

Zprávy hlavního lékaře USA představují vždy rozsáhlé publikace na dané aktuální téma medicíny. Již více než dvacet jich bylo věnováno kouření, první v roce 1964 na základě více než 7000 publikací. Hlavním autorem byl tehdejší hlavní lékař USA Luther Terry (1).

V lednu 2020 byla publikována další zpráva na toto téma, věnovaná odvykání kouření (2). V USA nyní kouří kolem 15 % dospělé populace, tedy prevalence je zhruba poloviční v porovnání s ČR, kde kouří 29 % z nás (3). Celá zpráva je ke stažení zdarma na adrese níže. Následuje souhrn hlavních závěrů:

- Odvykání kouření je prospěšné v každém věku. Zlepšuje zdravotní stav a kvalitu života.
- Odvykání kouření snižuje riziko předčasného úmrtí a může prodloužit očekávanou délku života až o desetiletí.
- Kouření znamená podstatnou finanční zátěž pro kuřáky, systémy zdravotní péče i společnost. Odvykání kouření snižuje toto zatížení, včetně výdajů na zdravotní péči spojenou s kouřením.
- Odvykání kouření snižuje riziko mnoha nepříznivých účinků na zdraví, včetně vlivu na reprodukční zdraví, kardiovaskulární choroby, chronickou obstrukční plicní nemoc či nádorová onemocnění.
- V USA více než tři z pěti dospělých, kteří někdy kouřili cigarety, přestali. Ačkoli většina kuřáků cigaret se každý rok pokouší přestat, méně než třetina užívá léky na odvykání schválené americkou Food and Drug Administration nebo behaviorální poradenství na podporu pokusů přestat. (Poznámka: v ČR dokonce jen jednotky procent.)
- V USA jsou značné rozdíly v prevalenci kouření napříč populací podle některých podskupin. Podobně se v tamější populaci liší také prevalence klíčových ukazatelů odvykání kouření – pokusů přestat kouřit, akceptování doporučení přestat kouřit od zdravotnického personálu a používání léků na závislost na tabáku.
- Léky závislosti na tabáku schválené americkou Food and Drug Administration a behaviorální poradenství jsou nákladově efektivní metody odvykání. Zvyšují pravděpodobnost úspěšného pokusu přestat kouřit,

zejména v kombinaci. Také kombinace jednotlivých forem náhradní terapie nikotinem může dále zvyšovat úspěšnost.

- Hrazení léčby závislosti na tabáku za zdravotního pojištění zvyšuje využívání těchto služeb, pokud jsou komplexní, bezbariérové a široce dostupné, vede k vyšší úspěšnosti odvykání a je nákladově efektivní.
- E-cigarety jsou heterogenní, měnící se skupinou výrobků, různě používaných. Proto není možné generalizovat jejich účinnost při odvykání kouření na základě studií s jednou značkou a v současné době nemůžeme tvrdit, že e-cigarety obecně jako takové podporují odvykání kouření. (Poznámka: záleží především na rychlosti a množství vstřebaného nikotinu.)
- Odvykání kouření lze podpořit zvýšením ceny cigaret, přijetím komplexních zákonů zajišťujících nekuřácké prostředí, mediálními kampaněmi, obrázkovým varováním na obalech a dlouhodobým komplexním programem kontroly tabáku na státní úrovni.

1. Terry L, et al. *Smoking and health: report of the Advisory Committee to the Surgeon General of the United States* [Internet]. Washington: US Department of Health, Education and Welfare; 1964 [cited 2020 Jan 27]. Public Health Service Publication No. 1103. Available from: <https://www.scribd.com/document/199073624/Smoking-and-Health>.
2. U.S. Department of Health and Human Services. *Smoking cessation: a report of the Surgeon General* [Internet]. Atlanta, GA: Centers for Disease Control and Prevention; 2020 [cited 2020 Jan 27]. Available: https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/sgr/2020-smoking-cessation/?s_cid=OSH_misc_m180.
3. Csémy L, Dvořáková Z, Fialová A, Kodl M, Skýřvová M. *Užívání tabáku a alkoholu v České republice 2018* [online]. Praha: Státní zdravotní ústav; 2019 [cit. 2020-01-27]. Dostupné z: http://www.szu.cz/uploads/documents/szu/aktual/uzivani_tabaku_alkoholu_cr_2018.pdf.

Prof. MUDr. Eva Králíková, CSc.
Ústav hygieny a epidemiologie 1. LF UK a VFN