31. јануар - Национални дан без дувана

Нема дилеме - свака цигарета смета!

Национални дан без дувана у нашој земљи традиционално се обележава сваког 31. јануара, а слоган овогодишње кампање је „Свака цигарета смета“. Овим слоганом се жели скренути пажња јавности да не постоји у потпуности нешкодљив дувански производ нити безбедан ниво изложености дувану. Једина ефикасна заштита од штетног дејства дувана јесте његова потпуна елиминација, што значи непушење, као и боравак у просторима у којима пушење није дозвољено.

У свету, који у протеклим деценијама, захваљујући све стриктнијим регулативама, ипак успева да потисне популарност традиционалних цигарета, дуванска индустрија је била принуђена да трага за новим решењима која ће успешније да се провлаче кроз законска ограничења, а да истовремено буду адекватна и атрактивна замена за традиционални дуван. Нови дувански производи се, од стране произвођача, нуде као једноставна, угодна и примамљива помоћ при одвикавању од пушења, али и као здравија алтернатива обичним цигаретама, што представља још већи разлог за бригу, јер се управо тим атрибутом регрутују млади конзументи који можда и не би започели са коришћењем традиционалних цигарета.

Најпознатији међу новим дуванским и/или никотинским производима су електронске цигарете. Оне су типичан производ 21. века, спој технолошког продора у све поре живота и потребе дуванске индустрије да се избори са све присутнијим глобалним отклоном од цигарета и пушења, уобличеног Оквирном конвенцијом о контроли дувана, коју је Светска здравствена организација усвојила 2003. године. Електронске цигарете су уређаји који раде по принципу загревања течности (која у себи најчешће садржи никотин) чиме се продукује аеросол, односно мешавина ситних честица које се ослобађају у ваздух. Сам процес њиховог коришћења назива се „вејпинг“ (од енглеског глагола *vape*, тј. испаравати), а по једном од најпопуларнијих производа, користи се и израз „џулинг“. Уз веома сугестиван маркетиншки приступ према потенцијалним корисницима, у првом реду оним најмлађим, не чуди податак да су у САД е-цигарете годинама уназад најзаступљенији дувански производ у популацији младих.

Пре неколико година појавила се и нова генерација уређаја - *Tobacco Heating Products* (загревани дувански производи), чија се технологија базира на загревању дувана, уместо традиционалног сагоревања код обичних цигарета. С обзиром да код ових уређаја нема течности као никотинског медијума који се загрева, они се званично не сврставају у електронске цигарете, са којима се обично (погрешно!) поистовећују. Због специфичног процеса загревања дувана на високом температурама, називају се и „бездимни“, иако заправо стварају малу количину краткотрајно видљиве паре при издаху. Доминантно управо на овом својсву, дуванска индустрија базира маркетиншку стратегију која прати пробој ових производа на тржиште.

Када је реч о Србији, подаци из истраживања потврђују да се и ми озбиљно приближавамо светским трендовима када је реч о популарности нових дуванских производа. Наиме, сад већ

давне 2017. године, чак 6,2% ученика узраста 13-15 година већ је било пробало е-цигарете, док је према подацима из 2019. чак 17,7% 16-огодишњака макар једном пробало овај производ, док је загреване дуванске производе у том тренутку било пробало њих око 7%.

Дугорочне последице коришћења електронске цигарете, као и загреваних дуванских производа још увек нису познате, те је веома неопрезно проглашавати их мање штетним, а посебно је проблематично третирати их као средство за одвикавање од пушења, нарочито ако се узме у обзир забрињавајући пораст броја младих који започиње са коришћењем дувана управо у овом облику. Јер, никотин, без обзира на форму и начин уношења у организам, изазива јаку зависност и штетно утиче на развој мозга, нарочито код деце и младих. У разматрању свих нових појава и њихових дугорочних последица кључни фактор је ВРЕМЕ. Интервал у који до сада имамо увид свакако је прекратак је да би се са сигурношћу тврдило да електронске цигарете и загревани дувански производи носе мањи ризик по здравље, како самих пушача, тако и пасивних пушача.

У Србији конзумирање дувана и промет дуванских производа регулишу три давно донета закона – Закон о дувану, Закон о оглашавању и Закон о заштити становништва од изложености дуванском диму. У периоду 2007-2013, Србија је имала и Национ алну стратегију контроле дувана, након чијег истека никада није донета нова. Иако је наша земља још од давне 2006. године потписница Оквирне конвенције о контроли дувана, сведоци смо спорог усвајања мера дефинисаних овим документом, као и недоследне примене постојећих закона. Чак ни галопирајућа популарност електронских и загреваних дуванских производа, још није послужила као аларм за радикалније законске интервенције на овом пољу, са изузетком Закона о оглашавању који је у својој измени изједначио нове производе са оним традиционалним.

Најновија истраживања показују да је скоро половина становништва Србије старијег од 15 година била свакодневно изложена дуванском диму у затвореном простору, као и да је исто толико њих због тога исказало забринутост за сопствено здравље, што нас доводи до недвосмисленог закључка – у Србији је неопходно доношење ефикаснијих мера контроле дувана и њихова доследна примена. Истраживања показују и то да је чак више од половине пушача било забринуто за своје здравље због штетних последица своје навике, али је, с друге стране, тек сваки четврти пушач покушао да прекине. Ово се донекле може приписати и томе да је само трећина пушача изјавила да је добила савет од здравственог радника да престане с пушењем. Све поменуто указује на потребу за креирањем и спровођењем делотворнијих програма подршке и помоћи при одвикавању од пушења, али и за додатном циљаном едукацијом и мотивисањем здравствених радника да у свом свакодневном раду дају савете о штетности и престанку пушења.

Уз што интензивније спровођење здравствено-васпитног рада са младима, као мером примарне превенције, неопходно је континуирано радити и на адекватној здравственој едукацији одраслих, како би непосредно окружење генерација које долазе било оно које недвосмислено и јасно подржава здравији избор – живот без дувана.