinových sáčků je minimální, podobné NTN, mohou ovšem udržovat/způsobovat/prohlubovat závislost.
- Než je regulační orgány, veřejné zdraví a spotřebitelé budou moci přijmout jako produkty pro harm reduction a další nástroj pro odvykání kouření, zůstávají ve výzkumu týkajícím se NS ještě velké mezery.
- Z praxe hluboká fyzická závislost, ale jinak žádné další negativní zdravotní dopady
- Vnímání NS jako nástroje k odvykání

- 1) Králíková, E., Zvolská, K., Štěpánková, L., Pánková, A. (2022). Doporučení pro léčbu závislosti na tabáku. Čas lék čes, 161: 33-34
- 2) Patwardhan, S., & Fagerström, K. (2022). The new nicotine pouch category: a tobacco harm reduction tool?. Nicotine and Tobacco Research, 24(4), 623-625.



Harm reduction a defumoxan

- V klinické praxi však **doporučujeme užívání jak častější**, zejména u významně závislých, tak i dlouhodobější, 3–6 měsíců alespoň v udržovací dávce 1 až 2 tablety denně. Také **zanechání kouření nemusí být do 5. dne**, jak uvádí příbalový leták – je to optimální, ne vždy možné a je škoda, když kuřák kvůli nedodržení tohoto data přeručí užívání a svůj pokus ukončí. Blíže příbalový leták.



Harm reduction a NNT

- Obavy z vedlejších účinků paradoxní v porovnání s kouřením
- Špatná aplikace
- Místy závislost na NNT



Zákon č. 349/2023 Sb., kterým se mění některé zákony v souvislosti s konsolidací veřejných rozpočtů



Harm reduction, nikotin a legislativa

- Pravidelné zvýšení spotřební daně z cigaret, tabáku na kouření, doutníků a cigarillos o +10 % v roce 2024 a o +5 % v každém roce 2025-2027. Pravidelné zvýšení daně u zahřívaného tabáku o 15 % v každém roce 2024-2027. **Zavedení nové spotřební daně a její postupné zvýšení u e-cigaret o 2,5 Kč/ml náplně v každém roce 2024-2027 a u nikotinových sáčků postupné zvýšení daně o 0,4 Kč/g v každém roce 2024-2026 až o 0,5 Kč/g v roce 2027.**



Cenotvorba



2024 139 Kč
2027 239 Kč
72% nárůst



2024 129 Kč
2027 161 Kč
25% nárůst



2024 159 Kč
2027 177 Kč
11% nárůst



Harm reduction a mladiství

- Hlavní obavou, která se v souvislosti s vapingem objevuje, je jeho rozšíření mezi mladými lidmi
- "Epidemie vapování"
- 1 z 5 středoškoláku užil elektronickou cigaretu v posledních 30 dnech
- téměř tři čtvrtiny (72 %) studentů nebyly pravidelnými vapery, ale experimentální a příležitostní uživatelů
- Vzhledem k tomu, že většina pravidelných mladých vaperů v USA užívala i jiné tabákové výrobky, nabízí se možnost, že **vaping může být vstupní branou z užívání tabáku**, nikoli k němu



Harm reduction a mladiství

- Ačkoli je nárůst počtu mladých lidí, kteří vapují pravděpodobný, dopady těchto trendů na veřejné zdraví budou malé
- Tato otázka však vyžaduje další výzkum ze strany rozsáhlých dlouhodobých longitudinálních studií s hodnocením potenciálních třetích faktorů.
- Domněnka, že nikotin z vapingu poškozují mozek mladých lidí vychází především ze studií na hlodavcích. Nejsou nám známy žádné důkazy, které by naznačovaly poškození mozku u generací kuřáků, kteří užívali nikotin jako mladiství.



Harm reduction, nikotin a legislativa

- Vyhláškou bude navíc na obalech tabákových výrobků nově doplněno kontaktní telefonní číslo na Národní linku pro odvykání (800 35 00 00), a to s účinností od 01.01.2025.



Harm reduction a alkohol

- Sazba spotřební daně z lihu se zvýší v horizontu tří let, a to tak, že v letech 2024 a 2025 se navýší o 10 % a následně v roce 2026 o 5 %.



Harm reduction a alkohol

rok	spotřební daň sazba	přepočet na 40% destilát 0,7l
2023	32.500 Kč / hl 100% ethanolu	91 Kč
2024	35.500 Kč / hl 100% ethanolu	99,40 Kč
2025	39.100 Kč / hl 100% ethanolu	109,48 Kč
2026	41.050 Kč / hl 100% ethanolu	25% nárůst 114,94 Kč
2027 ?		



Harm reduction a alkohol

- 30denní test monitoringu a abstinence
- Zakázka kontrolovaného užívání
- Obtížnost spolupráce po telefonu
- Nemožnost odvyknout při závažném abstinenčním syndromu



Diskuse

- Složitost určování rizik a přínosů alternativních forem užívání návykových látek
- Odborné publikace často se zcela kontroverzními závěry
- Cca 10 % nákladů zdravotních pojišťoven připadá na nemoci způsobené kouřením
- Je zklamáním, že WHO setrvává u zastaralých přístupů, i když by mohla využít nové inovace.
- Klíčem k dopadu vapingu na veřejné zdraví bude ochota většího počtu kuřáků změnit způsob užívání nikotinu, než úplně přestat kouřit.



Děkuji za pozornost!

Ladislav Děkány - odborný garant NLO

ladislav.dekany@chciodvykat.cz

<https://www.chciodvykat.cz/>

