

VILNIAUS UNIVERSITETO MEDICINOS FAKULTETO
SVEIKATOS MOKSLŲ INSTITUTAS
VISUOMENĖS SVEIKATOS KATEDRA

Benita Guzikaitė

**TABAKO GAMINIŲ VARTOJIMO ĮPROČIŲ IR NUOSTATŲ APIE
TABAKO GAMINIUS KAITA TARP MEDICINOS FAKULTETO
STUDENTŲ**

**Changes in Tobacco Product Use and Attitudes about Tobacco Products among Students in Vilnius
University Medical Faculty**

Magistro baigiamasis darbas

Leidžiama ginti

Visuomenės sveikatos katedros vedėjas

Profesorius dr. (HP) R. Stukas _____

(parašas)

Studentė

Benita Guzikaitė _____

(parašas)

Darbo vadovas

Dr. (HP) J. Kairys _____

(parašas)

Darbo įteikimo data _____

Registracijos Nr. _____

VILNIUS, 2023

SANTRAUKA

Trumpas pagrindimas. Tabako gaminių vartojimas yra labiausiai paplitusi priklausomybės liga pasaulyje, kuri kasmet nusineša daugiau nei 8 mln. gyvybių pasaulyje (1). Cigaretės yra vis dar dažniausiai vartojamas tabako gaminys, tačiau yra stebima nauja tendencija – elektroninių cigarečių ir kaitinamojo tabako produktų vartojimo augimas. Šiuo metu vyksta tabako gaminių vartojimo kaita, todėl reikalingi reprezentatyvūs tyrimai, kurie parodytų esamą situaciją ir padėtų sukurti efektyvias ir aktualias visuomenės sveikatos intervencijas.

Tyrimo tikslas - nustatyti tabako gaminių vartojimo įpročių ir nuostatų apie tabako gaminius kaitą tarp medicinos fakulteto studentų.

Tyrimo uždaviniai: Nustatyti tabako gaminių vartojimo **paplitimą** tarp medicinos fakulteto studentų dabar ir prieš 3 metus, įvertinti tabako gaminių **vartojimo ypatumus ir priežastis** tarp medicinos fakulteto studentų, nustatyti medicinos fakulteto studentų **nuostatas** apie tabako gaminius dabar ir prieš 3 metus.

Metodai. Tyrimas atliktas 2022 metų Spalio – 2023 metų Sausio mėnesiais. Pasirinktas tyrimo metodas – anketinė apklausa. Naudotas PATH tyrimo klausimynas, išrinkti aktualūs tyrimui klausimai ir pridėta keletas papildomų klausimų, kad būtų atskleista tyrimo problema. Klausimynas platinamas elektroninėje erdvėje. Tyrimo dalyvavo 353 VU MF studentai. Duomenims tvarkyti ir statistinei analizei atlikti naudojamos „Microsoft Excel“ ir „R“ programos.

Rezultatai ir išvados. VU MF studentų populiacijoje stebimas didelis ir augantis tabako gaminių vartojimas. Kada nors gyvenime tabako gaminius vartojo 79,6% (PI 95% 75,1 - 83,5) tyrimo dalyvių. Cigaretes prieš 3 metus vartojo 54,8% studentų, per paskutinius 12 mėn. 58,2% studentų, iš jų kasdien 13,9% studentų. Elektronines cigaretetes prieš 3 metus vartojo 32,7% studentų, per paskutinius 12 mėn.- 70,1% studentų, iš jų kasdien 23,1% studentų. Kaitinamojo tabako produktus prieš 3 metus vartojo 22,8% studentų, per paskutinius 12 mėn. 57,7% studentų, iš jų kasdien 19,6% studentų. Statistiškai reikšmingai daugiau vyrų nei moterų vartoja tabako gaminius. 48% studentų pirmąjį tabako gaminį vartojo su pridėtinu kvapu ar skoniu. Statistiškai reikšmingai daugiau moterų mano, kad tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu yra lengviau vartoti nei tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio, lyginant su vyrais. Dauguma tabako vartotojų lygiagrečiai vartoja keletą tabako gaminių. Dažniausiai studentai tabako gaminius vartoja: pasilinksminimo tikslais, atsipalaidavimui, streso valdymui. Per pastaruosius per 3 metus pasikeitė studentų nuostatos apie tabako gaminius, pasitikėjimas elektroninėmis cigaretėmis ir kaitinamojo tabako produktais sumažėjo keletą kartų, tačiau šių produktų vartojimas išaugo.

Raktažodžiai: *Tabako gaminiai, tabako gaminių vartojimo paplitimas, cigaretės, elektroninės cigaretės, kaitinamojo tabako produktai, kaljanas, nuostatos, medicinos studentai*

SUMMARY

Background: Tobacco use is the world's most prevalent addictive disease, claiming more than 8 million lives worldwide each year (1). Cigarettes are still the most used tobacco product, but there is a new trend of increasing use of e-cigarettes and combustible tobacco products. The current shift in the use of tobacco products calls for representative studies to show the current situation and to develop effective and relevant public health interventions.

The aim of the study – to identify changes in tobacco product use habits and attitudes towards tobacco products among medical students.

Objectives of the study: To determine the prevalence of tobacco product use among medical students now and 3 years ago, to assess the characteristics and causes of tobacco product use among medical students, and to determine the attitudes of medical students towards tobacco products now and 3 years ago.

Methods. The research was conducted October 2022 -January 2023. The research was performed using an anonymous online based questionnaire. An international PATH questionnaire was adapted to disclose the research problem. 353 VU MF students participated in the survey. Microsoft Excel and R software were used for data processing and statistical analysis.

Results and conclusions. The VU MF student population has a high and growing consumption of tobacco products. 79.6% (95% CI 75.1-83.5) of the study participants have used tobacco products at some point in their lives. Cigarettes were used 3 years ago by 54.8% of the students, in the last 12 months by 58.2% of the students, 13.9% of the students used cigarettes daily. Electronic cigarettes were used by 32.7% of students 3 years ago and 70.1% of students in the last 12 months, 23.1% of students used electronic cigarettes daily. The use of combustible tobacco products was reported by 22.8% of students 3 years ago and 57.7% of students in the last 12 months, 19.6% of students used combustible tobacco products daily. Statistically significantly more men than women use tobacco products. 48% of students have used their first tobacco product with an added flavor. Statistically significantly more women find tobacco products with added flavor easier to use than tobacco products without added flavor compared to men. Most tobacco users are polytobacco users. The most common reasons for using tobacco products by students are recreational use, relaxation, stress management. Students' attitudes towards tobacco products have changed over the last 3 years, with confidence in e-cigarettes and combustible tobacco products declining by several folds, but use of these products increasing.

Keywords: *tobacco product, cigarettes, heated tobacco product, electronic cigarettes, medical students, tobacco use, prevalence, perception*

SANTRUMPOS

ES – Europos sąjunga

FDA - JAV Maisto ir vaistų administracija

JAV – Jungtinės Amerikos valstijos

MF – medicinos fakultetas

PATH - The Population Assessment of Tobacco and Health

PI – pasikliautiniai intervalai

PSO – Pasaulio sveikatos organizacija

SN - standartinis nuokrypis

VU – Vilniaus universitetas

TURINYS

1.	ĮVADAS	6
2.	LITERATŪROS APŽVALGA	8
2.1	Tabako gaminiai	8
2.1.1	Cigaretės	11
2.1.2	Elektroninės cigaretės.....	11
2.1.3	Kaitinamojo tabako produktai	13
2.1.4	Kaljanas	15
2.1.5	Cigarai ir pypkės.....	16
2.2	Tabako gaminių vartojimo paplitimas.....	18
2.3	Tabako gaminių vartojimo priežastys.....	21
2.4	Tabako gaminių vartojimo ypatumai.....	22
2.5	Žmonių nuostatos ir žinios apie tabako gaminius	23
2.6	Tabako gaminių reglamentavimas.....	24
3.	TYRIMO METODIKA	27
4.	TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS.....	29
5.	IŠVADOS.....	66
6.	PASIŪLYMAI	68
7.	LITERATŪRA	69
8.	PRIEDAI	78

1. ĮVADAS

Tabako gaminių vartojimas yra labiausiai paplitusi priklausomybės liga pasaulyje. Tabako gaminiams yra vadinami šie produktai: cigaretės, cigarai, kaljanas, elektroninės cigaretės, kaitinamojo tabako produktai ir bedūmiai tabako gaminiai. Net 22,3% pasaulio gyventojų 2020 m. vartojo tabako gaminius (2). Tabako epidemija yra viena didžiausių grėsmių visuomenės sveikatai, ji kasmet nusineša daugiau nei 8 mln. gyvybių pasaulyje (1). Tabako gaminių vartojimas visame pasaulyje mažėja – 2000 m. tabako gaminius vartojo 33% suaugusiųjų, 2018 m. tabako gaminius vartojo 10% mažiau suaugusiųjų- 23,5 %. Tikimasi, kad iki 2025 m. tabako vartojimas nukris iki 20,9% (3).

Cigaretės vis dar yra dažniausiai vartojamas tabako gaminyje ir nors cigarečių vartojimas mažėja, pasaulyje yra stebima nauja tendencija – elektroninių cigarečių ir kaitinamojo tabako produktų vartojimo augimas (4). Jungtinėse Amerikos Valstijose suaugusiųjų įprastų cigarečių rūkymo paplitimas sumažėjo nuo 42 % 1965 m. iki 14% 2017 m. (5). 2017 m. Eurobarometro duomenimis Europos sąjungos šalyse 15 % 15 metų ir vyresnių asmenų yra kada nors išbandę elektronines cigaretes, 2% buvo nuolatiniai elektroninių cigarečių vartotojai (6). 2020m. Eurobarometro duomenimis Europos sąjungoje 6,5% asmenų kada nors vartojo kaitinamąjį tabaką, 1,3% buvo asmenų nuolatiniai kaitinamojo tabako vartotojai (7). Ypač kelia susirūpinimą tai, kad elektronines cigaretes ir kaitinamojo tabako gaminius pabando vartoti vis jaunesni asmenys. Pagrindiniai elektroninių cigarečių ir kaitinamojo tabako produktų vartotojai yra jauni žmonės iki 25 metų (8).

Tabako gaminių vartojimui nėra vienos priežasties, tai psichosocialinis ir kultūrinis fenomenas. Tabako gaminių vartojimui turi įtakos farmakologiniai, biologiniai, socialiniai ir psichologiniai veiksniai (9). Vartoti tabako gaminius paskatina draugai, norima atrodyti „kietai“, o vėliau išsivysto priklausomybė (10).

Tabako gaminius dažniausiai pradedama vartoti paauglystėje. 90% tabako vartotojų pirmą kartą pabando rūkyti iki 18 metų, o 99 % iki 26 metų (11). Eurobarometro duomenimis Lietuvoje 80% tabaką vartojančių asmenų pradėjo juos vartoti iki 25 metų amžiaus (12). Beveik 80% jaunų tabako vartotojų vartoja tabako gaminius su skoniais (13). Todėl labai svarbu, kad tabako vartojimo prevencinės priemonės būtų nukreiptos būtent į jaunus asmenis, atsižvelgiant į jų tabako vartojimo ypatumus.

Europoje ir Lietuvoje yra atlikta nepakankamai studijų tiriančių tabako gaminių vartojimo kaitą, Lietuvoje yra atlikta labai mažai tyrimų apie elektroninių cigarečių, kaitinamojo tabako produktų paplitimą, jų vartojimo ypatumus bei nuostatas į juos. Šiuo metu vyksta žymūs pokyčiai tabako gaminių vartojime, todėl reikalingi reprezentatyvūs tyrimai, kurie parodytų esamą

situaciją tarp Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto studentų ir padėtų sukurti efektyvias ir aktualias visuomenės sveikatos intervencijas.

Tyrimo tikslas - nustatyti tabako gaminių vartojimo įpročių ir nuostatų apie tabako gaminius kaitą tarp medicinos fakulteto studentų.

Tyrimo uždaviniai:

1. Nustatyti tabako gaminių vartojimo **paplitimą** tarp medicinos fakulteto studentų dabar ir prieš 3 metus.
2. Įvertinti tabako gaminių **vartojimo ypatumus** tarp medicinos fakulteto studentų.
3. Nustatyti tabako gaminių vartojimo **priežastis** tarp medicinos fakulteto studentų.
4. Nustatyti medicinos fakulteto studentų **nuostatas** apie tabako gaminius dabar ir prieš 3 metus.

Studentė savarankiškai atliko: literatūros paiešką, literatūros apžvalgą, anketos sudarymą, gautų duomenų analizę, rezultatų aprašymą ir jų aptarimą, išvadų ir pasiūlymų suformavimą, darbo techninį įforminimą.

2. LITERATŪROS APŽVALGA

2.1 Tabako gaminiai

Tabakas yra iš tabako genties augalų lapų gaunamas produktas. Šie augalai auga Amerikoje aplink Peru ir Ekvadorą nuo priešistorinių laikų. Tabaką į Europą atvežė ankstyvieji tyrinėtojai, visuomenė greitai jį pamėgo ir prasidėjo tabako eksportas į visą likusį pasaulį. Iš pradžių tabakas buvo rūkomas pypkėse, vėliau prasidėjo rankomis sukamų cigarečių era ir galiausiai, Pirmojo pasaulinio karo metais, labai išplito jau susuktų ir supakuotų cigarečių vartojimas. XX amžiuje cigarečių vartojimas išsaugo drastiškai, o mažiau išsivysčiusiosiose šalyse cigarečių vartojimas vis dar auga. Taip prasidėjo su tabako vartojimu susijusių ligų epidemija (14). Visos tabako formos yra kenksmingos, tabako dūmuose nustatyta daugiau nei 4000 cheminių medžiagų ir nėra saugaus sveikatai tabako kiekio. Tabako epidemija yra viena didžiausių grėsmių visuomenės sveikatai, su kuria kada nors susidūrė pasaulis, per metus nuo tabako vartojimo miršta daugiau nei 8 milijonai žmonių, įskaitant apie 1,2 milijono mirčių dėl pasyvaus rūkymo. Pasyvus rūkymas tai antrinių tabako dūmų įkvėpimas, šie dūmai, išsiskiria iš degančių tabako gaminių ir rūkymo metu iškvepiami dūmai (15).

2020 m. 22,3 % pasaulio gyventojų vartojo tabako gaminius, 36,7 % vyrų ir 7,8 % pasaulio moterų. Tabakas yra labiausiai paplitusi sveikatai žalinga medžiaga pasaulyje. Tabakas gali būti rūkomas, čiulpiamas, kramtomas, uostomas (16). Tabako gaminiai:

- Cigaretės - tai pramoniniu būdu pagamintas tabako ritinėlis, apvilktas specialiu popieriumi (16).
- Cigarai – rankiniu būdu susmulkintas tabakas ar susukti tabako lapai įvyniojami į džiovintą tabako lapą ir suformuojamas ritinėlis. Cigarai yra didesni nei cigaretės (16).
- Pypkės- prietaisas į kurį prikemšama specialaus palaido susmulkinto tabako (16).
- Kaljanas (vandens pypkė) – tai specialus prietaisas, kuriame tabako, įkaitinto karštos anglies, dūmai atvėsta pereidami per vandens sluoksnį ir patenka į žarną su antgaliu rūkyti (16).
- Kaitinamojo tabako produktai – tai tabako gaminiai, kuriuos kaitinant susidaro aerozoliai, kuriuose yra nikotino ir kitų cheminių medžiagų, kurias vartotojai įkvepia per burną (17). Kaitinamojo tabako produktai yra naudojami su kaitinamojo tabako sistema, ši sistema tabaką ne degina, o kaitina 300–350 °C (18).
- Elektroninės cigaretės - elektroninė nikotino vartojimo sistema. Elektroninėse cigaretėse kaitinamas elektroninis skystis tampa garais, kuriuos įkvepia vartotojas (19). Pagrindinės

elektroninio skysčio sudedamosios dalys yra propilenglikolis, su gliceroliu arba be jo, ir kvapiosios medžiagos (20).

- Bedūmiai tabako produktai. Uostomasis tabakas gaminamas iš virš liepsnos džiovinto, apdoroto taikant fermentaciją tabako, susmulkinamo į sausus miltelius. Milteliai dedami į šnerves ir uostomi. Taip apdorotas tabakas gali būti vartojamas ir oraliai. Oralieji vartojant tabaką reikia jį įsidėti tabako miltelių tarp lūpos ir dantenų ar tarp skruosto ir dantenų, ir tada arba čiulpti, arba kramtyti tam tikrą laiko tarpą. „Chaw“ – tabako gumulėlis, kurio dydis kaip golfo kamuoliukas, yra dažniausiai kramtomas, o mažesnė porcija „quid“ yra tiesiog laikoma burnoje (16). Skandinavijos šalyse populiarus „snus“. Jis skiriasi nuo kitų tabako gaminių tuo, kad pasižymi santykinai dideliu nikotino kiekiu ir absorbcija bei santykinai mažesniu kenksmingų medžiagų kiekiu (18).

Apie bedūmius tabako produktus daugiau šiame darbe nebus rašoma, Lietuvoje jie nėra parduodami, nes yra nelegalūs (21).

Nepaisant to, kad bendra cigarečių vartojimo tendenciją mažėja, paskutiniame Pasaulinio jaunimo tabako tyrimo (Global Youth Tobacco Survey) etape kelios regiono šalys pastebėjo tabako vartojimo paplitimo didėjimą tarp jaunų žmonių. Nors cigaretės tebėra dažniausiai naudojama tabako gaminių forma, elektroninių cigarečių ir kaitinamojo tabako vartojimo tendencija kelia susirūpinimą. Naujausiais turimais duomenimis, vis daugiau jaunimo pradeda vartoti elektronines cigaretes ir kaitinamąjį tabaką, ir šiuos gaminius vartoja vis dažniau. Naujoji ataskaita atskleidžia, kad kai kuriose šalyse elektroninių cigarečių vartojimo lygis tarp paauglių buvo daug didesnis nei įprastų cigarečių. Pavyzdžiui, Lenkijoje 2016 metais cigaretes rūkė 15,3%, o elektronines cigaretes – 23,4% žmonių. Italijoje elektroninių cigarečių vartojimo paplitimas išaugo nuo 8,4 % 2014 m. iki 17,5 % 2018 m., Gruzijoje – nuo 5,7 % 2014 m. iki 13,2 % 2017 m., o Latvijoje 2011 m. – 9,1 %, o 2019 m. – 18 % (4).

Tabako gaminių vartojimas - labiausiai paplitusi priklausomybės liga. Ji yra įtraukta į tarptautinę ligų klasifikaciją TLK-10 ir yra žymima šifru F-17: Psichikos ir elgesio sutrikimai vartojant tabaką. Priklausomybė tabako gaminiams sąlygoja daugiau sveikatos problemų ir priešlaikinių mirčių, negu visos kitos legalios ir nelegalios narkotinės medžiagos kartu paėmus. Pagrindinė tabake esanti veiklioji medžiaga yra nikotinas, jis ir sukelia priklausomybės atsiradimą. Nikotinas yra lengvai absorbuojamas į kraują (22) ir pasiekia smegenis greičiau nei per 10 sekundžių (9). Patekęs į kraują, nikotinas skatina antinksčių liaukas išskirti hormoną epinefriną (adrenaliną). Epinefrinas stimuliuoja centrinę nervų sistemą ir padidina kraujospūdį, kvėpavimą ir širdies susitraukimų dažnį. Kaip ir vartojant narkotikus, tokius kaip kokainas ir heroinas, nikotinas aktyvina smegenų atlygio grandines ir padidina dopamino kiekį didindamas tirozino hidroksilazės raišką (22), (9). Pavartojus tabako gaminių iš pradžių nikotinas stimuliuoja centrinę nervų sistemą,

o vėliau ją slopina. Nikotinas sukelia elgsenos pokyčius, tokius kaip nuotaikos svyravimai, įtampos sumažėjimas, darbingumo padidėjimas, taip pat didina dėmesio koncentraciją, gerina atmintį, mažina baimę ir slopina apetitą. Nerūkantiems žmonėms nikotinas gali sukelti ryškesnius elgsenos pokyčius nei kasdien rūkantiems, todėl kad nikotinui atsiranda tolerancija. Tolerancijos nikotinui atsiradimas priklauso nuo nikotino receptorių, esančių centrinėje nervų sistemoje, ir genetinių veiksnių. Nikotino poveikis priklauso nuo dozės ir yra panašus į kitų stimuliatorių poveikį (9).

Nors nikotinas sukelia priklausomybę, dauguma rimtų tabako vartojimo padarinių sveikatai kyla dėl kitų cheminių medžiagų:

- Dervos yra bevandenis dūmų kondensatas, tai pavojingiausias cigarečių cheminės medžiagos. Įrodyta, kad apie 80 iš jų sukelia arba gali sukelti vėžį. Dūmai patenka į burną koncentruoto aerozolio pavidalu, aerozoliui atvėsus susiformuoja dervos, kurios nusėda kvėpavimo takuose (9). Įkvėptuose cigaretės dūmuose yra daug dervų, ir tik apie 30 procentų pasišalina orą iškvėpiant(23). Dervos sukelia vėžį, plaučių ligas, nes nusėdusios plaučiuose žudo plaučių ląsteles, taip pat silpnina imuninę sistemą ir nuo dervų dantys pasidaro tamsios spalvos (9) (23).
- Anglies monoksidas (smalkės) – bekvapės, beskonės, bekvapės dujos, kurios 200 kartų greičiau nei deguonis jungiasi su hemoglobinu. Anglies monoksidas susidaro nevisiškai sudegus organiniams junginiams. Rūkant, anglies monoksido koncentracija kraujyje padidėja 1%, pablogėja deguonies apykaitą (23). Patekęs į kvėpavimo sistemą anglies monoksidas prasiskverbia į eritrocitus ir trukdo į juos patekti deguoniui, t. y. susijungia su hemoglobinu ir sudaro glaudų junginį karboksihemoglobina, negalintį prijungti ir transportuoti deguonies (23). Dėl deguonies stokos smegenys ir raumenys negali normaliai funkcionuoti. Širdis ir plaučiai turi daugiau dirbti, kad užtikrintų organų aprūpinimą deguonimi. Be to, anglies monoksidas pažeidžia kraujagyslių sienelės ir didina aterosklerozės riziką (9).
- Acetaldehidas - reaktyvi medžiaga, kuri reaguoja su daugeliu medžiagų organizme. Produktas sukelia kvėpavimo takų veiklos sutrikimus ir yra Tarptautinės vėžio tyrimų agentūros klasifikuojamas kaip galimas kancerogenas. Didina priklausomybę nuo nikotino (23).
- Amoniakas išsiskiria per amonio junginius, kurie susidaro tabako degimo procese. Amonio junginiai skatina priklausomybę (23)
- Glicerolis- dirgina kvėpavimo takus (23).
- Kitos cheminės medžiagos esančios tabako gaminiuose: kakava, celiuliozė, furfolas, Guaro derva, propileno glikolis, formaldehidas, acetonas, arsenikas, švinas (24) (23)...

2.1.1 Cigaretės

Cigaretė tai į specialų popierių suvyniotas smulkiai supjaustyti džiovinti tabako lapų ritinėlis, skirtas rūkyti (25). Cigaretės vis dar yra populiariausias tabako gaminys, nepaisant to, kad yra seniai įrodyta cigarečių vartojimo žala sveikatai (26). Apie pusę nuolatinių cigarečių vartotojų miršta nuo tabako sukeltų ligų (27).

Cigaretės gali būti jau susuktos gamykloje arba vartotojas gali jas pats susisukti rankomis. Dabar populiariausios cigaretės yra jau susuktos ir paruoštos vartoti cigaretės. Standartinė cigaretė yra sudaryta iš keturių komponentų: filtro, sukamojo popieriaus, popieriaus dengiančio filtrą ir tabako (28). Norint surūkyti cigaretę vartotojas uždega vieną cigaretės pusę, kad ji rusentų ir įkvepia dūmus. Įkvėpdami cigarečių dūmų vartotojai įkvepia ne tik nikotiną, vartotojai susiduria su toksišku daugiau nei 7000 cheminių medžiagų mišiniu, įskaitant daugiau nei 70, galinčių sukelti vėžį (26). Nikotinas yra greitai absorbuojamas iš tabako dūmų, surūkius vieną cigaretę arteriniame kraujyje nikotino koncentracija būna 40–100 mg/ml. Vidutinis nikotino suvartojimas surūkius cigaretę paprastai siekia 1–2 mg (29).

Rūkymas kasmet sukelia daugiau mirčių nei mirtys nuo žmogaus imunodeficito viruso (ŽIV), neteisėto narkotikų vartojimo, alkoholio vartojimo, motorinių transporto priemonių sužalojimų ir su šaunamaisiais ginklais susijusių incidentų kartu sudėjus. Cigarečių rūkymas sukelia apie 90% visų mirčių nuo plaučių vėžio, taip pat apie 80% visų mirčių nuo lėtinės obstrukcinės plaučių ligos (18). Rūkymas padidina riziką susirgti koronarine širdies liga 2–4 kartus, patirti insultą 2–4 kartus, susirgti plaučių vėžiu 25 kartus. Rūkymas gali sukelti beveik bet koki vėžį: šlapimo pūslės, kraujo, gimdos kaklelio, storosios ir tiesiosios žarnos, stemplės, inkstų ir šlapimtakių, gerklų, kepenų, gerklės, liežuvio, minkštojo gomurio ir tonzilių, kasos, skrandžio, trachėjos, bronchų ir plaučių (27). Rūkymas yra viena iš 2 tipo cukrinio diabeto ir reumatoidinio artrito atsiradimo priežasčių ir apsunkina šių ligų kontrolę. Nuolatinių cigarečių vartotojų rizika susirgti diabetu yra 30–40% didesnė nei nerūkančiųjų (27). Rūkymas taip pat gali paveikti vaisingumą, padidinti apsigimimų ir persileidimo riziką (18). Svarbu paminėti, kad pasyvus rūkymas yra toks pat žalingas kaip ir įprastas rūkymas (9).

2.1.2 Elektroninės cigaretės

2007 m. buvo pristatytas naujas produktas vartojimui – elektroninės nikotino tiekimo sistemos (elektroninės cigaretės) (3). Elektroninės cigaretės yra prietaisai, kurie šildo skystį, kad susidarytų aerosolis- nikotino garai, kuriuos vartotojas įkvepia. Elektroninių cigarečių įvairovė yra nepaprastai didelė, todėl bus aprašomi tik pagrindiniai principai, sudedamosios dalys. Pagrindinės tirpalo sudedamosios dalys yra propilenglikolis, glicerolis, nikotinas ir kvapiosios medžiagos (15).

Elektroninės cigaretės yra sukurtos tam kad imituotų įprastinių cigarečių sukeltus pojūčius. Dauguma elektroninių cigarečių susideda iš keturių skirtingų komponentų (30): kasetės/rezervuaro, kurioje yra skystas tirpalas (e-skystis), kaitinimo elementas, maitinimo šaltinis (dažniausiai baterija), kandiklis, kurį žmogus naudoja įkvėpti. Elektroninių cigarečių naudojimas yra ypač paprastas, dažniausiai elektroninės cigaretės įjungia jų įkvėpimas/įtraukimas, tai įjungia baterijomis maitinamą kaitinimo elementą, kuris garina kasetėje esantį skystį ir žmogus gali jį įkvėpti (30). Viename el. cigaretės įtraukime yra nuo 0 iki 35 μg nikotino, darant prielaidą, kad nikotino kiekis yra didelis – 30 μg vienam išpūtimui, reikia įkvėpti maždaug 30 kartų, kad suvartoti 1 mg nikotino, tiek nikotino paprastai suvartojama rūkant įprastą cigaretę (21).

Elektroninės cigaretės greitai išpopuliarėjo, nepaisant daugybės neatsakytų klausimų apie jų saugumą, veiksmingumą, poveikį sveikatai (21). Elektroninės cigaretės yra dažniausiai vartojamas tabako gaminyje JAV tarp paauglių (30). Paaugliams elektroninės cigaretės yra patrauklios dėl didelės skonių įvairovės, el. cigaretės gali būti tabako, mentolio, kavos, vaisių, saldinių ir kitų skonių. Tikslus elektroninių cigarečių poveikis sveikatai nėra žinomas, tačiau kai kurie tyrimai rodo, kad elektroninių cigarečių vartojimas gali paskatinti paauglius vėliau vartoti kitus tabako produktus (30).

Iki šiol atlikti tyrimai rodo, kad elektroninės cigaretės yra mažiau kenksmingos nei įprastos cigaretės. 2014 metais atliktame tyrime mokslininkai analizavo toksiškus ir kancerogeninius junginius esančius aerozolyje iš 12 prekės ženklų elektroninių cigarečių ir įprastų cigarečių. Toksiškų medžiagų, pavyzdžiui formaldehido, acetaldehido, kiekis elektroninėse cigaretėse buvo bent 2 kartus mažesnis nei įprastų cigarečių dūmuose (31). Naudojant elektronines cigarettes plaučius veikia įvairios cheminės medžiagos, įskaitant tas, kurios yra dedamos į elektroninių cigarečių skystį, ir kitas chemines medžiagas, susidarancias kaitinimo metu (30). 73–80 % įkvėpamų elektroninių cigarečių dalelių yra iškvėpiama, o 9–18% dalelių nusėda į alveoles ir patenka į arterinį kraują, o 9–17% nusėda galvoje ir kvėpavimo takuose ir patenka į veninį kraują. Apskaičiuota, kad 20% - 27% elektroninių cigarečių aerozolio dalelių nusėda kraujotakos sistemoje ir organuose, palyginimui 25% – 35% įprastų cigarečių dūmuose esančių dalelių nusėda kraujotakos sistemoje ir organuose. Elektroninės cigaretės skiriasi nuo įprastų cigarečių ir tuo, kad elektroninių cigarečių dūmuose gali būti sunkiųjų metalų. Elektroninėse cigaretėse esantis skystis, liečiasi su kaitinimo elementais, kuriuose yra sunkiųjų metalų (alavo, nikelio, vario, švino, chromo). Šios metalų nanodalelės gali nusėsti į plaučių alveoles ir sukelti vietinį toksinį poveikį kvėpavimo takams ir patekti į kraują (31). Sunkieji metalai turi rimtą poveikį sveikatai, jie gali sukelti vėžį, širdies ir kraujagyslių ligas, inkstų ir nervų sistemos pažeidimus (32). Propilenglikolis ir glicerinas - pagrindinės e-skysties sudedamosios dalys, propilenglikolio poveikis gali sudirginti akis ir kvėpavimo takus, o ilgalaikis vartojimas gali sutrikdyti centrinę nervų sistemą, elgesį ir

blužnį. Kaitinamas ar garinamas propilenglikolis gali sudaryti propileno oksidą – Tarptautinės vėžio tyrimų agentūros 2B klasės kancerogeną, o glicerolis – akroleiną, kuris dirgina viršutinius kvėpavimo takus. Dėl elektroninių cigarečių vartojimo buvo patirta rimtų sužalojimų ir susirgimų, įskaitant sprogimus ir gaisrus. Mažiau rimti, tačiau dažni nepageidaujami reiškiniai yra gerklės ir burnos dirginimas, kosulys, pykinimas ir vėmimas (31). Vis dažniau atsiranda atvejų, kai elektroninės cigaretės stipriai pažeidžia kvėpavimo takus, tam netgi buvo sukurtas specialus terminas – EVALI, šis terminas reiškia su elektroninių cigarečių ar garų vartojimu susijusį plaučių pažeidimą. JAV iki 2020 metų buvo užfiksuoti 2,807 EVALI atvejai, 68 žmonės mirė (33).

Apibendrinant reiktų akcentuoti, kad nors kancerogenų ir kitų toksiškų medžiagų kiekis elektroninėse cigaretėse yra mažesnis nei įprastose cigaretėse, elektroninių cigarečių vartojimas yra žalingas sveikatai ir gali sukelti rimtų padarinių (32). Elektroninės cigaretės, galbūt gali būti mažiau toksiškos už įprastines cigaretės, tačiau nėra pakankamai duomenų, kad būtų galima užtikrintai teigti, kad elektroninės cigaretės vartotojui kenkia mažiau (34).

2.1.3 Kaitinamojo tabako produktai

Kaitinamojo tabako produktai yra nikotino tiekimo būdas, skirtas tradicinėms cigaretėms pakeisti (35). Kaitinamojo tabako gaminiai paprastai kaitina tabaką iki žemesnės nei degimo temperatūros, kad susidarytų nikotino turintis aerolis. Šie gaminiai atsirado 1988 m., kai R.J. Reynoldsas pristatė „Premier“, „Premier“ vartojimo metu susidaro aerolis, išskirdamas skonį ir nikotiną iš specialių granuliu ir nedidelio tabako kiekio. „Premier“ nesudomino rinkos ir gamyba buvo sustabdyta. 1998 m. „Philip Morris“ pristatė naują produktą buvo su išoriniu kaitinimo šaltiniu, į kurį vartotojas įdeda mažas cigaretes su specialiai paruoštu tabako mišiniu. Šie technologijos būdai – anglies antgalis ir išorinis kaitinimo šaltinis, pakeitė situaciją, nors tik 2007 metais kaitinamojo tabako produktai iš tiesų pradėjo sparčiai populiarėti. Dabar kaitinamojo tabako gaminių yra įvairių ir jie yra lengvai prieinami, pavyzdžiui iQOS iš Philip Morris International, Glo iš British American Tobacco (36). 2017 m. kaitinamojo tabako gaminiai buvo parduodami 27 šalyse ir buvo planuojama tolimesnė plėtra (37). Šiuo metu kaitinamojo tabako produktai yra populiariausi kai kuriose Azijos šalyse, Europoje ir JAV. Dabartinis kaitinamųjų tabako produktų vartojimas Japonijoje išaugo nuo 0,2 % 2015 m. iki 10–15 % 2019 m., Korėjoje 4,4 % suaugusiųjų vartoja šiuos produktus. Paplitimas Europos šalyse mažesnis, bet didėja tam tikrose rinkose (pvz., 1,1 % – Italija, 2019 m.; 1,2 % – Anglija). Dabartinis vartojimo paplitimas kitose šalyse, pvz., JAV, Kanadoje ir Australijoje, mažesnis nei 1 %, nors kai kurie tyrimai rodo, kad 2017 m. JAV 1,1 % populiacijos vartojo kaitinamojo tabako produktus, o 2016 m. dvigubai mažiau – 0,5 % (3). Atsižvelgiant į pastarųjų metų kaitinamojo tabako rinkos augimą, tikimasi, kad jo populiarumas ir toliau sparčiai augs (35).

Panašiai kaip įprastose cigaretėse, kaitinamojo tabako gaminiuose naudojamas tikras tabakas. Tabako lazdelės gali būti įvairių skonių. Iš kelių rinkoje esančių kaitinamojo tabako lazdelių/cigarečių buvo išsamiai išbandytos tik IQOS tabako lazdelės (HEETS). HEETS tabako lazdelių cheminė sudėtis susideda iš apdoroto tabako, vandens, glicerino, guaro dervos, celiuliozės pluošto, polimerinės plėvelės filtro ir celiuliozės-acetato kandiklio filtro (35). Siekiant pagaminti nikotino prisotintus garus, kaitinamojo tabako prietaisas kaitina (ne degina) tabaką iki 350°C (>600°C įprastose cigaretėse), naudojant baterijomis maitinamą kaitinimo sistemą. Kaitinimo įrenginį reikia įkrauti. Vartotojas įdeda specialią kaitinamo tabako cigaretę, paspaudžia įjungimo mygtuką, palaukia 30-40 sekundžių ir tam tikrais laiko tarpais patraukia kandiklį, kad įkvėptų per burną aerazolį, kuris vėliau patenka į kūną. Vieno įkrovimo užtenka iki 30 parūkymų (35). Reikia paminėti, kad kaitinamasis tabakas nėra elektroninės cigaretės, kaitinamojo tabako prietaisas kaitina specialų tabaką, o elektroninės cigaretės šildo e-skystį (36).

Nustatyta, kad kaitinamojo tabako gaminiai išskiria mažesnes cheminių junginių koncentracijas palyginti su tradicinėmis cigaretėmis, išskyrus vandenį, propileno glikolį, glicerolį ir acetolį. Toksinių cheminių medžiagų kiekis kaitinamojo tabako produktuose yra mažesnis dėl žemesnės tabako kaitinimo temperatūros. Nikotino kiekis kaitinamojo tabako produktuose sudaro 70–80 % įprastų cigarečių (35). Kancerogenų, tokių kaip aldehidai ir lakieji organiniai junginiai, kaitinamajame tabake yra maždaug 80–99 % mažiau nei įprastose cigaretėse. Metalus, tokius kaip kadmio ir gyvsidabris, pasisavina tabako augalai, todėl jų natūraliai yra tabako gaminiuose, tačiau jų kiekis yra mažesnis kaitinamajame tabake. Kadmio kiekis mažesnis už aptikimo ribą, tai rodo, kad kadmio kaitinamajame tabake mažiau 99 %, gyvsidabrio mažiau ~ 75 % nei įprastinėse cigaretėse. Policikliniai aromatiniai angliavandeniliai ir anglies monoksidas yra tipiški nepilno sudegimo produktai, jų kaitinamojo tabako produktuose yra 90 % mažiau nei įprastose cigaretėse (17).

Už visuomenės sveikatos apsaugą atsakinga JAV Maisto ir vaistų administracija (FDA) 2020 m. liepos 7 d. pripažino, kad kaitinamojo tabako sistema IQOS yra modifikuotos rizikos tabako produktas (angl. modified risk tobacco product). FDA šį produktą pripažino modifikuotos rizikos tabako produktu, nes jis išskiria mažiau kenksmingų medžiagų ir nurodė, kad jis prisideda prie rūkančios visuomenės sveikatos gerinimo. Šį sprendimą FDA atsižvelgdama į atliktą mokslinių tyrimų analizę. Įvertinus mokslinius tyrimus buvo aiškiai pamatyta, kad lyginant su tradicinėmis cigaretėmis, IQOS išskiria mažiau kenksmingų cheminių medžiagų. Siekiant, kad vartotojams būtų suteikta faktais pagrįsta, patikima informacija, FDA leido pardavinėti ir pristatinti kaitinamojo tabako sistemą IQOS JAV rinkoje teigiant, kad:

- IQOS kaitinamojo tabako sistema nedegina tabako, bet jį kaitina.

- Lyginant su tradicinėmis cigaretėmis IQOS sistema reikšmingai sumažina kenksmingų ir galimai kenksmingų cheminių medžiagų išsiskyrimą.

- Moksliniais tyrimais įrodyta, kad, visiškai perėjus nuo įprastų cigarečių prie IQOS sistemos, sumažinamas kenksmingų ar galimai kenksmingų cheminių medžiagų poveikis organizmui.

IQOS yra pirmasis ir vienintelis elektroninis nikotino produktas, kuris buvo pripažintas modifikuotos rizikos tabako produktu. FDA priėmė šį sprendimą dėl IQOS po 3 metų nuo to, kai FDA leido komercializuoti IQOS JAV be papildomų teiginių apie modifikuotą riziką (38).

Nors kaitinamajame tabake esančių kenksmingų medžiagų kiekis palyginus su įprastomis cigaretėmis yra ženkliai mažesnis ir atrodytų, kad žala sveikatai turėtų būti mažesnė, tačiau kaitinamojo tabako vartojimo poveikis žmonių sveikatai dar nėra iki galo iširtas (35). Tikėtina, kad kaitinamojo tabako produktai gali būti naudingi ilgalaikių rūkalių pogrupiui, žmonėms kurie negali mesti rūkyti arba pereiti prie kito nikotino šaltinio. Tačiau reikia nepamiršti, kad kaitinamojo tabako produktai vis vien yra žalingi ir kelia riziką sveikatai (17). Gali būti, kad kaitinamojo tabako produktai gali sukelti ligas, kurių nesukelia įprastos cigaretės (39).

2.1.4 Kaljanas

Kaljanas yra senas tabako vartojimo būdas, kilęs prieš 400 metų ir senovės Indijoje. Įvairiose pasaulio vietose jis vadinamas skirtingais terminais, pvz., Narghile, Shisha ir Arghile (40). Kaljanai (arba vandens pypkės) yra įrankiai, naudojami rūkyti aromatizuotą tabaką, vadinamą shisha arba maassel. Shisha yra šlapias tabako, saldiklio ir kvapiųjų medžiagų mišinys. Tipiškas kaljanas turi degto molio galvutę, kurioje laikoma shisha (tabakas), stiklinį arba akrilinį dubenį, pripildytą vandens, ir odines arba plastikines žarnas, per kurias vartotojai įkvepia dūmus. Kaljaną uždengia metalinis aliuminio folijos gabalėlis su išmuštomis skylutėmis, o ant viršaus uždedamas degančios anglies gabalėlis. Kai vartotojas įkvepia per žarną dūmus, dūmai traukiami per vandenį, kuris atvėsina dūmus (41).

Kaljanų naudojimas per pastaruosius du dešimtmečius JAV ir Europoje labai išaugo, iš dalies dėl padidėjusios imigracijos iš Artimųjų Rytų ir Pietų Azijos, kur atsirado kaljano rūkymas (42). Kasdien kaljaną rūko daugiau nei 100 milijonų žmonių. Kaljano vartojimas kai kuriose pasaulio vietose yra netgi didesnis nei cigarečių rūkymas (40). Shishą galima įsigyti daugybės saldinių, vaisių, kavos ir kokteilių skonių. Kvapiosios medžiagos užmaskuoja tabako aitrumą ir padeda naujiems vartotojams lengviau pradėti vartoti tabaką. Kaljano tabako vaisių skonis ir saldus kaljano dūmų kvapas prisideda prie suvokimo, kad kaljano rūkymas yra saugesnis nei cigarečių (41). Kaljano tabakas su skoniais padėjo išplėsti kaljanų patrauklumą tiek kaljano

tėvynėse, tiek Europoje ir JAV. Pavyzdžiui, Egipte jauni suaugusieji yra linkę rinktis vaisių skonio tabaką, o vyresni žmonės renkasi rūkomą melasą – tirštus, į melasą panašius sirupus, kurie dega kaip tabako lapų produktai, bet kuriuose nėra nikotino. Kaljanu dažnai dalijasi šeimos nariai, įskaitant vaikus, draugus ir svečius (šeimose kilusiose iš Artimųjų rytų ir Pietų Azijos). Kaljano kavinės taip pat vis sparčiau populiarėja. Tyrimai rodo, kad, palyginti su cigarečių rūkymu, kaljano vartojimas yra labiau socialiai priimtinas, moterys kaljaną rūko dažniau, susidomėjimas mesti rūkyti kaljaną yra mažesnis, taip yra todėl, kad žmonės mažiau žino apie jo priklausomybę sukeliančias savybes ir žalą sveikatai (43).

Didelė dalis kaljaną vartojančių žmonių mano, kad kaljano rūkymas yra mažiau žalingas sveikatai nei cigarečių rūkymas. Tačiau kaljano dūmuose yra daugiau nuodingų medžiagų, palyginus su cigaretėmis. Kaljano dūmuose yra 4000 cheminių medžiagų, kurių dauguma susidaro degimo proceso metu ir daugiau nei 40 kancerogeninių medžiagų. Kaljano dūmai susideda iš didelio kiekio kancerogeninių medžiagų, tokių kaip angliavandeniliai ir sunkieji metalai. Kaljanas išskiria žymiai didesnę dūmų kiekį nei cigaretė. Cigaretė paprastai išskiria 500–600 ml dūmų, o kaljanas – 5000 ml dūmų (40). Nikotino kiekis kaljano tabake yra toks pat, kaip ir cigaretėse (43). Nikotino kiekis kasdien kaljaną rūkančio žmogaus kraujyje prilygsta cigarečių rūkančiojo, surūkančio 10 cigarečių per dieną, kiekiui (40). Rūkant kaljaną kyla didesnė apsinuodijimo anglies monoksidu rizika nei rūkant cigaretes, ypač jei naudojamos mažesnės kaljano pypkės ir „greitai užsideganti“ komercinė anglis. Taip pat yra įrodymų, kad kaljano rūkymas sukelia chromosomų pažeidimus. Vėžį sukeliančių priedų medžiagų koncentracija gali būti lygiavertė cigarečių koncentracijai, tačiau kaljaną rūkantieji taip pat patiria kancerogeninių angliavandenilių ir sunkiųjų metalų poveikį. Dantenu ligos yra penkis kartus dažniau nustatomos kaljaną rūkantiems žmonėms, nei rūkantiems cigaretes (43).

2.1.5 Cigarai ir pypkės

Cigarai yra tabako ritinys įvyniotas į tabako lapelius arba bet kokią medžiagą, kurioje yra tabako (priešingai nei cigaretė, kuri apibrėžiama kaip tabako ritinys, suvyniotas į popierių arba medžiagą, kurioje nėra tabako) ir paprastai yra ne mažiau kaip 14g sendinto, fermentuoto tabako (atitinka pakelį cigarečių) ir paprastai surūkyti užtrunka apie 1–2 valandas. Taip pat yra maži cigarai (panašūs į cigaretę su filtru) ir cigarilės (trumpi 7,5- 10cm) siauri cigarai, kuriuose paprastai yra ~3 g tabako be filtro. Cigarilės yra lengviau rūkyti ir jos gali būti įvairių skonių, todėl paaugliams ir jauniems suaugusiems jos patrauklesnės nei įprasti cigarai (42). Cigaro produktų vartojimo priežastys gali būti įvairios, tyrimas parodė, kad pagrindinės vartojimo priežastys yra

šios: socializacija/bendravimas rūkant cigarus (49,9–76,6 proc.), skoninių cigarų prieinamumas (48,6–71,9 proc.). (44)

Po ilgo cigarų vartojimo sąstingio XX amžiaus dešimtajame dešimtmetyje cigarų vartojimas pradėjo augti, o tai nulėmė padidėjusi cigarų rinkodara (45). JAV Ligų kontrolės ir prevencijos centro paskelbtoje ataskaitoje nurodyta, kad bendras palaido tabako (pvz., supakuoto tabako, skirto cigaretėms sukti) ir cigarų vartojimas išaugo nuo 3 % 2000 m. iki 10 % 2011 m. (42). Nepaisant didėjančio cigarų vartojimo ir rimto pavojaus sveikatai, susijusio su cigarų rūkymu, yra neatliekama pakankamai tyrimų ir stebėsenos, stebinčios cigarų vartojimą, yra mažai išsamios informacijos apie cigarų rūkymą ir produkto savybes palyginus su duomenimis apie cigaretes. Taip pat ir tabako kontrolės politika buvo ir vis dar yra orientuota į cigaretes, nors cigarai kelia tokį patį pavojų sveikatai kaip ir cigaretės (44).

Cigarai yra žalingi sveikatai, jų vartojimas prisideda prie burnos, plaučių, stemplės ir gerklų vėžio ir galimai lėtinės obstrukcinės plaučių ligos išsivystymo (46). Kaip ir kitų kancerogeninių produktų, rizika didėja giliai įkvepiant, maži cigarai gali būti rūkomi kitaip nei dideli, giliau įkvepiant. Nors nikotino kiekis įvairiose cigarų rūšyse labai skiriasi, viename cigare paprastai yra daugiau nikotino nei vienoje cigaretėje. Veiksniai, turintys įtakos nikotino kiekiui ir pasisavinimui, yra nikotino kiekis, cigarų pH ir dydis bei rūkančiojo įkvėpimo įpročiai. Dėl to cigarai rūkantiems gali sukelti priklausomybę taip pat kaip ir cigaretės. Cigarų vartotojai dažnai nuvertina su šių produktų vartojimu susijusią riziką sveikatai. Iš tiesų, keli tyrimai rodo, kad cigarų vartotojai mano jog cigarai ir cigariles yra natūralesni, mažiau kenksmingi ir rečiau sukelia priklausomybę palyginti su cigaretėmis (46).

Rūkymas iš pypkės – tai praktika paragauti (rečiau įkvėpti) dūmų, susidarančių deginant medžiagą, dažniausiai tabaką, pypkėje. Tai yra seniausia tradicinė rūkymo forma. Daugelis Amerikos indėnų kultūrų turi pypkių rūkymo tradicijas, kurios buvo jų kultūros dalis dar ilgai prieš atvykstant europiečiams. Tabakas dažnai buvo rūkomas ceremoniniais tikslais, nors paplitę ir kiti šventų žolelių mišiniai. Įvairių rūšių apeiginės pypkės buvo rūkomos per ceremoniją, skirtą sandoriams ir sutartims, ypač taikos sutartims, įtvirtinti (iš to kilo pasakymas „taikos pypkė“). Azijoje XIX amžiuje opijus (kuris anksčiau buvo valgomas) buvo dedamas į tabaką ir pradėtas rūkyti pypkėse (47). Dvidešimtajame amžiuje rūkymas pypkėmis buvo priimtas kaip įvairių psichoaktyvių medžiagų vartojimo būdas, teigiama kad toks vartojimo būdas sukelia intensyvesnį efektą. Pypkėje rūkomas kreko kokainas garsėja kaip labiau priklausomas nei per nosį vartojamas kokainas. Kristalinės formos metamfetaminas taip pat gali būti vartojimas rūkant per pypkę, tai leidžia vartotojui išvengti skausmingo nosies dirginimo. Šiuo metu populiari rūkyti su pypke kanapes (48).

Pypkių ir cigarų vartojimas padidina kotinino kiekį šlapime ir yra susijęs su susilpnėjusia plaučių funkcija ir padidėjusia oro srauto obstrukcijos tikimybe, net ir tiems dalyviams, kurie niekada nerūkė cigarečių (49).

Cigarų ir pypkių vartotojai mano, kad jų sveikatai negresia pavojus, nes jie rūko tik vieną ar du per dieną ir neįkvepia dūmų į plaučius. Tačiau šie tabako gaminiai kelia tokį patį pavojų sveikatai kaip ir cigaretės. Pypkės ir cigarai gali sukelti įvairių organų vėžius, širdies ir plaučių ligas, dantų ir burnos gleivinės ligas. Cigarai ir pypkės yra pavojingi ne tik juos rūkantiems žmonėms. Pasyvus rūkymas yra toksiškas aplinkiniams, rūkant susidaro dūmai užpildyti toksiškais cheminėmis medžiagomis, tokiomis kaip anglies monoksidas ir angliavandeniliai. Kadangi cigaras įvyniotas į tabako lapą ir yra mažiau porėtas nei cigarečių popierius, jis nedega taip gerai, o tai padidina vėžį sukeliančių medžiagų, tokių kaip amoniakas, derva ir anglies monoksidas, patenkančių į orą, koncentraciją (50).

2.2 Tabako gaminių vartojimo paplitimas

Tabako gaminių vartojimo paplitimas pasaulyje ir Europoje

Tabako gaminių vartojimo dinamika sparčiai keičiasi, įprastų cigarečių vartojimas praranda populiarumą, tuo tarpu nauji tabako gaminiai pradedami vartoti vis dažniau. Nors cigarečių rūkymas vis dar yra labiausiai paplitęs iš visų tabako gaminių (14%), naujų tabako gaminių vartojimas, tokių kaip elektroninės cigaretės ir kaitinamasis tabakas, didėja. Taip pat populiarėja ir tradiciniai tabako gaminiai, tokie kaip cigarai, kramtomasis tabakas ir kaljanas (51).

JAV suaugusiųjų cigarečių rūkymo paplitimas sumažėjo nuo 42 % 1965 m. iki 15% 2015 m. ir toliau mažėja, 2017 m. buvo 14 % (5). Tuo tarpu elektroninės cigaretės pateko į JAV rinką tik 2007 m., o paplitimas tarp JAV suaugusiųjų 2017 m. jau buvo 2,8% (52). Tarp 15–16 metų paauglių įprastų cigarečių vartojimo paplitimas (per pastarąsias 30 dienų) Europoje sumažėjo nuo 36 % 1999 m. iki 22 % 2015 m. Situacija skirtingose valstybėse skiriasi, Suomija, Švedija ir Airija užregistravo daugiau nei 50 % cigarečių vartojimo sumažėjimą, o Italijoje, Kroatijoje ir Slovakijoje sumažėjimas mažesnis – 31–40 % (53).

2019 m. apie 50,6 milijono (20,8 %) JAV suaugusiųjų pranešė, kad vartoja kokį nors tabako gaminį, cigaretės - 14,0 %, elektronines cigaretės - 4,5 %, cigarus - 3,6%, nerūkomąjį tabaką - 2,4 % ir pypkes 1,0 % (54). 2019m. Lenkijoje atliktas tyrimas parodė, kad kasdien tabaką vartojo 21,0% asmenų, 1,3% dalyvių kartais vartojo tabaką. Kaitinamąjį tabaką vartojo 0,4% asmenų. Kada nors vartoję elektronines cigaretės nurodė 4,0 % dalyvių, o 1,4 % buvo nuolatiniai elektroninių cigarečių vartotojai. Didesnė kasdien rūkančiųjų dalis nustatyta tarp vyrų nei moterų (24,4% vs. 18,0%). Asmenys nuo 30 iki 49 metų, žemesnio išsilavinimo ir gyvenantys vidutinio

dydžio mieste reikšmingai dažniau kasdien vartojo tabako gaminius (55). Italijoje tabako gaminių vartojimo paplitimas išaugo nuo 20,7 % 2010 m. iki 27,9 % 2018 m. Įprastų cigarečių paplitimas tiek 2014m. tiek 2018m. buvo apie 20 %. Elektronines cigaretes bandžusių asmenų skaičius išaugo nuo 0 % 2010 m., 7,4 % 2014 m., iki 17,5 % 2018 m., nuolatinių elektroninių cigarečių vartotojų skaičius išaugo nuo 2,9% 2014 m. iki 8,2% 2018 m. (53).

2017 m. Eurobarometro pateikiamoje ataskaitoje nurodoma, kad Europos sąjungos šalyse 15 % 15 metų ir vyresnių asmenų yra kada nors išbandę elektronines cigaretes, įskaitant 2%, kurie pranešė apie dabartinį elektroninių cigarečių vartojimą. Europos sąjungoje elektroninių cigarečių vartojimas svyruoja nuo 0 % Bulgarijoje, Kroatijoje, Italijoje, Rumunijoje, Slovakijoje ir Švedijoje iki 5 % Didžiojoje Britanijoje (6). 2016m. duomenimis Didžiojoje Britanijoje 18,6% suaugusiųjų yra bandę vartoti elektronines cigaretes, 5,6% buvo nuolatiniai vartotojai, 2017m. 5,8% suaugusiųjų buvo nuolatiniai elektroninių cigarečių vartotojai. Elektroninių cigarečių vartojimo paplitimas Didžiojoje Britanijoje yra didžiausias ES šalyse, o nuolatinių vartotojų skaičius didėja (6).

Bendras elektroninių cigarečių vartojimo paplitimas JAV 3,7 % (2014m.), 3,5% (2015 m.), 3,2 % (2016 m.), 2,8 % (2017 m.) ir 3,2 % (2018 m.). Jaunų suaugusiųjų (iki 25m.) elektroninių cigarečių vartojimo paplitimas augo 2014–2018 m. (5,1%, 5,2%, 4,7%, 5,2%, 7,6%). 2014–2018m. 25–44 metų suaugusiųjų elektroninių cigarečių vartojimas reikšmingai nepasikeitė, o 45–64 metų ir 65 metų ir vyresnių – sumažėjo (8). 2016 m. PATH studijos duomenimis JAV 11,3% vidurinės mokyklos mokinių ir 4,3% pagrindinės mokyklų moksleivių buvo elektroninių cigarečių naudotojai (56). Elektroninių cigarečių vartojimo paplitimas tarp Kanados jaunimo per trumpą laiką labai išaugo, tačiau įprastų cigarečių vartojimo paplitimas sumažėjo. Ontarijuje 2013–2014 m. elektronines cigaretes vartojo 7,6 % studentų, tačiau 2018–2019 m. 25,7% studentų nurodė, kad vartojo elektronines cigaretes. 2013–2014 m. Ontarijuje 11,0% mokinių nurodė vartojantys įprastas cigaretes, o 2018–2019 m. – 7,9 % (57). 2018 m. duomenimis Naujojoje Zelandijoje 17 % suaugusiųjų yra bandę elektronines cigaretes, o 2% yra nuolatiniai vartotojai. Elektroninių cigarečių vartojimo paplitimas buvo didesnis tarp jaunų ir vidutinio amžiaus suaugusiųjų, palyginti su vyresnio amžiaus žmonėmis. Taivane 2015 m. 2,7% asmenų vartojo elektronines cigaretes, Honkonge 2014 m. buvo pranešta apie 2,3% elektroninių cigarečių paplitimą. 2014m. Naujojoje Zelandijoje atlikta 15 metų ir vyresnių respondentų apklausa pranešė, kad elektronines cigaretes yra bandę 13,1% asmenų, o nuolat vartoja 0,8% asmenų (6).

Europos sąjungoje 2020m. Eurobarometro atliktas tyrimas rado jog 6,5% asmenų kada nors vartojo kaitinamąjį tabaką, 1,3% asmenų nuolatiniai kaitinamojo tabako vartotojai, o vartojo jį 0,7% - kasdien. Dabartiniai ir buvę tabako vartotojai dažniau vartojo kaitinamojo tabako produktus nei niekada nevartoję tabako gaminių. 15–24 metų jaunuoliai, palyginti su ≥ 55 metų

amžiaus asmenimis, dažniau vartojo kaitinamojo tabako produktus. Kaitinamojo tabako vartojimo paplitimas svyravo nuo 2,8 % Prancūzijoje iki 14,6 % Čekijos Respublikoje, iš viso septyniose ES šalyse paplitimas viršija 10 %. Šalys, kuriose mažiausiai asmenų yra bandę vartoti kaitinamojo tabako produktus ir yra nuolatiniai vartojai, buvo Danija (atitinkamai 0,3 % ir 0,1 %) ir Švedija (0,4 % ir 0,1 %), o didžiausias paplitimas buvo Čekijoje (3,1 % nuolatiniai vartotojai, 2,5 % vartoja kasdien) ir Kipre (nuolatiniai vartotojai 3,1 % ir 2,3 % vartoja kasdien) (7).

2017m. Didžiojoje Britanijoje atlikto tyrimo duomenimis, 9,3 % asmenų pranešė žinoję apie kaitinamus tabako gaminius, o 1,7 % bandė šiuos gaminius. Iš tų, kurie kada nors bandė šildomo tabako gaminius, 38,7% buvo bandę vieną ar du kartus, o 12,7% vartojo kasdien (6). Kaitinamojo tabako vartojimas Japonijoje išaugo nuo 0,2 % 2015 m. iki 11,3 % 2019 m., tarp 15–69 metų amžiaus dalyvių (58).

JAV PATH tyrimo metu buvo atlikta kaljano vartojimo analizė, kaljano vartojimas patraukė mokslininkų ir sveikatos specialistų dėmesį dėl didėjančio populiarumo tarp jaunų suaugusiųjų (18–24 metų amžiaus) ir su jo naudojimu susijusių pavojų sveikatai. 2009–2010 m. ir 2013–2014 m. pastarųjų 30 dienų kaljano vartojimo paplitimas tarp jaunų suaugusiųjų išaugo nuo 7,8 % iki 18,2 %, o kada nors kaljaną vartojusių asmenų skaičius išaugo nuo 28,6% iki 44,4%. 10,5% asmenų iki 21 metų amžiaus yra kada nors vartoję kaljaną, 4,7 % naudojo kaljaną per 30 paskutines dienas, o 1,2 % vartojo kaljaną reguliariai. 20,4 % asmenų iki 25 metų amžiaus yra kada nors vartoję kaljaną, 10,2 % vartojo kaljaną per paskutines 30 dienų, o 2,1 % vartojo kaljaną reguliariai. Kaljano vartojimo paplitimas auga su vartotojų amžiumi (59).

PATH tyrimo duomenimis JAV cigarų vartojimo paplitimas 2013m. buvo 7,6 % visų suaugusiųjų, 2013 m., palyginus su 2003m. duomenimis vartojimas išaugo, nes 2003m. vartojimo paplitimas buvo 5,5 % visų suaugusiųjų. (60). 2020 m. cigarus JAV vartojo 3,5 % mokinių, maždaug 18,4 % cigarus vartojančių mokinių, cigarus rūkė ≥ 20 dienų per pastarąsias 30 dienų, o 78,8 % pranešė vartoję kelis tabako gaminius (61).

Tabako gaminių vartojimo paplitimas Lietuvoje

Lietuvos gyventojų tabako gaminių vartojimo įpročiai kinta. Lietuvos statistikos departamento duomenimis 2005m. kasdien tabako gaminius vartojo 24,5% gyventojų, kartais 6,5%, 2014m. kasdien tabako gaminius vartojo 20,4% gyventojų, kartais 4,6%, 2019m. kasdien tabako gaminius vartojo 18,4% gyventojų, kartais 4,8%. Taigi, matoma teigiami pokyčiai, vis mažiau gyventojų vartoja tabako gaminius. Dažniau tabako gaminius vartoja vyrai nei moterys, pavyzdžiui 2019m. 29,9% vyrų ir 9,7% moterų vartojo tabako gaminius (62).

2020m. Eurabometro atlikto tyrimo duomenys skiriasi nuo Lietuvos statistikos departamento duomenų. Pagal Eurobarometro tyrimą 28% Lietuvos gyventojų 2020m. vartojo

tradicinius tabako gaminius (cigaretes, cigariles, cigarus, pypkes), Europos sąjungos vidurkis 23%. Lietuvoje vyrauja didelis tabako gaminių vartojimo skirtumas tarp lyčių, 45% vyrų ir 14% moterų vartoja tradicinius tabako gaminius, Europos sąjungoje 26% vyrų 21% moterų vartoja tradicinius tabako gaminius. 83% vartojusių tradicinius tabako gaminius Lietuvoje kasdien vartoja įprastas cigarettes, patys cigarettes sukosi 2%, cigariles vartoja 1% tabako vartotojų. 69% vartojusių tabako gaminius Europos sąjungoje kasdien vartoja įprastas cigarettes, patys cigarettes sukosi 22%, cigariles vartoja 2%, cigarus 1% tabako vartotojų. Elektronines cigarettes Lietuvoje yra bandę 16%, ES 14% gyventojų, kasdien vartoja Lietuvoje 3%, ES 2% gyventojų. Kaitinamojo tabako produktus Lietuvoje yra bandę 10%, ES 6% gyventojų, kasdien vartoja Lietuvoje 2%, ES 1% gyventojų. Kaljaną Lietuvoje vartoja 2% gyventojų, ES 3%. Elektronines cigarettes Lietuvoje dažniausiai vartoja jauni asmenys 15-24m. 37%, 25-39m. 36%. Kaitinamojo tabako produktus taip pat renkasi jauni asmenys 15-24m. 25%, 25-39m. 25%. Tuo tarpu tradicinius tabako gaminius dažniau renkasi vyresni asmenys, didžiausias vartojimas tarp 25-39m. asmenų 39% ir 40- 54m. asmenų 34% (12). Lietuvoje palyginus su Europos sąjunga gyventojai vartoja daugiau tiek tradicinių tabako gaminių, tiek naujų tabako gaminių – elektroninių cigarečių ir kaitinamojo tabako gaminių. Jauni asmenys rečiau renkasi tradicinius tabako gaminius, dažniau renkasi elektronines cigarettes ir kaitinamojo tabako produktus. Galima teigti, kad keičiasi Lietuvos gyventojų tabako gaminių vartojimo įpročiai.

2.3 Tabako gaminių vartojimo priežastys

Tabako gaminių vartojimas yra sudėtingas psichosocialinis ir kultūrinis fenomenas. Tabako gaminių vartojimui turi įtakos keletas veiksnių (9):

- Farmakologiniai ir biologiniai veiksniai. Nikotinas veikia nervų sistemą ir psichiką, tai yra priklausomybę sukianti medžiaga. Reakcija į nikotiną ne visiems vienoda, tai individualus dalykas, kuris nulemia priklausomybės atsiradimą, jos stiprumą, tabako gaminių vartojimo intensyvumą ir kaip lengva ar sunku bus mesti rūkyti.
- Socialiniai veiksniai. Artimoje aplinkoje tabako gaminius vartojantys žmonės formuoja netinkamą elgesio modelį. Ypač daug įtakos pradėti vartoti tabako gaminius turi tabako gaminius vartojantys tėvai ir draugai. Paaugliai ir vaikai gali patirti bendraamžių spaudimą. Taip pat įtaką tabako gaminių vartojimui daro reklamos, matymas filmuose ir socialinėje erdvėje.
- Psichologiniai veiksniai. Tabako gaminių vartotojams būdingas ekstravertiškumas ir neurotiškumas (9).

Asmenys paprastai pabando ir pradeda vartoti tabako gaminius dėl psichologinių ir socialinių veiksnių, o toliau vartoja dėl farmakologinių ir biologinių veiksnių (10) . Pradžioje

tabako gaminiai vartojami dėl draugų įtakos ir norima atrodyti „kietai“, vėliau išsivysto priklausomybė. Tabako gaminius vartojantys asmenys teigia, kad tabako vartojimas padeda nusiraminti, įveikti stresą, susikaupti ir efektyviau dirbti (10). 40 % rūkančiųjų Anglijoje nurodo, kad rūko norėdami įveikti stresą ar nerimą (63). Nėra įrodymų, kad nikotinas padeda įveikti stresą ir nusiraminti, iš tiesų toks rezultatas gaunamas dėl to, kad nevartojus tabako gaminių porą valandų ar daugiau atsiranda abstinencijos požymių ir vėl pavartojus tabako gaminių jie išnyksta todėl vartotojas jaučia palengvėjimą (10). Dar viena tabako vartojimo priežastis yra svorio metimas ar svorio kontrolė. Nikotinas mažina apetitą, todėl padeda mesti svorį ir jį kontroliuoti. Dažnai bandantys mesti vartoti tabako gaminius priauga svorio (64).

PATH tyrimo duomenimis dažniausios priežastys naudoti elektronines cigaretes, kurias nurodė jaunimas ir suaugusieji, buvo smalsumas, bendraamžių įtaka ir galimybė naudoti bet kur. Suaugusieji nurodė labiau į tikslą nukreiptas priežastis, pvz., mesti rūkyti arba sumažinti tabako gaminių vartojimą, taip pat manymas, kad elektroninės cigaretės kenkia sveikatai mažiau nei cigaretės. Papildomos su jaunimo vartojimo priežastys buvo tai, kad vartoti elektronines cigaretes yra „kieta“, jos yra patrauklaus skonio, lengviau paslėpti, jos pigesnės ir neturi cigarečių kvapo (65).

Kaitinamojo tabako produktų populiariausia vartojimo priežastis yra manymas, kad jie yra mažiau kenksmingi nei rūkomasis tabakas (39,5 %), o po to sekė draugų įtaka (28,4 %) ir norėjimas mesti ar sumažinti tabako gaminių vartojimą (28,2 %) (7).

Yra plačiai paplitusi nuomonė, kad elektroninės cigaretės ir kaitinamojo tabako produktai gali padėti sumažinti norą vartoti tabako gaminius tiems, kurie bando mesti rūkyti. Tačiau nėra įtikinamų mokslinių įrodymų, kad elektroninės cigaretės ir kaitinamojo tabako produktai padeda mesti rūkyti (30).

2.4 Tabako gaminių vartojimo ypatumai

Tabako gaminius dažniausiai pradeda vartoti paauglystėje. 90% tabako vartotojų pirmą kartą pabando rūkyti iki 18 metų, o 99 % iki 26 metų (11). Eurobarometro duomenimis Lietuvoje 55% tabaką vartojančių asmenų pradėjo juos vartoti tarp 18 ir 25 metų amžiaus, 25% tarp 15 ir 17 metų amžiaus, 9% iki 15 metų. Eurobarometro duomenimis Europos sąjungoje 38% tabaką vartojančių asmenų pradėjo juos vartoti tarp 18 ir 25 metų amžiaus, 39% tarp 15 ir 17 metų amžiaus, 15% iki 15 metų (12). Lietuvoje dažniausiai pirmiausia asmenys pabando vartoti cigaretes - 87%, sukamo tabako cigaretes – 2%, kaljaną – 7%, elektronines cigaretes 2%, cigarus 1%. Europoje situacija panaši, pirmasis vartotas tabako gaminytis taip pat yra cigaretės- 81%, sukamo tabako cigaretes – 6%, kaljanas – 4%, elektronines cigaretes 2%, cigarus 2% (12).

Tabako produktai su skoniais gali būti mentolio cigaretės, mentolio/mėtų, saldaus skonio (pvz., vaisių / desertų) cigarai, kaljanų tabakas, elektroninės cigaretės ir kaitinamasis tabakas (66). Beveik 80 % jaunų tabako vartotojų vartoja tabako gaminius su skoniais, palyginus tik pusė suaugusių asmenų vartoja tabako gaminius su skoniais. Tabako gaminiai su skoniais populiariausi tarp jaunimo, po to seka jauni suaugusieji ir suaugusieji, vyresni nei 25 metų. Kiekvienoje amžiaus grupėje su skoniais dažniausiai vartojami tabako produktai yra kaljanas, elektroninės cigaretės ir kaitinamojo tabako produktai. Labiausiai paplitę skoniai yra mentolis/mėtos, vaisiai ir saldainiai (13). Populiariausi skoniai tarp elektroninių cigarečių vartotojų buvo vaisių skoniai (47 %), tabakas (36 %) ir mentolis/mėtos (22 %) (6). 2020 m. JAV daugiau nei pusė (58,3 %) cigarus vartojančių mokinių nurodė, kad vartoja cigarus su skoniais, populiariausias vaisių skonis (61,5%), saldainių/desertų (34,0 %) ir mėtų (30,4 %) skoniai (61).

2014 m. atliktas tyrimas parodė, kad 38% tabaką vartojančių asmenų yra politabako vartotojai – 76% nuolatinių cigarečių vartotojų ir 45% elektroninių cigarečių vartotojų vartoja daugiau nei tik šiuos tabako gaminius. Elektroninės cigaretės yra dažnai vartojamos įprastinių cigarečių vartotojų, elektronines cigaretes kada nors yra vartoję maždaug 51% įprastų cigarečių vartotojų, o per pastarąsias 30 dienų – 21 % įprastų cigarečių vartotojų. Įprastų cigarečių vartotojai vis dažniau vartoja kaljaną – maždaug 19 % teigia reguliariai vartojantys kaljaną. Įprastų cigarečių vartotojai vartoja ir kitus tabako gaminius, tokius kaip cigarai ir cigarilės (51).

PATH tyrimo duomenimis 2013m. išskirtinai tik elektroninių cigarečių vartotojų 45% toliau vartojo tik elektronines cigaretes 2015 m., 12,0% perėjo prie išskirtinio įprastinių cigarečių rūkymo, 10,4% pradėjo vartoti ir įprastas cigaretes ir elektronines cigaretes, o 32,6% iš vis nustojo vartoti tabako produktus. Tyrimas taip pat parodė, kad tarp asmenų, kurie 2013 m. vartojo ir elektronines cigaretes ir įprastas cigaretes, 2015m. 44,3% toliau vartojo ir elektroninių cigaretes ir įprastas cigaretes, 43,5% nustojo vartoti elektronines cigaretes ir toliau rūkė įprastas cigaretes, o 12,1% nustojo rūkyti iš vis. Tarp asmenų, kurie 2013 m. vartojo tik įprastas cigaretes, 2015 m. 76,4 % ir toliau rūkė tik cigaretes, 4,3 % pradėjo vartoti ir elektronines cigaretes ir įprastas cigaretes, 1,3% perėjo prie išskirtinių elektroninių cigarečių vartojimo, iš vis nustojo vartoti 18,0%. Daugiau nei pusė (62%) 2013 m. eksperimentuojančių cigarečių vartotojų 2015 m. metė rūkyti, o 1,8 % perėjo prie išskirtinio elektroninių cigarečių vartojimo (52).

2.5 Žmonių nuostatos ir žinios apie tabako gaminius

PATH tyrimo duomenimis daugiausia asmenų mano, kad „labiausiai žalingas“ sveikatai tabako gaminytis yra cigaretės (84,8%), o mažiausiai – elektroninės cigaretės (26,6%). Asmenys buvo klausiami, kurie tabako produktai yra „kenksmingesni“ už cigaretes, daugiausiai atsakė - cigarai (30,6%), o mažiausiai – elektroninės cigaretės (5,1%). Asmenys, kurie 2013m.

elektronines cigaretes, kaljaną ir kaitinamąjį tabaką laikė „mažiau kenksmingais“ nei cigaretės, buvo labiau linkę išbandyti šiuos tabako gaminius 2015m. (64). PATH tyrimo duomenis JAV suaugusių asmenų dalis, kurie mano, kad elektronines cigaretes yra mažiau kenksmingos nei įprastos cigaretės, kasmet mažėjo nuo 41,1% 2013–2014 m., 31,5% 2014–2015 m. ir 25,3% 2015–2016 m.(67). Tokia pat tendencija matoma ir Didžiojoje Britanijoje, suvokiama elektroninių cigarečių žala sveikatai didėja, 2017 metais 44,2% žmonių suvokė elektronines cigaretes kaip mažiau žalingas nei įprastos cigaretės, tai yra mažiausias užfiksuotas procentas nuo stebėjimo pradžios 2013 m., 22,7% manė, kad elektroninės cigaretės yra tokios pat žalingos kaip įprastos cigaretės ir 3,1% manė, kad elektroninės cigaretės yra labiau žalingos už įprastas cigaretes, šis procentas yra didžiausias nuo 2013m. (7). 2017m. Eurobarometro tyrimas parodė, kad 22 iš 28 tirtų Europos šalių mažiausiai pusė respondentų sutiko, kad elektroninės cigaretės yra kenksmingos ir septyniose iš šių šalių daugiau nei trys ketvirtadaliai pateikė tokį atsakymą (Estija 75%, Liuksemburgas ir Kipras 76%, Danija 79%, Latvija 80%, Lietuva 80%, Suomija 81% ir Nyderlandai 85%). Taigi, respondentų, manančių, kad elektroninės cigaretės yra žalingos sveikatai, dalis nuo ankstesnės apklausos išaugo beveik visose šalyse (7).

2018m. Kanadoje atliktas tyrimas parodė, kad 53,7 % respondentų mano jog IQOS yra toks pat žalingas arba labiau kenksmingas nei elektroninės cigaretės, 22,7 % teigė, kad IQOS yra mažiau kenksmingas nei elektroninės cigaretės. 65,7% respondentų elektronines cigaretes suvokė kaip mažiau kenksmingas nei įprastos cigaretes, tačiau tik pusė (48,1%) suvokė IQOS kaip mažiau kenksmingą produktą nei cigaretes (68). 2018m. Japonijoje atliktas tyrimas rado, kad tarp tabako gaminius vartojančių asmenų 47,5% mano, kad kaitinamojo tabako produktai yra mažiau žalingi nei cigaretės, 24,6% mano, kad kaitinamojo tabako produktai yra tokie pat žalingi, 1,8% mano, kad kaitinamojo tabako produktai yra žalingesni nei cigaretės. Kaitinamojo tabako vartotojai dažniau už įprastų cigarečių vartotojus mano, kad kaitinamojo tabako produktai yra mažiau žalingi sveikatai nei įprastos cigaretės (69).

2.6 Tabako gaminių reglamentavimas

PSO yra sukūrusi Tabako kontrolės konvenciją, į kurią atsižvelgiant yra kuriami ir koreguojami ES ir nacionaliniai, tame tarpe ir Lietuvos, tabako kontrolės įstatymai (70). Šiuo metu šią sutartį yra ratifikavusios 182 šalys (20).

Šioje konvencijoje (70) rašoma apie:

- Tabako gaminių kainų didinimo svarbą. Tabako mokesčiai yra ekonomiškiausias būdas sumažinti tabako vartojimą ir sveikatos priežiūros išlaidas. Mokesčių padidinimas turi būti pakankamai didelis, kad kainos pakiltų virš pajamų augimo. Padidėjus tabako kainoms

10%, dideles pajamas gaunančiose šalyse tabako vartojimas sumažėja apie 4%., o mažas ir vidutines pajamas gaunančiose šalyse – apie 5% (20).

- Apsaugą nuo tabako dūmų poveikio (pasyvaus rūkymo)
- Tabako gaminių sudėties reguliavimą
- Tabako gaminių pakavimą ir ženklimą. Tyrimai rodo, kad vaizdiniai įspėjimai gerokai padidina žmonių supratimą apie tabako vartojimo žalą (20).
- Švietimą, komunikaciją ir visuomenės informavimą. Žiniasklaidos kampanijos gali sumažinti tabako paklausą, skatindamos nerūkantiųjų apsaugą ir įtikindamos žmones mesti vartoti tabaką (20).
- Tabako reklamos ir rėmimo draudimą
- Paklausos mažinimo priemonės
- Kontrabandos kontrolę

2014 metais Europos Parlamentas ir Europos sąjungos taryba priėmė Tabako produktų direktyvą (2014/40/EU) (71). Direktyvoje nustatomos taisyklės, reglamentuojančios tabako ir susijusių gaminių gamybą, pateikimą ir pardavimą.

Pagrindiniai direktyvos reikalavimai:

- Draudžia specifinio skonio cigaretes ir sukimui skirtą tabaką
- Reikalaujama, kad tabako pramonė praneštų ES šalims apie tabako gaminiuose naudojamas sudedamąsias dalis
- Reikalauja įspėjimų apie pavojų sveikatai ant tabako ir susijusių gaminių: kombinuoti įspėjimai apie pavojų sveikatai (paveikslėlis, tekstas ir informacija, kaip mesti) turi padengti 65 % cigarečių ir susisukamo tabako pakelių priekio ir galo.
- Draudžia reklaminę ir klaidinančią informaciją ant tabako gaminių, elektroninių cigarečių ir kitų tabako produktų
- ES taikomas tabako gaminių sekimas, siekiant kovoti su neteisėta prekyba tabako gaminiais
- Leidžia ES šalims uždrausti prekybą tabaku ir tabako gaminiais internetu
- Nustato elektroninių cigarečių saugos ir kokybės reikalavimus
- Įpareigoja gamintojus ir importuotojus informuoti ES šalis apie naujus tabako gaminius prieš pateikiant juos į ES rinką

Pagrindinis Lietuvos tabako kontrolę reglamentuojantis teisės dokumentas yra „Lietuvos Respublikos tabako, tabako gaminių ir su jais susijusių gaminių kontrolės įstatymas“ (72).

Valstybės tabako, tabako gaminių ir susijusių gaminių kontrolės politikos principai yra:

1. Ginti žmogaus teises į aplinką be tabako dūmų
2. Mokesčiais ir kitomis valstybinio reglamentavimo priemonėmis mažinti tabako gaminių ir susijusių gaminių prieinamumą, ypač nepilnamečiams asmenims
3. Drausti naudoti valstybės ir savivaldybių biudžetų lėšas tabako auginimui, jo gaminių gamybai, prekybai, importui ir įvežimui plėtoti
4. Valstybinio teisinio reglamentavimo priemonėmis užtikrinti, kad dalis valstybės biudžeto lėšų, gautų iš tabako gaminių ir susijusių gaminių gamybos, importo ir prekybos, būtų skiriama sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo programoms rengti ir įgyvendinti
5. Drausti tabako gaminių ir susijusių gaminių reklamą
6. Drausti tabako gaminių ir su jais susijusių gaminių įsigijimo ir (ar) vartojimo skatinimą bei rėmimą bet kokia forma ir bet kokiomis priemonėmis
7. Didinti visuomenės informuotumą apie tabako gaminių ir susijusių gaminių vartojimo daromą žalą žmonių sveikatai, taip pat socialinę ir ekonominę žalą valstybei
8. Skatinti rūkančius asmenis mesti rūkyti ir teikti jiems pagalbą
9. Vykdyti tabako, tabako gaminių ir susijusių gaminių kontrolę ir stebėseną (monitoringą)
10. Remti socialinę reklamą, nerūkymo propagavimą per visuomenės informavimo priemones
11. Siekti sukurti darbo, poilsio ir gyvenamąją aplinką be tabako dūmų
12. Nustatant ir įgyvendinant su tabako kontrole susijusias politikos kryptis, apsaugoti jas nuo komercinių ir kitų tabako pramonės interesų (72)

Po priėmimo Įstatymas buvo ne kartą keistas, naujaisi aktualūs pakeitimai :

- 2016 metų gegužės mėnesį buvo uždrausta prekiauti cigaretėmis su pridėtinu kvapu ar skoniu.
- 2022 metų liepos mėnesį buvo uždrausta prekiauti elektroninėmis cigaretėmis su pridėtinu kvapu ar skoniu.

3. TYRIMO METODIKA

Literatūros paieškos strategija: Literatūros paieška vykdoma naudojant PubMed ir Google scholar internetines duomenų bazes. Paieškos efektyvumui užtikrinti naudojami MeSH terminai.

Tyrimo tipas: Analitinis pjūvinis tyrimas.

Tyrimo populiacija: Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto studentai.

Tyrimo imtis: Iš viso Vilniaus Universiteto Medicinos fakultete studijuoja 4228 studentai. Apskaičiuota tyrimo imtis yra 353, imtis paskaičiuota Raosoft svetainėje pagal populiacijos dydį, pasirinkus 5% paklaidą ir 95% tikimybę. Atliekama netikimybinė proginė atranka, anketa platinama elektroninėje erdvėje. Išanalizuotos 353 tinkamos anketos. Tyrime dalyvavo 304 (86%) moterys ir 49 (14%) vyrai. Tiriamieji buvo 18-52 metų, 1-6 kurso Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto studentai.

Tyrimo metodika

Tyrimas atliktas 2022 metų Spalio – 2023 metų Sausio mėnesiais. Pasirinktas tyrimo metodas – anketinė apklausa. Naudotas PATH tyrimo (The Population Assessment of Tobacco and Health) klausimynas, išrinkti tik aktualūs tyrimui klausimai ir pridėta keletas papildomų klausimų, kad būtų galima geriau atskleisti tyrimo problemą. Kadangi naudotas tarptautinis PATH tyrimo klausimynas, atlikti pilotinį tyrimą (dėl klausimų tamprumo) yra netikslinga. Klausimyną sudaro 44 klausimai (1 priedas). Gyventojų tabako ir sveikatos vertinimo (PATH) tyrimas yra ilgalaikis tabako vartojimo ir sveikatos tyrimas Jungtinėse Valstijose. Šis tyrimas sukurtas bendradarbiaujant JAV maisto ir vaistų administracijai (FDA), Tabako produktų centrui, Nacionaliniam sveikatos institutui (NIH) ir Nacionaliniam piktnaudžiavimo narkotikais institutui (NIDA). PATH tyrimas padeda stebėti ir vertinti elgesį, požiūrį, biologinius žymenis ir sveikatos rezultatus, susijusius su tabako vartojimu. Klausimyno pradžioje pristatytas tyrimo tikslas tam, kad studentai suprastų tyrimo svarbą. Anketoje studentai atsakė į 5 klausimus apie savo demografinius duomenis - amžių ir lytį, fakultetą, kursą ir darbo statusą, toliau sekė klausimai apie tabako gaminių vartojimo paplitimą, vartojimo ypatumus ir jų kaitą. Klausimai atskleidė, kokius tabako gaminius studentai vartojo dabar ir prieš 3 metus, kaip dažnai juos vartojo, kokios vartojimo priežastys, taip pat buvo užduoti klausimai, kurie atskleidė studentų požiūri/žinias/nuostatas į tabako gaminius bei jų kaitą.

Duomenų analizė

Tyrimo šaltiniai – anketinės apklausos metu surinkti duomenys. Tyrimo duomenims apdoroti naudoti įprastiniai aprašomosios ir išvadų statistikos metodai.

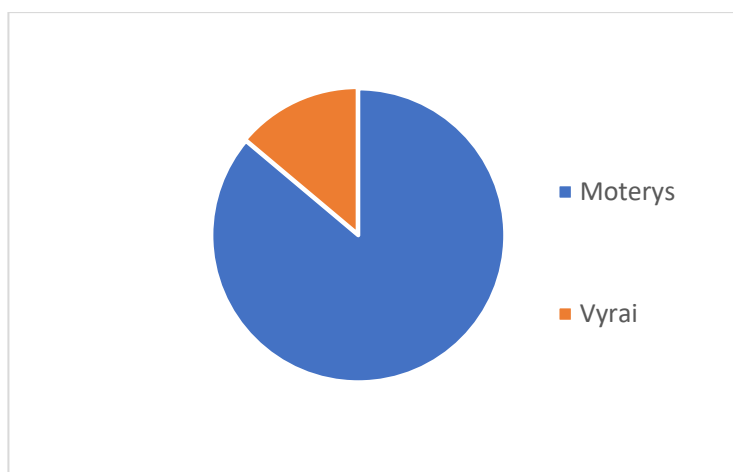
Skaitmeniniams duomenims nustatomas skirstinio normalumas, kai skirstinys normalus skaičiuojamas vidurkis ir standartinis nuokrypis (SN). Kategoriniai duomenys apibūdinami santykiniais dažniais. Paplitimo įverčiams įvertinti skaičiuoti 95% pasikliautiniai intervalai (95 % PI). Statistiniai ryšiai tarp požymių vertinti remiantis chi kvadrato (χ^2) kriterijumi. Statistinio reikšmingumo lygmuo – $\alpha = 0,05$, rezultatai statistiškai reikšmingi, kai $p \leq \alpha$. Duomenų analizės metu lyginami tabako gaminius vartoję studentai su niekada tabako gaminių nevartojusiais studentais, analizuojamas skirtingų tabako gaminių vartojimo paplitimas, vartojimo ypatumai ir nuostatos prieš 3metus ir dabar, lyginami vyrai su moterimis. Duomenims tvarkyti ir statistinei analizei atlikti naudojamos „Microsoft Excel 2019“ ir „R“ programos.

Etikos principai

Prieš atliekant apklausą studentai buvo supažindinti su tyrimo tikslu ir rezultatų panaudojimu. Buvo užtikrintas studentų anonimiškumas ir konfidencialumas.

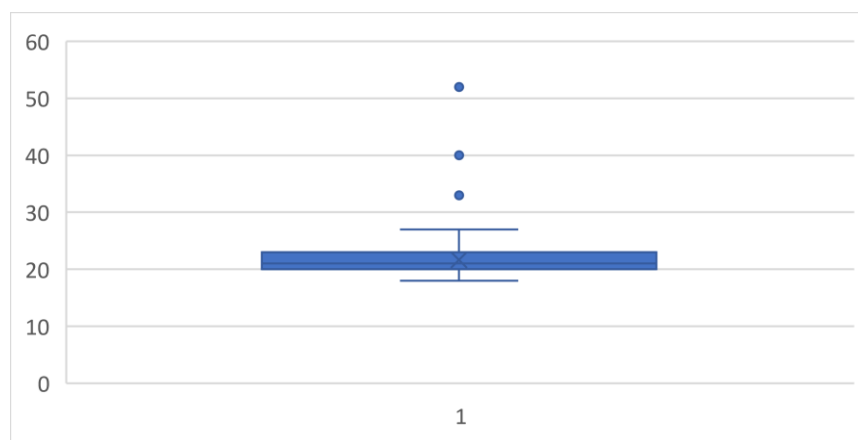
4. TYRIMO REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS

Tyrimė dalyvavo 353 Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto studentai, iš jų 86% (n=304) moterys ir 14% (n=49) vyrai (1 pav.).



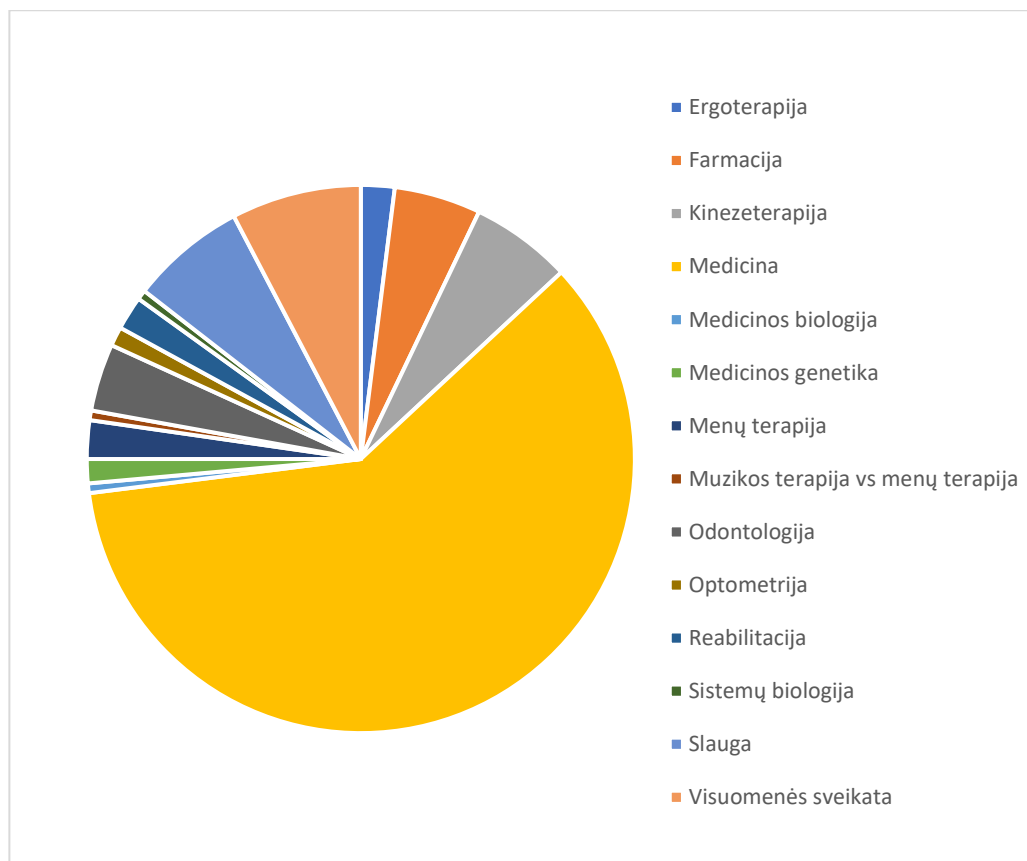
1 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį

Tiriamųjų amžiaus vidurkis – 21,6 metai, standartinis nuokrypis – 3 metai. Jauniausi respondentai buvo 18 metų, vyriausias 52 metų amžiaus. Daugiausiai respondentų priklauso 20 – 23 metų amžiaus grupei (2 pav.).



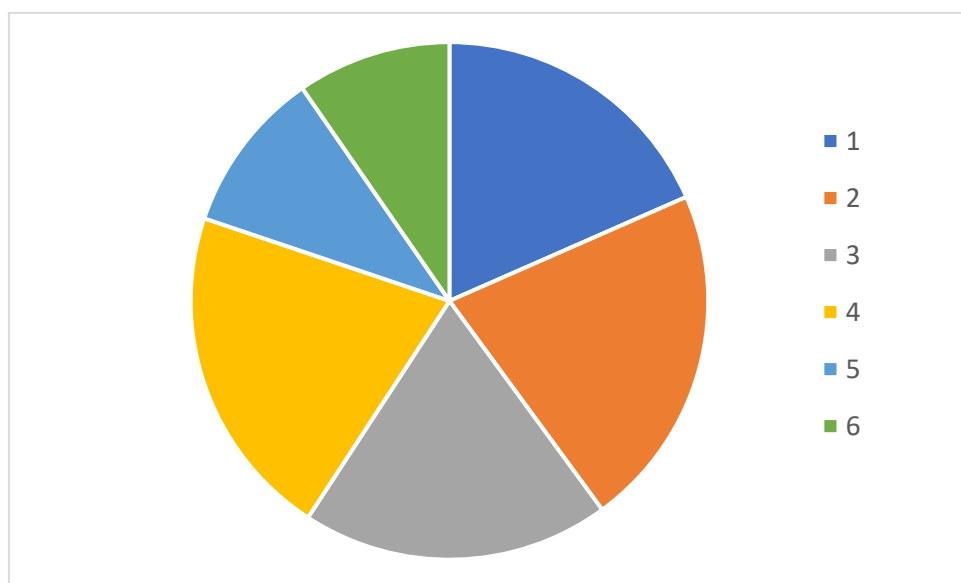
2 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal amžių

Didžioji dalis tyrimo dalyvių studijuoja mediciną – 60% (n=211) studentų, 8% (n=27) studentų studijuoja visuomenės sveikatą, 7% (n=24) apklaustų studentų studijuoja slaugą, 6% (n=21) kineziterapiją, 5% (n=18) farmaciją, 4% (n=14) odontologiją. Mažiausiai apklaustųjų studijuoja ergoterapiją 2% (n=7), reabilitaciją 2% (n=7), menų terapiją 2% (n=8), medicinos genetiką 1% (n=5), optometriją 1% (n=4), sistemų biologiją 1% (n=2), muzikos terapija vs menų terapija 1% (n=2), medicinos biologiją 1% (n=2) apklaustų studentų (3 pav.).



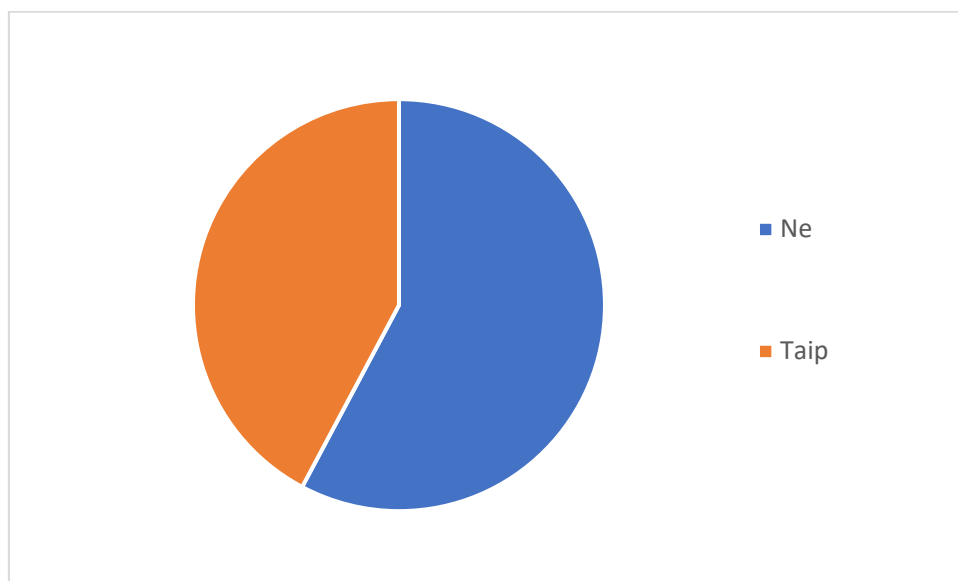
3 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal universitetą

Studentų pasiskirstymas pagal kursą, kuriama studijuoja, pakankamai tolygus. Pirmame kurse mokosi – 18% (n=65) studentų, antrame kurse mokosi – 22% (n=76), trečiame – 19% (n=68), ketvirtame – 21% (n=74) studentų. Penktame kurse arba magistro pirmame kurse studijuoja 10% (n=36) studentų, šeštame kurse arba magistro antrame kurse studijuoja 10% (n=34) studentų (4 pav.).



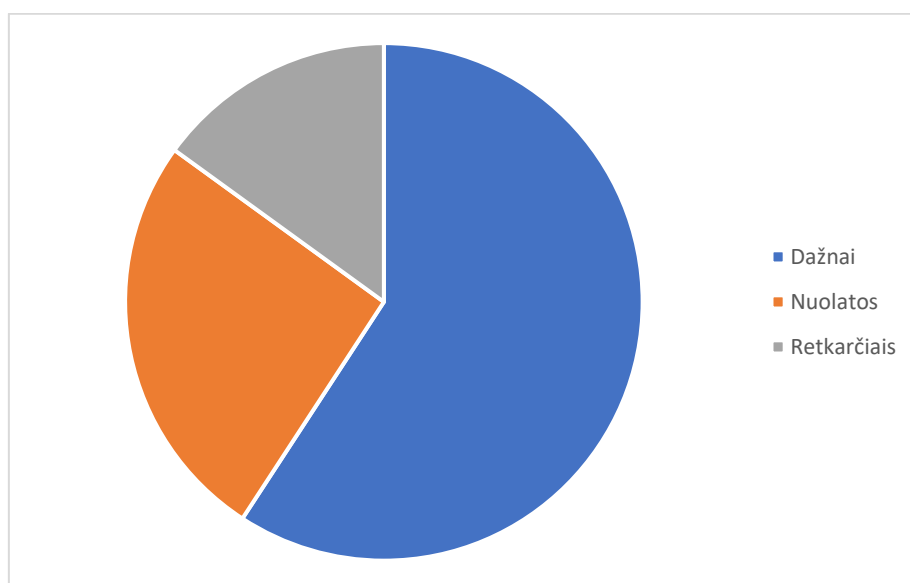
4 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal kursą

Dauguma apklaustų studentų 58% (n=204) nedirba, dirba 42% (n=149) studentų (5 pav.).



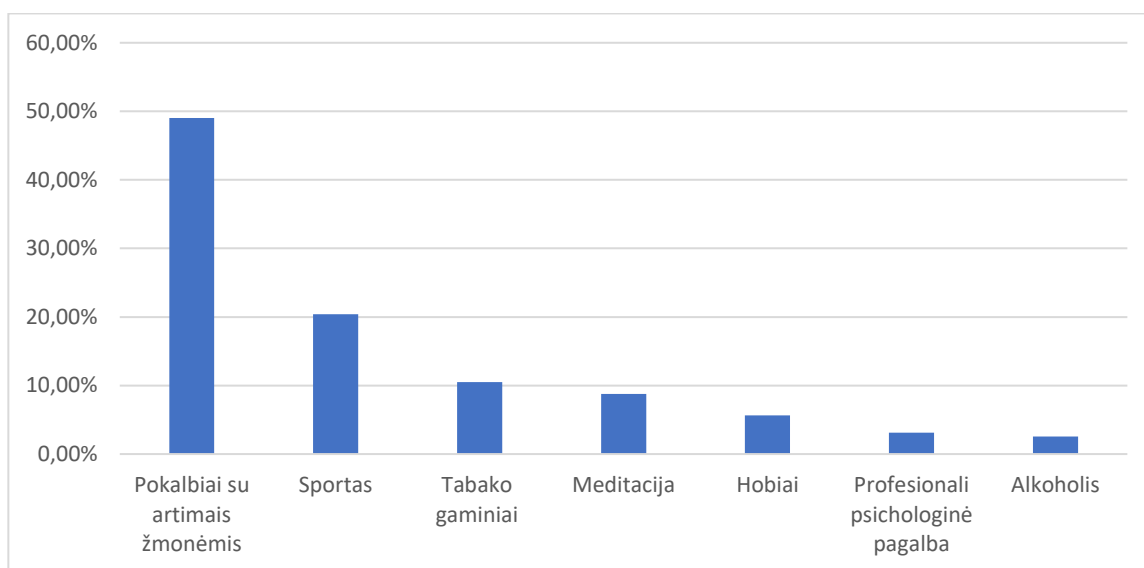
5 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal darbo statusą

Tyrimo dalyvių buvo prašoma nurodyti kaip dažnai patiria stresą, įtampą ar nerimą. 59% (n=209) studentų stresą, įtampą ar nerimą nurodė patiriantys dažnai, nuolatos stresą, įtampą ar nerimą patiria 26% (n=91) studentų, 15% (n=53) studentų patiria stresą, įtampą ar nerimą retkarčiais. Klausimyne į klausimą, „kaip dažnai patiriate stresą/įtampą/nerimą?“ vienas iš galimų atsakymo variantų buvo „niekada“, šio varianto nepasirinko nei vienas studentas (6 pav.) Stresas/nerimas/įtampa yra veiksniai, kurie gali paskatinti asmenis vartoti tabako gaminius. 40 % tabako vartotojų Anglijoje nurodo, kad šiuos gaminius vartoja norėdami įveikti stresą ar nerimą (63).



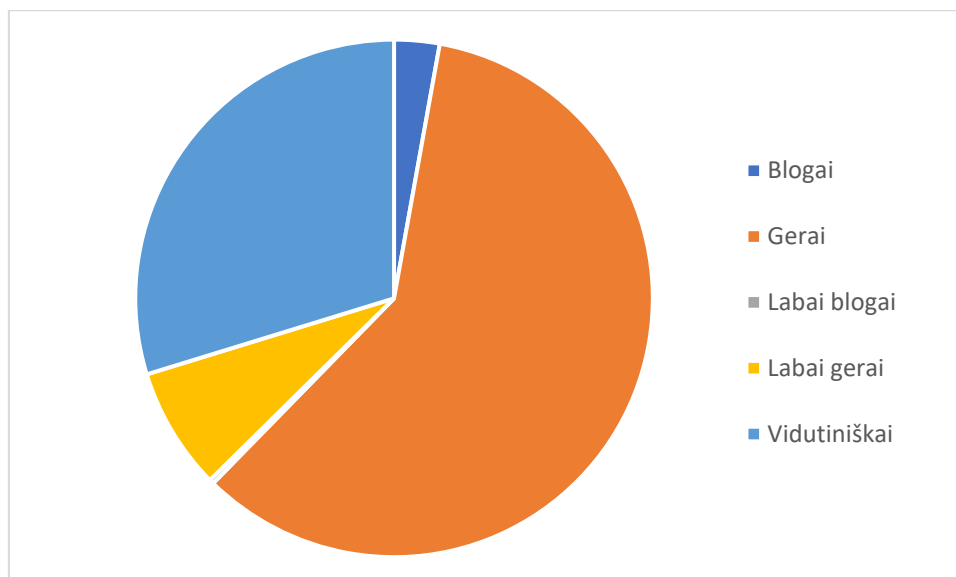
6 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal streso, įtampos ir nerimo patyrimą

Universitete stresas yra kasdienis dalykas, kaip rodo apklausos duomenys, dauguma studentų stresą patiria dažnai ar nuolatos. Visiškai išvengti streso nėra įmanoma, todėl labai svarbu mokėti sutvarkyti su patiriamu stresu sveikatai palankiais būdais. Apklausos metu studentai nurodė, kas jiems geriausiai padeda valdyti stresą. Didžioji dalis studentų nurodė valdantys stresą sveikatai palankiais būdais – 49% studentų nurodė, kad geriausiai stresą jiems padeda valdyti pokalbiai su artimais žmonėmis, 20,1% studentų atsakė, kad stresą padeda sumažinti sportas, 8,8% studentų nurodė, kad stresą valdyti padeda meditacija, 5,6% - hobiai, 3,1% studentų valdo stresą pasitelkiant profesionalią psichologų pagalbą. Kita studentų dalis atskleidė stresą bandantys valdyti sveikatai nepalankiais būdais – 10,5% studentų atsakė, kad jiems stresą valdyti padeda tabako gaminiai, 2,6% studentų- alkoholis (7 pav.).



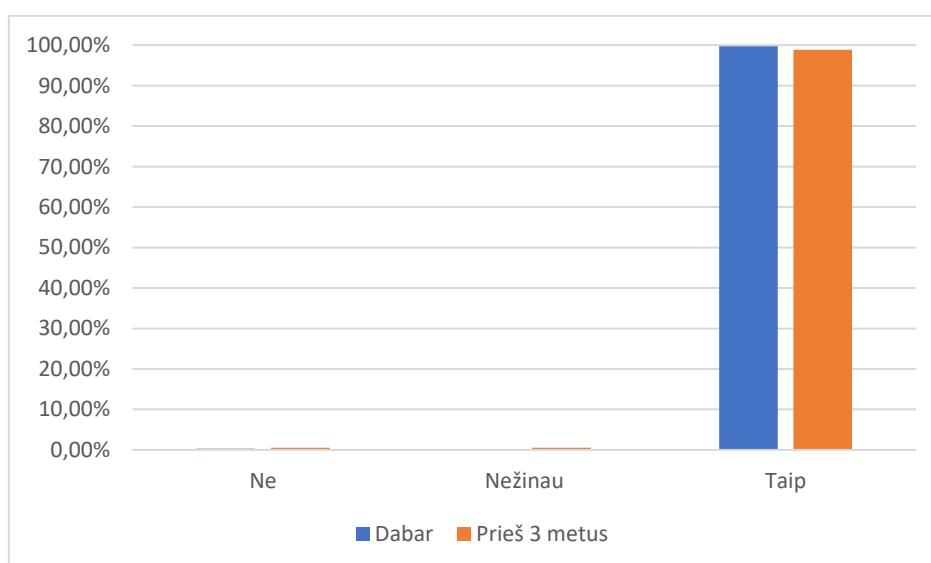
7 pav. Streso valdymo būdai

Tyrimo dalyvių buvo prašoma įvertinti savo sveikatos būklę, dauguma 59% (n=210) dalyvių mano, jog jų sveikatos būklė yra gera, 30% (n=105) studentų mano, kad jų sveikatos būklė – vidutiniška, 8% (n=27) – labai gera, 3% (n=10)- bloga ir 0,3% (n=1), kad jų sveikatos būklė yra labai bloga (8pav.). Taigi, tyrimo dalyviai savo sveikatą vertina palankiai.



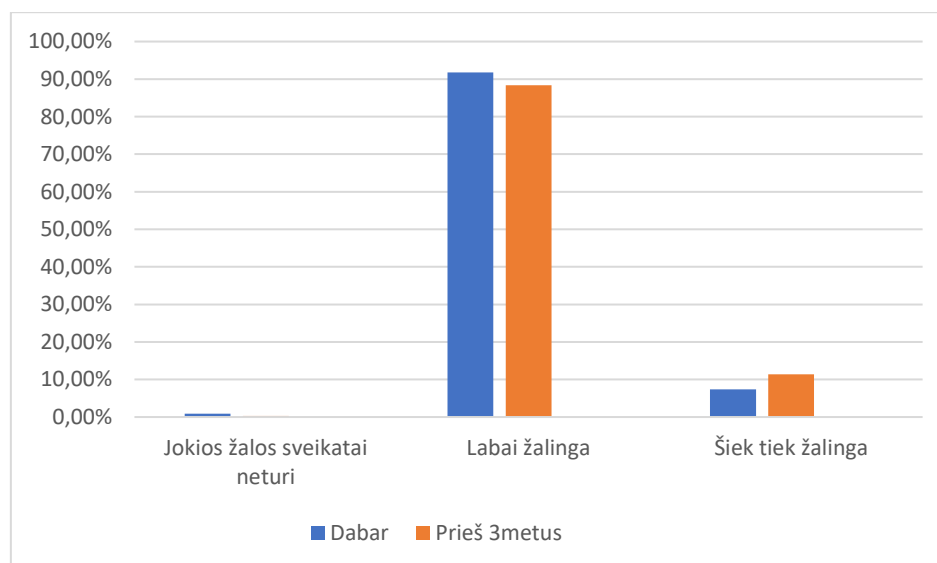
8 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal savo sveikatos vertinimą

Tyrimo dalyvių buvo klausama ar jų manymu tabako gaminiai (cigaretės, kaitinamojo tabako produktai (Iqos, Glo), elektroninės cigaretės, kaljanas, pypkės, cigarai) gali sukelti priklausomybę, taip pat buvo klausama kaip tyrimo dalyviai manė prieš 3 metus, norint pamatyti nuomonės kaitą. Tyrimo dalyviai praktiškai vienbalsiai atsakė, „taip“ – tabako gaminiai gali sukelti priklausomybę. Prieš 3 metus 98,8% (n=349) studentų atsakė, kad tabako gaminiai gali sukelti priklausomybę, 0,6% (n=2) nežino ar tabako gaminiai gali sukelti priklausomybę ir 0,6% (n=2) mano jog tabako gaminiai negali sukelti priklausomybės. Paklauius, kokia studentų nuomonė yra dabar, atsakymai liko labai panašūs, 99,7% (n=352) studentų atsakė, kad tabako gaminiai gali sukelti priklausomybę ir 0,3% (n=1) mano jog tabako gaminiai negali sukelti priklausomybės (9pav.).



9 pav. Tyrimo dalyvių nuomonė šiuo metu ir prieš 3metus atsakius į klausimą „ar tabako gaminiai gali sukelti priklausomybę?“

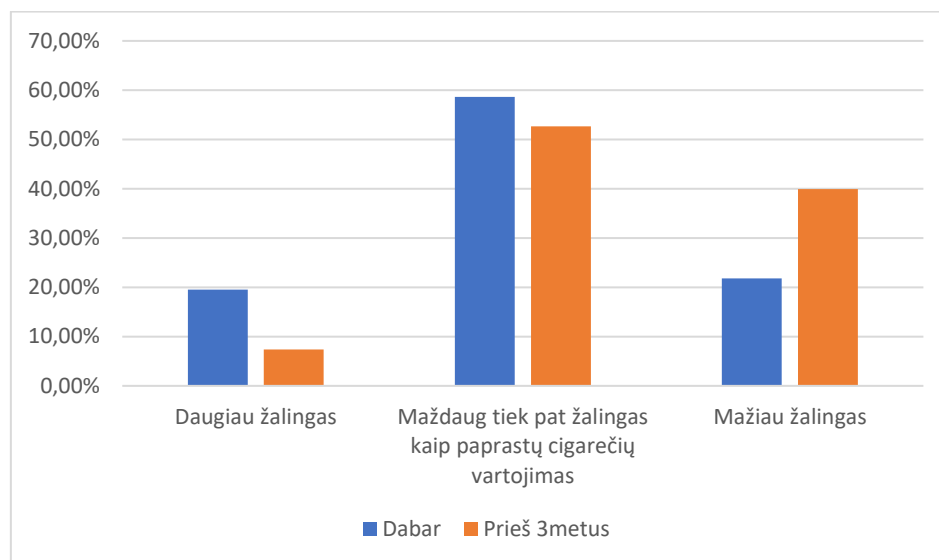
Tyrimo dalyvių buvo paklausta, dabartinė jų nuomonė ir kokia dalyvių nuomonė buvo prieš 3metus, kaip žalinga sveikatai yra vartoti tabako gaminius. Dalyvių nuomonė neženkliai, bet pakito, prieš 3metus 88,4% (n=312) studentų atsakė, kad vartoti tabako gaminius yra labai žalinga, dabar taip mano 91,8% (n=323) studentų. Prieš 3metus 11,2% (n=40) studentų atsakė, kad tabako gaminius vartoti šiek tiek žalinga sveikatai, dabar taip mano 7,4% (n=26) studentų. Prieš 3 metus 0,3% (n=1) studentų manė jog jokios žalos tabako gaminiai sveikatai nedaro, dabar tokią nuomonę turi 0,9% (n=3) studentų (10 pav.). Situacija iš vienos pusės šiek tiek pagerėjo, dabar daugiau studentų mano, jog vartoti tabako gaminius yra labai žalinga, iš kitos pusės keletas studentų pradėjo manyti, kad tabako gaminiai nedaro jokios žalos sveikatai.



10 pav. Tyrimo dalyvių nuomonė šiuo metu ir prieš 3metus atsakius į klausimą „kaip žalinga yra vartoti tabako gaminius?“

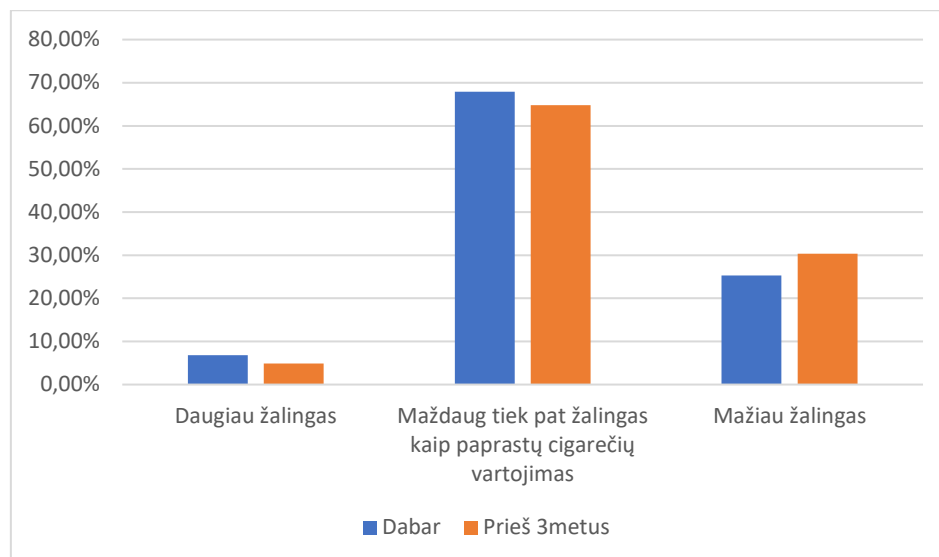
Respondentams buvo užduotas klausimas „Kaip manote, ar elektroninių cigarečių vartojimas yra maždaug tiek pat, mažiau ar daugiau žalingas nei paprastų cigarečių?“. Šiame klausime matoma nuostatų apie tabako gaminius kaita. Prieš 3 metus 39,9% (n=141) studentų manė, kad elektroninės cigaretės yra mažiau žalingos už paprastas cigaretes, dabar taip mano 21,8% (n=77) studentų. Prieš 3metus 7,2% (n=26) studentų manė jog elektroninės cigaretės yra labiau žalingos už paprastas cigaretes, taip manančių studentų padaugėjo, dabar taip mano 19,6% (n=69) studentų. Studentų manančių, jog elektroninių cigarečių vartojimas yra maždaug toks pat žalingas sveikatai, kaip ir paprastų cigarečių vartojimas stipriai nepakito, prieš 3 metus taip mane 52,7% (n=186), dabar 58,6% (n=207) studentų (11 pav.). Taigi, manančių jog elektroninių cigarečių vartojimas yra mažiau žalingas sveikatai už įprastų cigarečių sumažėjo per pusę, o manančių, kad elektroninių cigarečių vartojimas yra labiau žalingas sveikatai už įprastų cigarečių padaugėjo beveik tris kartus. Toks nuostatų pokytis nėra teigimas, rodo prastą studentų informuotumą apie tabako gaminių žalą sveikatai, blogą informacijos sklaidą. Gauti tyrimo rezultatai nestebina, nes tokios pat tendencijos vyrauja visame pasaulyje. PATH tyrimo duomenis

JAV asmenų manančių, kad elektronines cigaretes yra mažiau kenksmingos nei įprastos cigaretės, kasmet mažėjo nuo 41,1% 2013–2014 m., 31,5% 2014–2015 m. ir 25,3% 2015–2016 m.(67). Tokia pat tendencija matoma ir Didžiojoje Britanijoje (7). Moksliniai tyrimai rodo, kad elektroninės cigaretės yra mažiau kenksmingos nei įprastos cigaretės. 2014 metais atliktame tyrime mokslininkai nustatė, kad toksiškų medžiagų, pavyzdžiui formaldehido, acetaldehido, kiekis elektroninėse cigaretėse bent 2 kartus mažesnis nei įprastų cigarečių dūmuose (31).



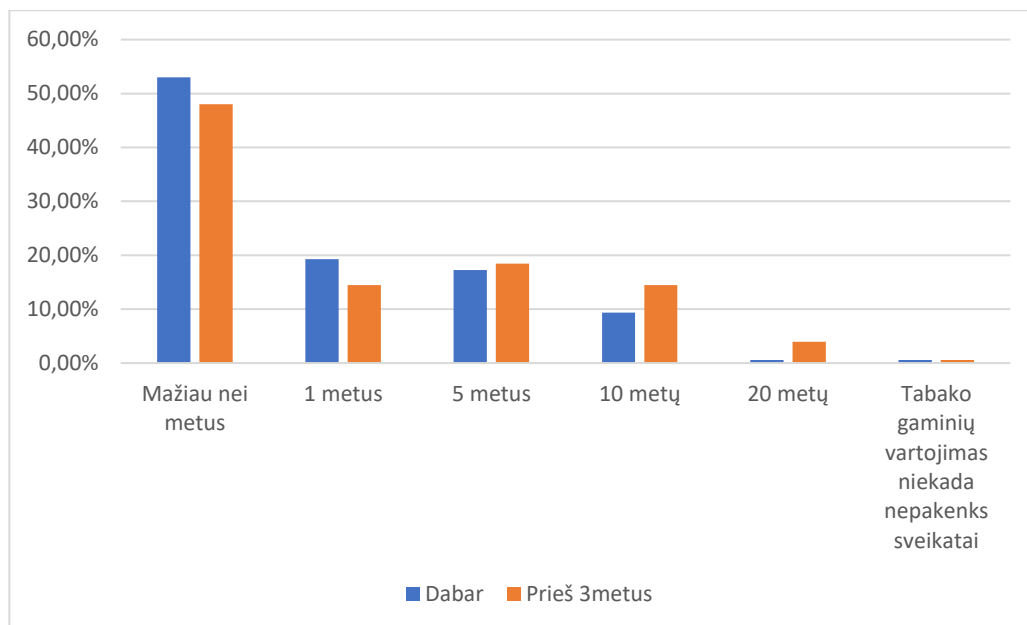
11 pav. Tyrimo dalyvių nuomonė šiuo metu ir prieš 3metus atsakius į klausimą „Kaip manote, ar elektroninių cigarečių vartojimas yra maždaug tiek pat, mažiau ar daugiau žalingas nei paprastų cigarečių?“

Studentų buvo klausiama „Kaip manote, ar kaitinamojo tabako produktų vartojimas yra maždaug tiek pat, mažiau ar daugiau žalingas nei paprastų cigarečių?“. Šio klausimo atsakymuose taip pat matoma nuostatų apie tabako gaminius kaita. Prieš 3 metus 30,4% (n=106) studentų manė, kad kaitinamojo tabako produktai yra mažiau žalingi už paprastas cigaretes, dabar taip mano 25,3% (n=89) studentų. Prieš 3 metus 4,9% (n=17) studentų manė jog kaitinamojo tabako produktų vartojimas yra labiau žalingas už paprastų cigarečių vartojimą, dabar taip mano 6,8% (n=24) studentų. Prieš 3 metus 64,8% (n=226) studentų manė, jog kaitinamojo tabako produktų vartojimas yra maždaug toks pat žalingas sveikatai, kaip paprastų cigarečių, dabar taip mano 67,9% (n=239) studentų (12 pav.). Matome, kad pasitikėjimas kaitinamojo tabako produktais taip pat sumažėjo, tik ne taip drastiškai kaip pasitikėjimas elektroninėmis cigaretėmis, tai nėra teigiamas pokytis, nes kaitinamojo tabako produktai iš ties yra mažiau žalingi sveikatai nei paprastos cigaretės. Nustatyta, kad kaitinamojo tabako gaminiai išskiria mažesnes cheminių junginių koncentracijas palyginti su tradicinėmis cigaretėmis, pvz. kancerogenų kaitinamajame tabake yra maždaug 80–99% mažiau nei įprastose cigaretėse, policiklinių aromatinių angliavandenilių ir anglies monoksido kaitinamojo tabako produktuose yra 90 % mažiau nei įprastose cigaretėse (17).



12 pav. Tyrimo dalyvių nuomonė šiuo metu ir prieš 3metus atsakius į klausimą „Kaip manote, ar kaitinamojo tabako vartojimas yra maždaug tiek pat, mažiau ar daugiau žalingas nei paprastų cigarečių?“

Tyrimo dalyviai atsakė į klausimą, kaip mano dabar ir kaip mane prieš 3metus „Kiek laiko žmogus turi vartoti tabako gaminius, kad tai pakenktų jo sveikatai?“. Prieš 3 metus 48% (n=169) studentų manė, kad tabako gaminiai pakenkia sveikatai per mažiau nei metus, dabar taip mano 53% (n=187) studentų. Prieš 3 metus 15,5% (n=51) studentų manė, kad tabako gaminiai pakenkia sveikatai per 1 metus laiko, dabar taip mano 19,3% (n=68) studentų. Prieš 3 metus 18,5% (n=65) studentų manė, jog tabako gaminiai pakenkia sveikatai per 5 metus laiko, dabar taip mano 17,3% (n=61) studentų. Prieš 3 metus 14,5% (n=51) studentų manė, jog tabako gaminiai pakenkia sveikatai per 10 metų, dabar taip mano 9,4% (n=33) studentų. Sumažėjo studentų manančių, kad tabako gaminiai pakenkia sveikatai per 20 metų, prieš 3 metus taip manė 4,0% (n=14) studentų, dabar taip mano 0,6% (n=2) studentų. Na ir studentų manančių, kad tabako gaminiai niekada nepakenks sveikatai skaičius nepakito, tiek prieš 3metus, tiek dabar taip mano 0,6% (n=2) studentų (13 pav.). Analizuojant atsakymus į šį klausimą, matomas teigiamas pokytis, daugiau studentų mano, kad tabako gaminiai pakenkia sveikatai per mažiau nei metus ar metus laiko ir mažiau studentų mano, kad reikia vartoti tabako gaminius ilgą laiką, tai yra 10 ar 20 metų, kad jie padarytų žalą sveikatai.

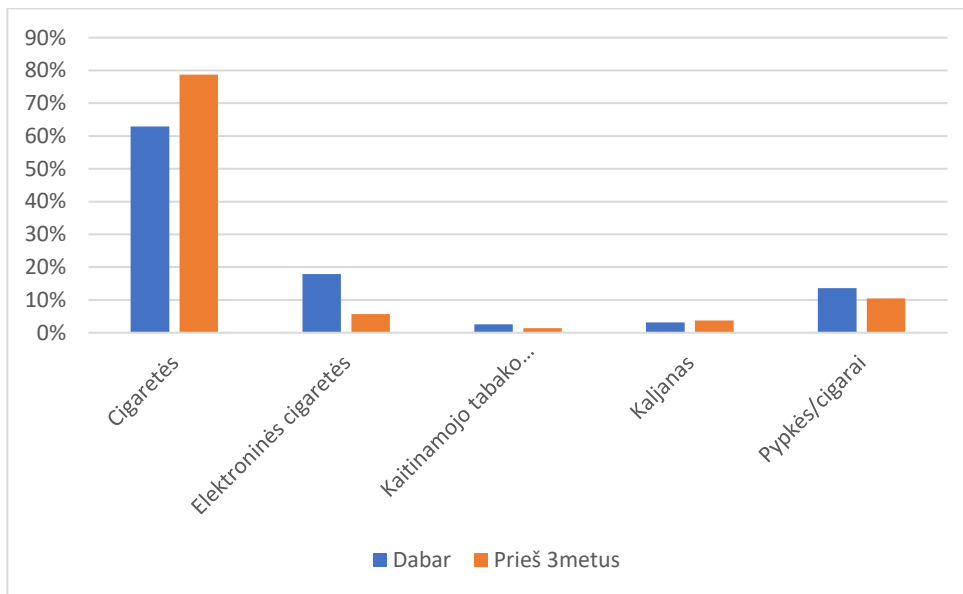


13 pav. Tyrimo dalyvių nuomonė šiuo metu ir prieš 3metus atsakius į klausimą „Kaip manote, kiek laiko žmogus turi vartoti tabako gaminius, kad tai pakenktų jo sveikatai?“

Tyrimo dalyvių buvo paklausta „kuris tabako gaminys labiausiai kenkia sveikatai?“, kokia jų nuomonė dabar ir kokia buvo prieš 3metus. Didžioji dalis studentų mano, kad labiausiai sveikatai kenkia cigaretės, prieš 3metus taip manė 78,8% (n=278), dabar 62,9% (n=222) studentų. Prieš 3 metus manančių, kad labiausiai kenkia elektroninės cigaretės buvo 5,7% (n=20), dabar šis skaičius išaugo iki 17,9% (n=63) studentų. Manančių, kad labiausiai kenkia pypkės/cigarai, prieš 3 metus buvo 10,5% (n=37), dabar 13,6% (n=48) studentų. Studentų nuomonė praktiškai nepakito dėl kaljano ir kaitinamojo tabako produktų, prieš 3 metus manančių, kad labiausiai kenkia kaljanas buvo 3,7% (n=13), dabar 3,1% (n=11), kad labiausiai kenkia kaitinamojo tabako produktai prieš 3 metus buvo 1,4% (n=5), dabar 2,6% (n=9) studentų (14 pav.). Stipriai sumažėjo studentų manančių, jog labiausiai sveikatai kenkia cigaretės ir padaugėjo manančių, kad labiausiai kenkia elektroninės cigaretės. Iš ties cigaretės yra žymiai labiau žalingos sveikatai nei elektroninės cigaretės, paprastų cigarečių rūkymas padidina riziką susirgti koronarine širdies liga 2–4 kartus, patirti insultą 2–4 kartus, susirgti plaučių vėžiu 25 kartus (27), cigarų ir pypkių vartojimas kelia tokį patį pavojų sveikatai kaip ir cigaretės (50), na o elektroninėse cigaretėse kancerogenų ir kitų toksiškų medžiagų kiekis yra gerokai mažesnis nei įprastose cigaretėse (32).

Tyrimo dalyvių buvo paklausta „kuris tabako gaminys labiausiai kenkia sveikatai?“, kokia jų nuomonė dabar ir kokia buvo prieš 3metus. Didžioji dalis studentų mano, kad labiausiai sveikatai kenkia cigaretės, prieš 3metus taip manė 78,8% (n=278), dabar 62,9% (n=222) studentų. Prieš 3 metus manančių, kad labiausiai kenkia elektroninės cigaretės buvo 5,7% (n=20), dabar šis skaičius išaugo iki 17,9% (n=63) studentų. Manančių, kad labiausiai kenkia pypkės/cigarai, prieš 3 metus buvo 10,5% (n=37), dabar 13,6% (n=48) studentų. Studentų nuomonė praktiškai nepakito

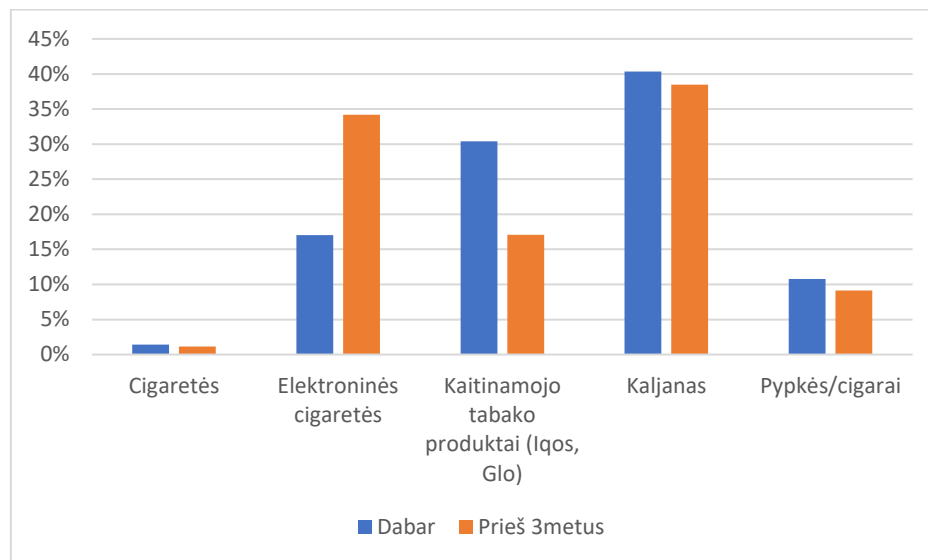
dėl kaljano ir kaitinamojo tabako produktų, prieš 3 metus manančių, kad labiausiai kenkia kaljanas buvo 3,7% (n=13), dabar 3,1% (n=11), kad labiausiai kenkia kaitinamojo tabako produktai prieš 3 metus buvo 1,4% (n=5), dabar 2,6% (n=9) studentų (14 pav.). Stipriai sumažėjo studentų manančių, jog labiausiai sveikatai kenkia cigaretės ir padaugėjo manančių, kad labiausiai kenkia elektroninės cigaretės.



14 pav. Tyrimo dalyvių nuomonė šiuo metu ir prieš 3metus atsakius į klausimą „Kaip manote, kuris tabako gaminys labiausiai kenkia sveikatai?“

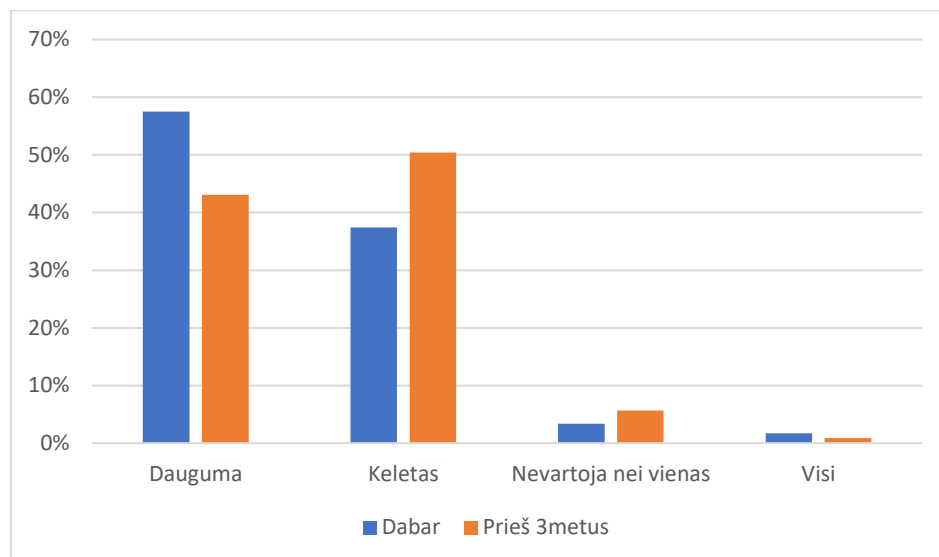
Tyrimo dalyvių taip pat buvo klausima „, kuris tabako gaminys mažiausiai kenkia sveikatai?“, kokia jų nuomonė dabar ir kokia buvo prieš 3metus. Daugiausia studentų mano, jog mažiausiai sveikatai kenkia kaljanas, prieš 3metus taip manė 38,5% (n=135), dabar 40,3% (n=142) studentų. Stiprūs studentų nuostatų pokyčiai matomi lyginant elektronines cigaretes ir kaitinamojo tabako produktus dabar ir prieš 3 metus. Prieš 3 metus manančių, kad mažiausiai sveikatai kenkia elektroninės cigaretės buvo 34,2% (n=120), dabar sumažėjo iki 17,1% (n=60) studentų. Galvojančių, kad mažiausiai sveikatai kenkia kaitinamojo tabako produktai išaugo dvigubai, prieš 3 metus tokią nuomonę turėjo 17,1% (n=60), dabar 30,4% (n=107) studentų. Manančių, kad mažiausiai sveikatai pypkės/cigarai, prieš 3 metus buvo 9,1% (n=32), dabar 10,8% (n=38) studentų. Na ir mažiausiai studentų galvoja, kad sveikatai mažiausiai kenkia paprastos cigaretės prieš 3 metus 1,1% (n=4), dabar 1,4% (n=5) studentų. Iš šių duomenų matyti, kad daugiausia studentų mano, jog kaljanas mažiausiai kenkia sveikatai ir per 3metus pasitikėjimas elektroninėmis cigaretėmis sumažėjo dvigubai, tačiau beveik dvigubai išaugo pasitikėjimas kaitinamojo tabako produktais (15 pav.). Studentų nuostatos šiuo klausimu nėra faktiškai teisingos. Kaljano dūmuose yra daugiau nuodingų medžiagų, palyginus su cigaretėmis. Kaljano dūmai susideda iš didelio kiekio kancerogeninių medžiagų, tokių kaip angliavandeniliai ir sunkieji metalai (40). Studentai

manantys, kad kaitinamojo tabako produktai mažiausiai kenkia sveikatai iš šių tabako produktų yra teisūs. Toksinių cheminių medžiagų kiekis kaitinamojo tabako produktuose yra mažesnis ženkliai mažesnis nei paprastose cigaretėse (35). Kancerogenų kaitinamajame tabake yra maždaug 80–99 % mažiau nei įprastose cigaretėse (17). Būtent todėl FDA IQOS Heets kaitinamojo tabako produktus pripažino modifikuotos rizikos tabako produktu (38). Taigi kaitinamojo tabako produktai, elektroninės cigaretės kenkia sveikatai mažiau nei kaljanas, cigaretės, pypkės ir cigarai.



15 pav. Tyrimo dalyvių nuomonė šiuo metu ir prieš 3metus atsakius į klausimą „Kaip manote, kuris tabako gaminyje mažiausiai kenkia sveikatai?“

Studentų paklausus „kiek jūsų draugų vartoja tabako gaminius?“ matoma situacijos prieš 3metus ir dabar kaita. Prieš 3 metus daugiausiai studentų 50,4% (n=178) atsakė jog keletas jų draugų vartoja tabako gaminius, dabar taip atsakė 37,4% (n=132) studentų. Prieš 3 metus 43% (n=152) studentų atsakė, kad dauguma jų draugų vartoja tabako gaminius, dabar taip mano 57,5% (n=203) studentų. 5,7% (n=20) studentų prieš 3metus atsakė, kad nei vienas jų draugas nevirtuoja tabako gaminių, šiuo metu taip mano 3,4% (n=12) studentų, na ir kad vartoja visi draugai tabako gaminius, prieš 3metus manė 0,9% (n=3), dabar 1,7% (n=6) studentų (16 pav.). Matoma, kad per 3metus sumažėjo manančių, jog tik keletas draugų vartoja tabako gaminius ir ženkliai išsaugo skaičius studentų manančių jog dauguma jų draugų vartoja tabako gaminius.



16 pav. Tyrimo dalyvių nuomonė šiuo metu ir prieš 3metus atsakius į klausimą „Kiek jūsų draugų vartoja tabako gaminius?“

Tyrimo dalyvių pasiskirstymas dėl tabako gaminių (cigarečių, kaitinamojo tabako produktų (Iqos, Glo), elektroninių cigarečių, kaljano, pypkių/cigarų) vartojimo kada nors gyvenime stipriai skiriasi. 79,4% (n=281) tyrimo dalyvių kada nors gyvenime yra vartoję tabako gaminius, 20,6% (n=20,6) tyrimo dalyvių niekada nevartojo tabako gaminių (1 lentelė).

1 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tabako gaminių (cigaretės, kaitinamojo tabako produktai (Iqos, Glo), elektroninės cigaretės, kaljanas, pypkės/cigarai) kada nors gyvenime vartojimo statusą

	Abs. skaičiai (%)	PI 95%
Vartojo	281(79,4%)	75,1 - 83,5
Nevartojo	72 (20,6%)	16,5 - 24,9

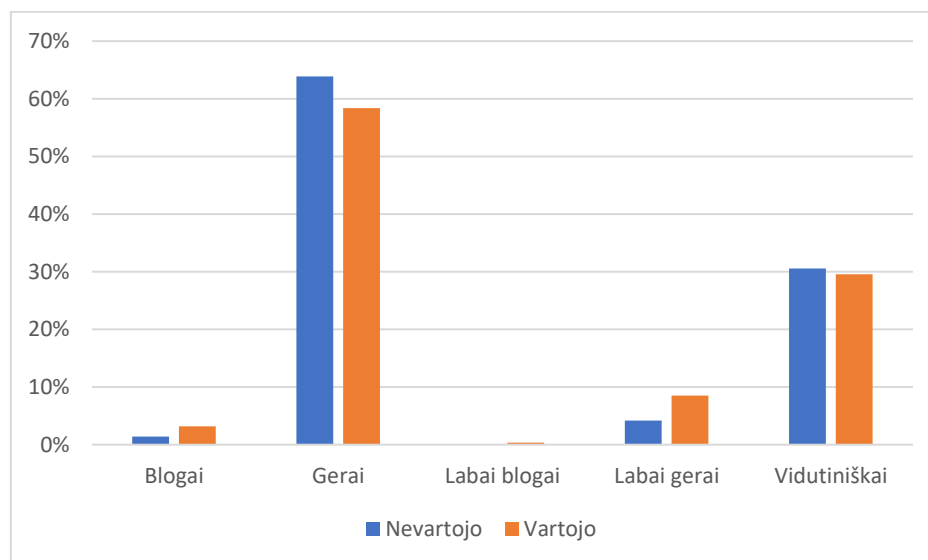
Analizuojant tabako gaminių vartojimą kada nors gyvenime pagal lytį, matome, kad daugiau vyrų yra kada nors gyvenime vartojusių tabako gaminius nei moterų. 78,3% moterų ir 87,8% vyrų yra kada nors gyvenime vartoję tabako gaminius (2 lentelė). Skirtumas statistiškai nereikšmingas.

2 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir tabako gaminių vartojimo statusą

	Lytis				Iš viso
	Moterys	PI	Vyrai	PI	
	Abs. skaičiai (%)	95%	Abs. skaičiai (%)	95%	Abs. skaičiai (%)
Vartoją	238 (78,3%)	73,3 - 82,6	43 (87,8% ¹)	75,8 – 94,3	281 (79,4%)
Nevartoją	66 (21,7%)	17,5 - 26,7	6 (12,2%)	5,7 – 24,2	72 (20,6%)

^{*(1)} $\chi^2 = 2,3287$, $df = 1$, $p = 0,127$ lyg. su moterimis

Daugiau tyrimo dalyvių niekada gyvenime nevartojusių tabako gaminių savo sveikatą vertina gerai – 63,9%, palyginus su dalyviais vartojusiais tabako gaminius - 58,4% studentų. Vidutiniškai savo sveikatą vertina panašiai tiek pat nevartojusių – 30,6% ir vartojusių – 29,5% tabako gaminius tyrimo dalyvių. Daugiau vartojusių tabako gaminius tyrimo dalyvių vertina savo sveikatą blogai – 3,2%, 1,4% niekad nevartojusių tabako gaminių tyrimo dalyvių savo sveikatą įvertino bloga. Šiek tiek stebina, kad daugiau tabako gaminius vartojusių tyrimo dalyvių savo sveikatą vertina labai gerai- 8,5%, lyginant su niekada tabako gaminių nevartojusiais dalyviais 4,2% (17 pav.).

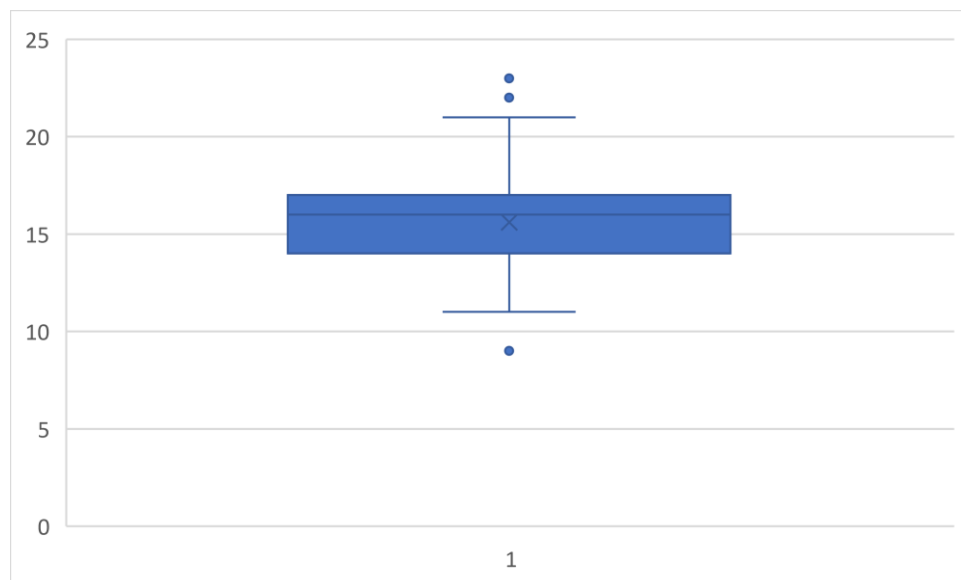


17 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tabako vartojimą (kada nors gyvenime) ir savo sveikatos vertinimą

Šioje tyrimo rezultatų ir aptarimo dalyje bus rašoma tik apie **kada nors gyvenime tabako gaminius vartojusius tyrimo dalyvius**.

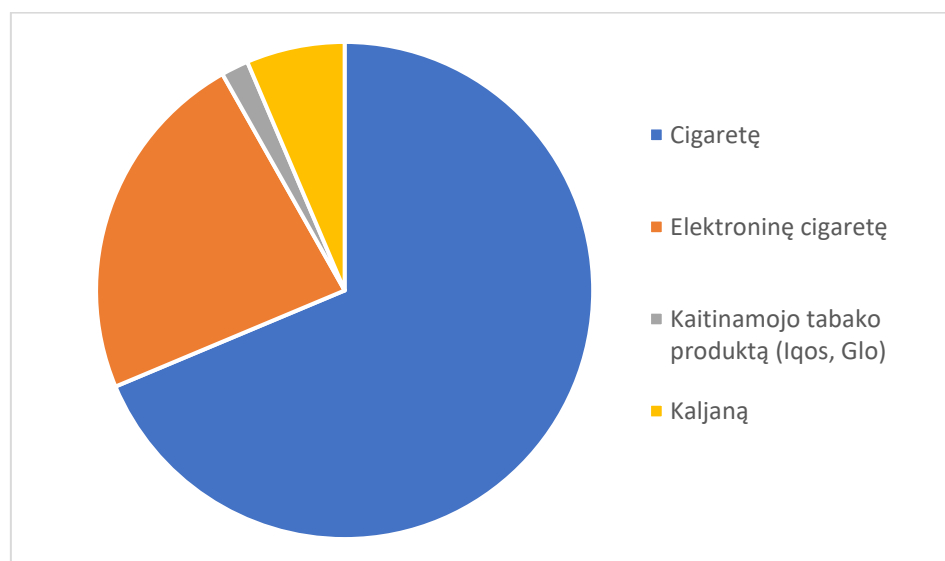
Pirmą kartą tiriamieji tabako gaminius pabandė vartoti vidutiniškai – 15,6 metų amžiaus, standartinis nuokrypis – 2,2metai . Anksčiausiai iš tyrimo dalyvių pabandė vartoti tabako

gaminius 9 metų, vėliausiai 23 metų amžiaus. Daugiausiai tiriamųjų pabandė vartoti tabako gaminius 14-17 metų amžiaus (18 pav.). Kitų tyrimų duomenys rodo panašius rezultatus, dažniausiai tabako gaminius pradeda vartoti paauglystėje. 90% tabako vartotojų pirmą kartą pabando tabako gaminius vartoti iki 18 metų, o 99 % iki 26 metų (11).



18 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tai kokio amžiaus pirmą kartą pabandė vartoti, kurį nors tabako gaminį

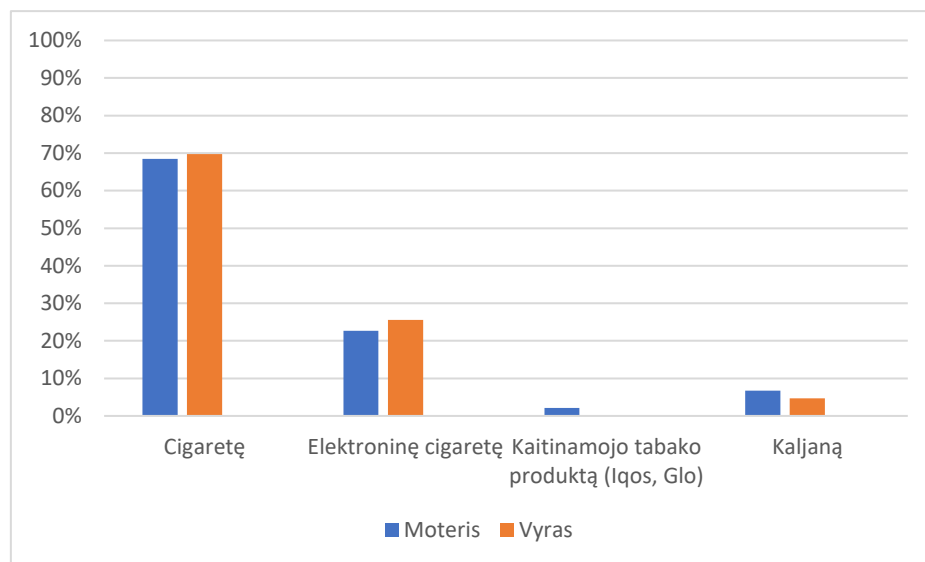
Didžiąją dalį tyrimo dalyvių - 69% (n=193), pirmasis vartotas tabako gaminys buvo cigaretė. 23% (n=65) tyrimo dalyvių pirmasis vartotas tabako gaminys - elektroninė cigaretė, kaljanas – 6% (n=18) ir 2% (n=5) tyrimo dalyvių pirmasis tabako gaminys buvo kaitinamojo tabako produktas (19 pav.).



19 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tai kokį tabako gaminį pabandė pirmiausiai

Analizuojant, kokį tabako gaminį pirmą kartą vartojo tyrimo dalyviai pagal lytį, statistiškai reikšmingas skirtumas nerastas. Cigaretė, kaip pirmasis vartotas tabako gaminys buvo

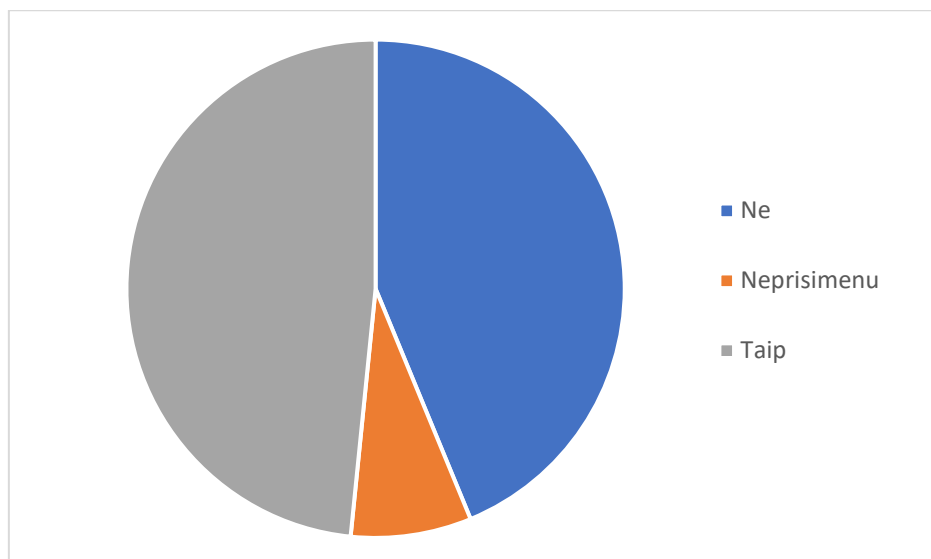
69,8% (n=30) vyrų, 68,5% (n=163) moterų, elektroninė cigaretė - 25,6% (n=11) vyrų, 22,7% (n=54) moterų, kaljanas - 4,7% (n=2) vyrų, 6,7% (n=16) moterų, kaitinamojo tabako produktas nei vienam vyrui nebuvo pirmasis vartotas tabako produktas, tačiau 2,1% (n=2) moterų pirmasis vartotas tabako produktas buvo kaitinamojo tabako produktas (20 pav.).



$\chi^2 = 1,2877, df = 3, p = 0,732$ lyg. vyrų ir moterų pirmą bandytą tabako gaminį

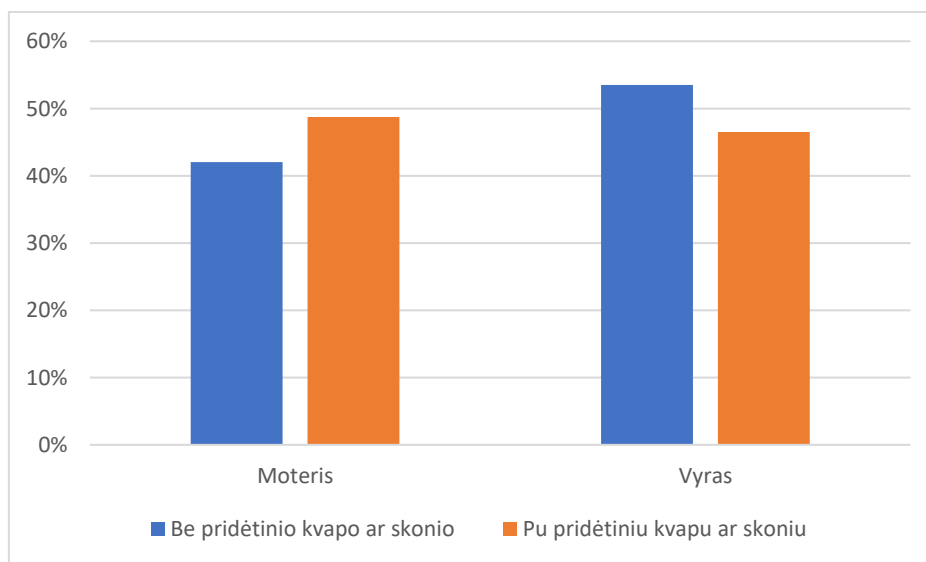
20 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir tai kokį tabako gaminį pabandė pirmiausiai

Tyrimo dalyvių paklausus „Ar pirmasis tabako gaminys, kurį vartojote, buvo su pridėtinu kvapu ar skoniu (mentoliu, vaisiais, saldumynais ar kt.)?“, 48% (n=136) tyrimo dalyvių atsakė, kad taip, pirmasis tabako gaminys buvo su pridėtinu kvapu ar skoniu. 44% (n=123) dalyvių atsakė, kad pirmasis vartotas tabako gaminys nebuvo su pridėtinu kvapu ar skoniu ir 8% (n=22) tyrimo dalyvių neprisimena ar pirmasis vartotas tabako gaminys buvo su pridėtinu kvapu ar skoniu (21 pav.). Tabako gaminiai su skoniais populiariausi tarp jaunimo, 80% jaunų tabako vartotojų renkasi tabako gaminius su skoniais. Visose amžiaus grupėse su pridėtiniais skoniais ar kvapais dažniausiai vartojami tabako produktai yra kaljanas, elektroninės cigaretės ir kaitinamojo tabako produktai (13). Tabako gaminiai su pridėtinu kvapu ir skoniu gali paskatinti ypač jaunus asmenis pabandyti vartoti tabako gaminius ir toliau vartoti juos reguliariai, nes skonis yra labai patrauklus, neatstumiantis, nėra blogo kvapo.



21 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas atsakius į klausimą „Ar pirmasis tabako gaminys, kurį vartojote, buvo su pridėtiniu kvapu ar skoniu (mentoliu, vaisiais, saldumynais ar kt.)?“

Analizuojant ar pirmasis vartotas tabako gaminys buvo su pridėtiniu kvapu ar skoniu pagal lytį, matoma, kad truputį daugiau moterys (48,7%), rinkosi vartoti pirmąjį tabako gaminį su pridėtiniu skoniu ar kvapu, palyginus su vyrais (46,5%). Pirmąjį tabako gaminį vartoti be pridėtinio kvapo ar skonio rinkosi 53,5% vyrų ir 42% moterų (22 pav.). Statistiškai reikšmingas skirtumas nerastas.

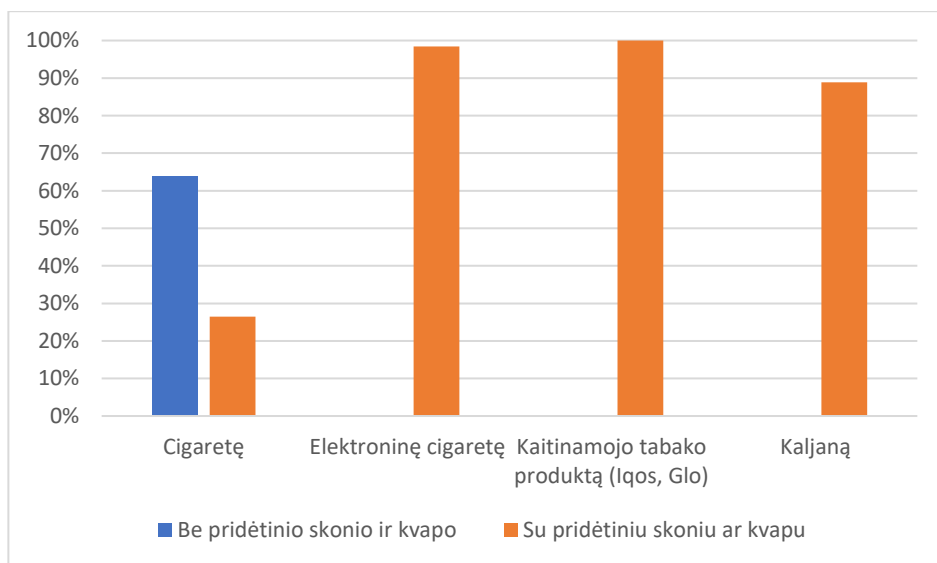


$$*\chi^2 = 5,1071, df = 2, p = 0,07781 \text{ lyg. moteris su vyrais}$$

22 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir ar pirmasis vartotas tabako gaminys buvo su pridėtiniu kvapu ar skoniu

Analizuojant tyrimo dalyvių pasiskirstymą pagal tai kokį tabako gaminį pabandė pirmiausiai ir ar jis buvo su pridėtiniu kvapu ar skoniu, buvo rastas statistiškai reikšmingas skirtumas. 63,7% asmenų, kurių pirmas tabako gaminys buvo cigaretė pasirinko vartoti cigaretę

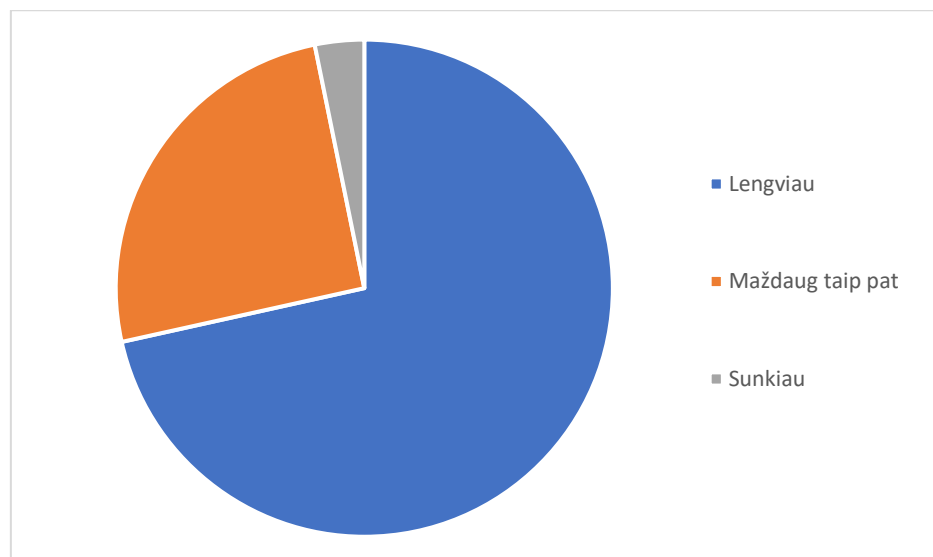
be pridėtinio skonio ir kvapo, 26,4% pasirinko vartoti cigaretę su pridėtinu skoniu ar kvapu. Visai kitokia situacija yra su asmenimis, kurių pirmasis tabako gaminy buvo elektroninė cigaretė, kaitinamojo tabako produktas ar kaljanas, praktiškai visi tyrimo dalyviai atsakė, kad šie produktai buvo su pridėtinu kvapu ar skoniu. 98,5% asmenų, kuriems elektroninė cigaretė buvo pirmasis tabako gaminy, 100% asmenų, kuriems kaitinamojo tabako produktas buvo pirmasis tabako gaminy ir 88,9% asmenų, kuriems kaljanas buvo pirmasis tabako gaminy, atsakė, kad šie tabako produktai buvo su pridėtinu kvapu ar skoniu (23 pav.). Šie rezultatai rodo, kad pirmą tabako gaminį vartoti pasirinkus elektroninę cigaretę, kaitinamojo tabako produktą ar kaljaną, šie produktai bus su pridėtinu kvapu ar skoniu.



$\chi^2 = 12,77$, $df = 6$, $p < 0,05$ lyg. tabako gaminius su ir be pridėtinio skonio ar kvapo

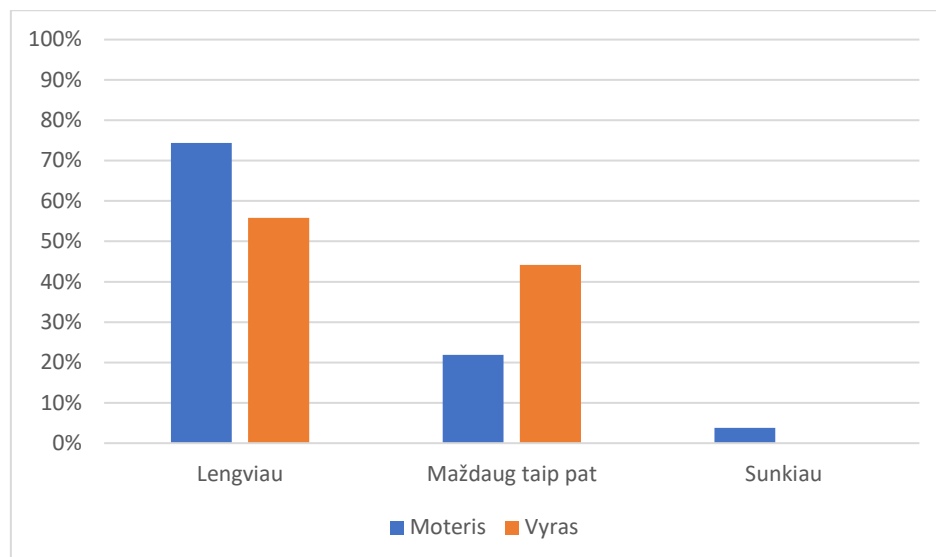
23 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tai kokį tabako gaminį pabandė pirmiausiai ir ar jis buvo su pridėtinu kvapu ar skoniu

Tyrimo dalyvių buvo klausama, kaip jie mano ar tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu (mentoliu, vaisiais, saldumynais ar kt.) yra maždaug taip pat, lengviau ar sunkiau vartoti nei tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio. Dauguma - 72%, tyrimo dalyvių atsakė, kad tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu yra lengviau vartoti nei tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio, 25% atsakė, kad tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu yra maždaug taip pat lengva vartoti, kaip tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio. 3% tyrimo dalyvių mano, kad tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu yra sunkiau vartoti nei tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio (24 pav.).



24 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tai, kaip jie mano ar tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu (mentoliu, vaisiais, saldumynais ar kt.) yra maždaug taip pat, lengviau ar sunkiau vartoti nei tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio

Analizuojant pagal lytį, kaip tyrimo dalyviai mano ar tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu yra maždaug taip pat, lengviau ar sunkiau vartoti nei tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio, rastas statistiškai reikšmingas rezultatas. 74,4%, moterų atsakė, kad tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu yra lengviau vartoti nei tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio, tuo tarpu taip mano 55,8% vyrų. 44,2% vyrų atsakė, kad tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu yra maždaug taip pat lengva vartoti, kaip tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio, taip mano 21,9% moterų. Na ir 3,8% moterų mano, kad tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu yra sunkiau vartoti nei tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio (25 pav.). Taigi, galima manyti, kad moterims yra svarbiau nei vyrams, kad tabako gaminiai būtų su pridėtinu kvapu ar skoniu.



* $\chi^2 = 10,571$, $df = 2$, $p < 0,05$ lyg. moteris su vyrais

25 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir kaip jie mano ar tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu yra maždaug taip pat, lengviau ar sunkiau vartoti nei tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio

Studentų, dalyvaujančių tyrime buvo klausama, kokius tabako gaminius jie vartojo per paskutinius 12 mėnesių. 58,2% (n=163) tyrimo dalyvių vartojo cigaretes, 57,7% (n=162) tyrimo dalyvių vartojo kaitinamojo tabako produktus, 70,1% (n=197) vartojo elektronines cigaretes ir 31,7% (n=89) tyrimo dalyvių vartojo kaljaną, cigarus ar pypkes per pastaruosius 12 mėnesių (3 lentelė).

3 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tabako gaminių vartojimą per paskutinius 12 mėnesių

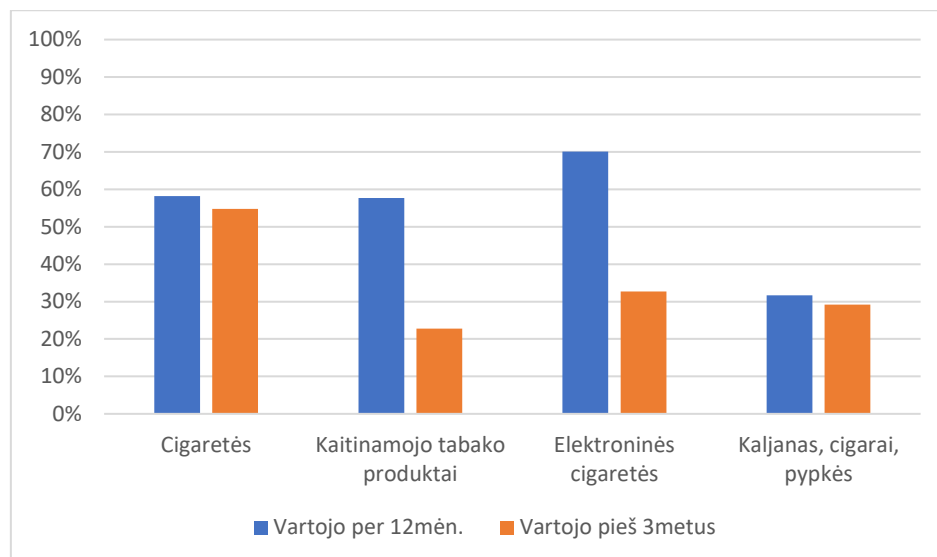
Per paskutinius 12 mėn.	Tabako gaminys							
	Cigaretės	PI	Kaitinamo tabako produktai	PI	Elektroninės cigaretės	PI	Kaljanas, cigarai, pypkės	PI
	Abs. skaičiai(%)	95%	Abs. skaičiai (%)	95%	Abs. skaičiai(%)	95%	Abs. skaičiai(%)	95%
Vartojo	163 (58,2%)	52,4 - 63,8	162 (57,7%)	51,8 - 63,3	197 (70,1%)	64,5- 75,2	89 (31,7%)	26,5 - 37,3
Nevartojo	117 (41,8%)	36,2 - 47,6	119 (42,3%)	36,7 - 48,2	84 (29,9%)	24,8 - 35,5	192 (68,3%)	62,76 - 73,5

Tyrimo dalyvių taip pat buvo klausama kokius tabako gaminius jie vartojo prieš 3 metus. 54,8% (n=154) tyrimo dalyvių vartojo cigaretes, 22,8% (n=64) tyrimo dalyvių vartojo kaitinamojo tabako produktus, 32,7% (n=92) vartojo elektronines cigaretes ir 29,2% (n=82) tyrimo dalyvių vartojo kaljaną, cigarus ar pypkes per pastaruosius prieš 3 metus (4 lentelė).

4 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tabako gaminių vartojimą prieš 3 metus

Prieš 3 metus	Tabako gaminys							
	Cigaretės	PI	Kaitinamo tabako produktai	PI	Elektroninės cigaretės	PI	Kaljanas, cigarai, pypkės	PI
	Abs. skaičiai (%)	95%	Abs. skaičiai (%)	95%	Abs. skaičiai (%)	95%	Abs. skaičiai (%)	95%
Vartojo	154 (54,8%)	49,0 - 60,5	64 (22,8%)	18,3 - 28,0	92 (32,7%)	27,5-38,4	82 (29,2%)	24,2 - 34,8
Nevartojo	127 (45,2%)	39,5 - 51,1	217 (77,2%)	72,0-81,7	189 (67,3%)	61,6 - 72,5	199 (70,8%)	65,3 - 75,8

Tabako gaminių vartojimas per paskutinius 3 metus pasikeitė, lyginant praėjusių metų apklausos rezultatus su studentų atsakymais apie tabako gaminių vartojimą prieš 3 metus, matomi ryškūs skirtumai. Labiausiai pasikeitė elektroninių cigarečių ir kaitinamojo tabako produktų vartojimo paplitimas. Prieš 3 metus 22,8% studentų atsakė vartoję kaitinamojo tabako produktus, per paskutinius 12 mėnesių šis skaičius išaugo iki 57,7% studentų. Prieš 3 metus 32,7% studentų atsakė, kad vartojo elektronines cigaretes, o per paskutinius 12 mėnesių taip atsakė 70,1% studentų. Cigarečių vartojimas išaugo nežymiai, prieš 3 metus cigaretes vartojo 54,8% studentų, per paskutinius 12 mėnesių 58,2% studentų. Kaljaną, cigarus ir pypkes prieš 3 metus vartojo 29,2% studentų, per paskutinius 12 mėnesių 31,7% studentų (25 pav.) Taigi, išaugo visų tabako gaminių vartojimas studentų tarpe. Lyginant šiuos duomenis su kitų studijų duomenimis reikia turėti omenyje, kad šis tyrimas atspindi tik Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto studentų tabako gaminių vartojimą, vartojimas gali būti didesnis ir dėl to, kad daugiausia tabako gaminius vartoja būtent jauni suaugę žmonės. Kitų tyrimų duomenimis, pavyzdžiui 2019 m. JAV atliktas tyrimas rado, kad 20,8% JAV suaugusiųjų vartoja kokį nors tabako gaminį, cigaretes - 14,0 %, elektronines cigaretes - 4,5% (54). Italijoje tabako gaminių vartojimo paplitimas išaugo nuo 20,7 % 2010 m. iki 27,9 % 2018 m. Elektronines cigaretes bandžusių asmenų skaičius išaugo nuo 7,4% 2014 m., iki 17,5% 2018 m. (53). 2016 m. duomenimis Didžiojoje Britanijoje 18,6% suaugusiųjų yra bandę vartoti elektronines cigaretes (6). ES 2020 m. Eurobarometro atliktas tyrimas parodė jog kaitinamojo tabako vartojimo paplitimas svyravo nuo 2,8 % Prancūzijoje iki 14,6 % Čekijos Respublikoje (7). Matomos panašios tendencijos, elektroninės cigaretės ir kaitinamojo tabako produktai greitai įgijo populiarumą ir vartojimas vis dar sparčiai auga.



25pav. Tabako gaminių vartojimo kaita

Buvo atlikta analizė ar asmenys vartoję tam tikrą tabako gaminį per paskutinius 12 mėnesių, vartojo ir kitus tabako gaminius, t.y. ar asmenys dažniausiai vartoja vieną pasirinktą tabako gaminį ar vartoja kelis tabako gaminius. Iš 163 asmenų vartojusių cigaretes per paskutinius 12 mėnesių, 67,5% (n=110) vartojo kaitinamojo tabako produktus, 79,8% (n=130) elektronines cigaretes ir 33,7% (n=55) kaljaną/pypkes/cigarus. Iš 162 asmenų vartojusių kaitinamojo tabako produktus per paskutinius 12 mėnesių, 67,5% (n=110) vartojo cigaretes, 65,0% (n=128) elektronines cigaretes, 43,8% (n=71) kaljaną/pypkes/cigarus. Iš 197 asmenų vartojusių elektronines cigaretes per paskutinius 12 mėnesių, 66,0% (n=130) cigaretes, 65,0% (n=128) vartojo kaitinamojo tabako produktus, 38,1% (n=75) kaljaną/pypkes/cigarus. Iš 89 asmenų vartojusių kaljaną/pypkes/cigarus per paskutinius 12 mėnesių, 62,8% (n=55) cigaretes, 79,8% (n=71) vartojo kaitinamojo tabako produktus, 84,3% (n=75) elektronines cigaretes (5 lentelė). Taigi, dauguma asmenų vartojusių tabako gaminius per paskutinius 12 mėnesius nevartojo vieno tabako gaminio išskirtinai.

5 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tabako gaminių vartojimą per paskutinius 12 mėnesių

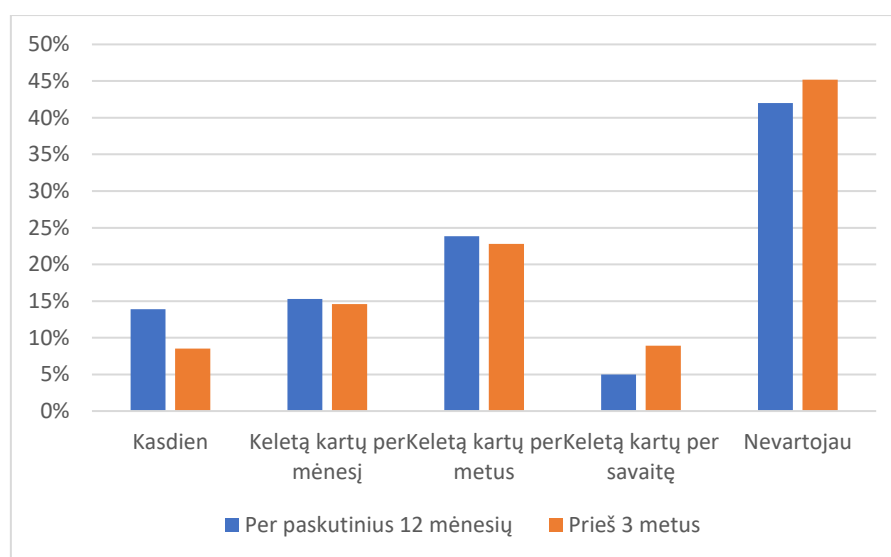
Per pastaruosius 12 mėn. asmenys vartoję:	Asmenys vartoję tam tikrą tabako gaminį taip pat vartojo ir šiuos tabako gaminius:			
	Cigaretės	Kaitinamojo tabako gaminius	Elektronines cigaretės	Kaljaną/pypkes/cigarus
	Abs. skaičiai (%)	Abs. skaičiai (%)	Abs. skaičiai (%)	Abs. skaičiai (%)
Cigaretės	-	110 (67,5%)	130 (79,8%)	55(33,7%)
Kaitinamojo tabako gaminius	110 (67,5%)	-	128 (79,0%)	71 (43,8%)
Elektronines cigaretės	130 (66,0%)	128 (65,0%)	-	75 (38,1%)
Kaljaną/pypkes / cigarus	55 (62,8%)	71 (79,8%)	75 (84,3%)	-

Taip pat buvo analizuojama situacija prieš 3metus, ar asmenys vartoję tam tikrą tabako gaminį, vartojo ir kitus tabako gaminius. Iš 154 asmenų vartojusių cigaretės prieš 3metus, 35,1% (n=54) vartojo kaitinamojo tabako produktus, 45,5% (n=70) elektronines cigaretės, 35,7% (n=55) kaljaną/pypkes/cigarus. Iš 64 asmenų vartojusių kaitinamojo tabako produktus prieš 3metus, 81,3% (n=52) vartojo cigaretės, 59,4% (n=38) elektronines cigaretės, 46,9% (n=30) kaljaną/pypkes/cigarus. Iš 92 asmenų vartojusių elektronines cigaretės prieš 3metus, 76,1% (n=70) vartojo cigaretės, 41,3% (n=38) vartojo kaitinamojo tabako produktus, 46,9% (n=43) kaljaną/pypkes/cigarus. Iš 82 asmenų vartojusių kaljaną/pypkes/cigarus prieš 3metus, 67,1% (n=55) vartojo cigaretės, 36,6% (n=30) vartojo kaitinamojo tabako produktus, 52,4% (n=43) elektronines cigaretės (6 lentelė). Matoma, kad vartojant kitus tabako gaminius nebuvo taip populiariu vartoti ir kaitinamojo tabako produktus ar elektronines cigaretės. Iš tiesų tai tokie rezultatai, kad vartojant tabako gaminius dažnai nėra pasirenkamas vienas tabako gaminyš išsirtinai, o vartojami keli tabako gaminiai, stebimi ir kitose studijose. 2014 m. JAV atliktas tyrimas parodė, kad 38% tabaką vartojančių asmenų vartoja ne vieną tabako gaminį – 76% nuolatinių cigarečių vartotojų ir 45% elektroninių cigarečių vartotojų vartoja daugiau nei tik šiuos tabako gaminius. Elektroninės cigaretės yra dažnai vartojamos įprastinių cigarečių vartotojų, elektronines cigaretės kada nors yra vartoję maždaug 51% įprastų cigarečių vartotojų (51).

6 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tabako gaminių vartojimą prieš 3 metus

Prieš 3 metus asmenys vartoję:	Asmenys vartoję tam tikrą tabako gaminį taip pat vartojo ir šiuos tabako gaminius:			
	Cigaretės	Kaitinamojo tabako gaminiai	Elektronines cigaretės	Kaljaną/pypkes / cigarus
	Abs. skaičiai (%)	Abs. skaičiai (%)	Abs. skaičiai (%)	Abs. skaičiai (%)
Cigaretės	-	54 (35,1%)	70 (45,5%)	55 (35,7%)
Kaitinamojo tabako gaminiai	52 (81,3%)	-	38 (59,4%)	30 (46,9%)
Elektronines cigaretės	70 (76,1%)	38 (41,3%)	-	43 (46,7%)
Kaljaną/pypkes / cigarus	55 (67,1%)	30 (36,6%)	43 (52,4%)	-

Tyrimė analizuojami tabako gaminių vartojimo ypatumai. Lyginama, kaip dažnai tyrimo dalyviai vartojo cigaretės per paskutinius 12 mėnesių ir prieš 3 metus. Kasdien vartojančių cigaretės tyrimo dalyvių skaičius išaugo, prieš 3 metus 8,5%, per paskutinius 12 mėnesių 13,9% tyrimo dalyvių vartojo cigaretės kasdien. Keletą kartų per mėnesį vartojančių cigaretės tyrimo dalyvių prieš 3 metus buvo 15,6%, per paskutinius 12 mėnesių 15,3% tyrimo dalyvių. Keletą kartų per metus vartojančių cigaretės tyrimo dalyvių prieš 3 metus buvo 22,8%, per paskutinius 12 mėnesių 23,8% tyrimo dalyvių. Keletą kartų per savaitę vartojančių cigaretės tyrimo dalyvių prieš 3 metus buvo 8,9%, per paskutinius 12 mėnesių 5% tyrimo dalyvių (26 pav.). Šie rezultatai šiek tiek stebina, nepaisant visų socialinių kampanijų, informacijos ir edukacijos prieš cigarečių vartojimą, kasdien cigaretės vartojančių studentų ženkliai padaugėjo.



26 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tai kaip dažnai vartoja cigaretės

Lyginant cigarečių vartojimą per paskutinius 12 mėnesių ir lytį, matoma, kad daugiau vyrų vartojo cigaretes nei moterų. Per paskutinius 12 mėnesių cigaretes vartojo 71,4% vyrų ir 55,9% moterų (7 lentelė). Rezultatas statistiškai nereikšmingas.

7 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir cigarečių vartojimą per paskutinius 12 mėnesių

Cigarečių vartojimas per paskutinius 12 mėn.	Lytis				Iš viso
	Moterys	PI	Vyrai	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)
Vartojo	133 (55,9)	49,5-62,1	30 (71,4¹)	56,4 - 82,8	163 (58,2)
Nevartojo	105 (44,1)	38,0-50,5	12 (28,6)	17,2 - 43,6	117 (41,8)

*(1) $\chi^2 = 3,547$, $df = 1$, $p = 0,05965$ lyg. su moterimis

Lyginant cigarečių vartojimą prieš 3 metus ir lytį, taip pat matoma, kad daugiau vyrų vartojo cigaretes nei moterų, rastas statistiškai reikšmingas skirtumas. Prieš 3 metus cigaretes vartojo 74,4% vyrų ir 51,3% moterų (8 lentelė).

8 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir cigarečių vartojimą prieš 3 metus

Cigarečių vartojimas prieš 3 metus	Lytis				Iš viso
	Moterys	PI	Vyrai	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)
Vartojo	122 (51,3)	44,9-57,5	32 (74,4¹)	59,8-85,1	157 (54,8)
Nevartojo	116 (48,7)	42,5-55,1	11 (25,6)	15-40,2	127 (45,2)

*(1) $\chi^2 = 7,8856$, $df = 1$, $p < 0,5$ lyg. su moterimis

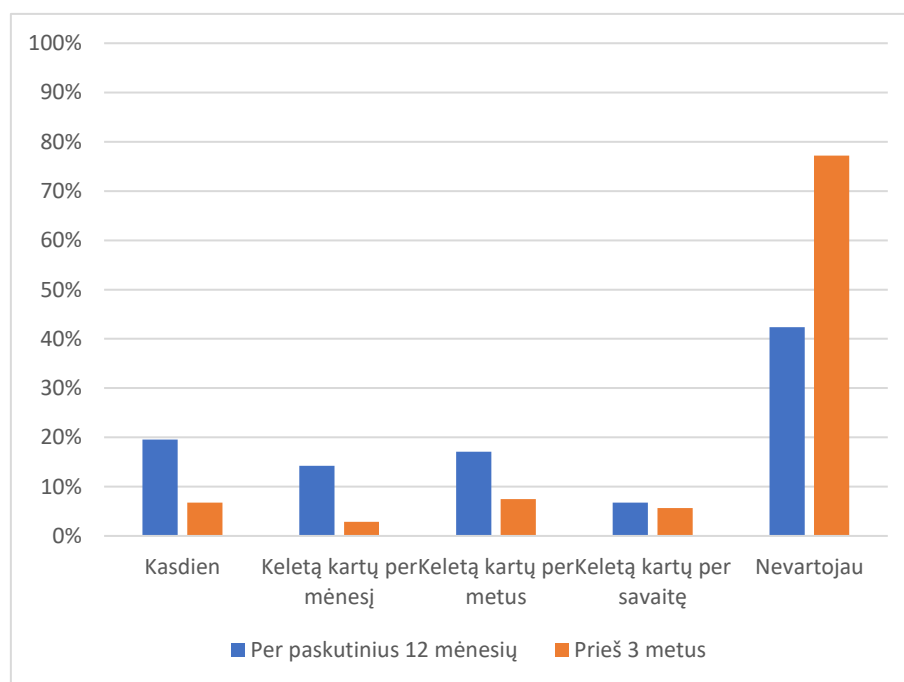
Analizuojant cigarečių vartojimą per paskutinius 12 mėnesių ir darbo statusą, matoma, kad 57,1% dirbančių asmenų vartojo cigaretes ir 59,1% nedirbančių asmenų vartojo cigaretes per paskutinius 12 mėnesių (9 lentelė). Hipotezė buvo, kad daugiau dirbančių asmenų vartoja cigaretes, nes patiria daugiau streso, tačiau hipotezė nepasitvirtino. Statistiškai reikšmingo skirtumo nerasta.

9 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal darbo statusą ir cigarečių vartojimą per paskutinius 12 mėnesių

	Darbo statusas				Iš viso
	Dirba	PI	Nedirba	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)
Vartojo	72 (57,1)	39,4-58,9	91 (59,1 ¹)	42,7 - 63,2	163 (58,2)
Nevartojo	54 (42,9)	34,7 - 45,3	63 (40,9)	38,8 - 45,1	117 (41,8)

*(1) $\chi^2 = 0,10811$, $df = 1$, $p = 0,7423$ lyg. su dirbančiais

Kaitinamojo tabako produktų varojimas per 3 metus stipriai išaugo. Prieš 3metus 77,2% tyrimo dalyvių nevarojė kaitinamojo tabako produktų, per paskutinius 12 mėnesių 42,4% tyrimo dalyvių nevarojė kaitinamojo tabako produktų. Kasdien vartojančių kaitinamojo tabako produktus tyrimo dalyvių skaičius išaugo nuo 6,8% prieš 3metus iki 19,6% per paskutinius 12 mėnesių. Keletą kartų per mėnesį vartojančių kaitinamojo tabako produktus tyrimo dalyvių prieš 3metus buvo 2,9%, per paskutinius 12 mėnesių 14,2% tyrimo dalyvių. Keletą kartų per metus vartojančių kaitinamojo tabako produktus tyrimo dalyvių prieš 3metus buvo 7,5%, per paskutinius 12 mėnesių 17,1% tyrimo dalyvių. Keletą kartų per savaitę vartojančių kaitinamojo tabako produktus tyrimo dalyvių prieš 3metus buvo 5,7%, per paskutinius 12 mėnesių 6,8% tyrimo dalyvių (27 pav.). Daugiau tyrimo dalyvių pradėjo vartoti kaitinamojo tabako produktus ir juos vartoja dažniau.



27 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tai kaip dažnai vartojo kaitinamojo tabako produktus

Analizuojant tyrimo dalyvių pasiskirstymą pagal lytį ir kaitinamojo tabako produktų vartojimą per paskutinius 12 mėnesius rastas statistiškai reikšmingas skirtumas. Daugiau vyrų nei moterų vartojo kaitinamojo tabako produktus per paskutinius 12 mėnesių. Kaitinamojo tabako produktus per paskutinius 12 mėnesių vartojo 81,4% (n=35) vyrų ir 56,4% (n=127) moterų (10 lentelė).

10 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir kaitinamojo tabako produktų vartojimą per paskutinius 12 mėnesių

	Lytis				Iš viso
	Moterys	PI	Vyrai	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)
Vartojo	127 (56,4)	47,0 - 59,6	35 (81,4¹)	67,4 - 90,3	162 (57,7)
Nevartojo	111 (46,6)	40,4 - 53,0	8 (18,6)	9,7 - 32,6	119 (42,3)

*(1) $\chi^2 = 11,724$, $df = 1$, $p < 0,05$ lyg. su moterimis

Analizuojant tyrimo dalyvių pasiskirstymą pagal lytį ir kaitinamojo tabako produktų vartojimą prieš 3 metus matomi dar didesni skirtumai tarp vyrų ir moterų. Prieš 3 metus 39,5% (n=17) vyrų atsakė, kad vartojo kaitinamojo tabako produktus, tuo tarpu 19,8% (n=47) moterų atsakė prieš 3 metus vartojusios kaitinamojo tabako produktus (11 lentelė). Rastas statistiškai reikšmingas skirtumas tarp vyrų ir moterų.

11 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir kaitinamojo tabako produktų vartojimą prieš 3 metus

	Lytis				Iš viso
	Moterys	PI	Vyrai	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)
Vartojo	47 (19,8)	15,2 – 25,6	17 (39,5¹)	26,4 – 54,4	64 (22,8)
Nevartojo	191 (80,2)	74,7- 84,8	26 (60,5)	45,6 – 73,6	217 (77,2)

*(1) $\chi^2 = 8,1072$, $df = 1$, $p < 0,05$ lyg. su moterimis

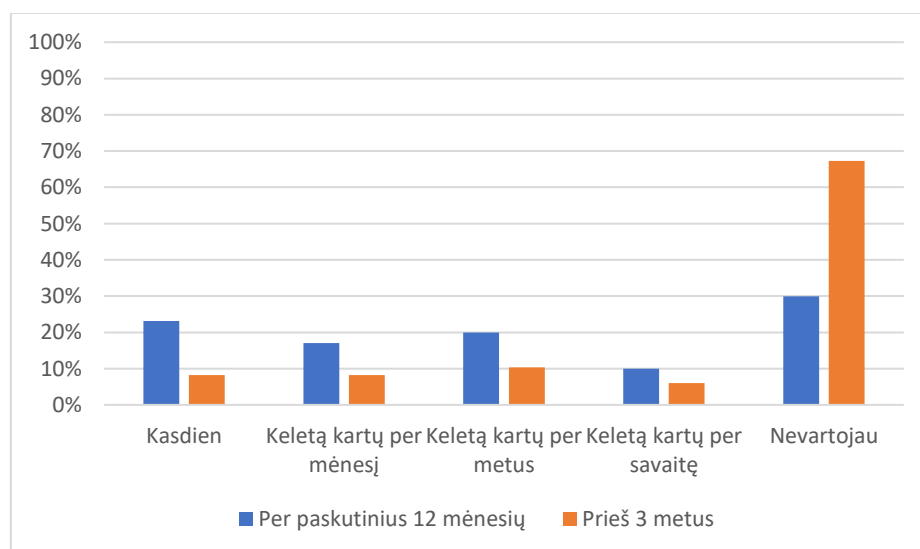
Analizuojant tyrimo dalyvių pasiskirstymą pagal darbo statusą ir kaitinamojo tabako produktų vartojimą per paskutinius 12 mėnesių nebuvo rastas statistiškai reikšmingas rezultatas. Daugiau dirbančių tyrimo dalyvių 63,8% (n=81) vartojo kaitinamojo tabako produktus per paskutinius 12 mėnesių nei nedirbančių tyrimo dalyvių 52,6% (n=81) (12 lentelė).

12 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal darbo statusą ir kaitinamojo tabako produktų vartojimą per paskutinius 12 mėnesių

	Darbo statusas				Iš viso
	Dirba	PI	Nedirba	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)
Vartojo	81 (63,8)	45,2 - 65,5	81 (52,6 ¹)	44,7 - 61,2	162 (57,6)
Nevartojo	46 (36,2)	33,6 - 42,3	73 (47,4)	39,8 - 50,1	119 (42,4)

*(1) $\chi^2 = 3,5647$, $df = 1$, $p = 0,05902$ lyg. su dirbančiais

Tyrimo metu lyginama, kaip dažnai tyrimo dalyviai vartojo elektronines cigaretės per paskutinius 12 mėnesių ir prieš 3metus. Kasdien vartojančių elektronines cigaretetes tyrimo dalyvių skaičius buvo prieš 3metus 8,2%, per paskutinius 12 mėnesių 23,1. Keletą kartų per mėnesį vartojančių elektronines cigaretetes tyrimo dalyvių prieš 3metus buvo 8,2%, per paskutinius 12 mėnesių 17,1% tyrimo dalyvių. Keletą kartų per metus vartojančių elektronines cigaretetes tyrimo dalyvių prieš 3metus buvo 10,3%, per paskutinius 12 mėnesių 19,9% tyrimo dalyvių. Keletą kartų per savaitę vartojančių elektronines cigaretetes tyrimo dalyvių prieš 3metus buvo 6,1%, per paskutinius 12 mėnesių 10% tyrimo dalyvių. Nevartojusių elektroninių cigarečių tyrimo dalyvių skaičius smarkiai sumažėjo, prieš 3 metus 67,3% tyrimo dalyvių atsakė, kad nevartojo elektroninių cigarečių, per paskutinius 12 mėnesių elektroninių cigarečių atsakė nevartoję 29,9% tyrimo dalyvių (28 pav.)



28 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tai kaip dažnai vartojo elektronines cigaretetes

Analizuojant tyrimo dalyvių pasiskirstymą pagal lytį ir elektroninių cigarečių vartojimą per paskutinius 12 mėnesių matoma, kad vyrai ir moterys vartojo elektronines cigaretetes panašiai. 69,7% (n=166) moterų vartojo elektronines cigaretetes per paskutinius 12 mėnesių ir

72,1% (n=31) vyrų vartojo elektronines cigaretes per paskutinius 12 mėnesių. Statistiškai reikšmingo skirtumo nėra (13 lentelė). Iš visų tabako gaminių analizuojamų šiame darbe, moterys daugiausiai renkasi vartoti būtent elektronines cigaretes.

13 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir elektroninių cigarečių vartojimą per paskutinius 12 mėnesių

	Lytis				Iš viso
	Moterys	PI	Vyrai	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	
Vartojo	166 (69,7)	63,6 - 75,2	31 (72,1¹)	57,3 - 83,3	197 (70,1)
Nevartojo	72 (30,3)	24,8 - 36,4	12 (27,9)	16,8 - 42,7	84 (29,9)

*(1) $\chi^2 = 0,095574$, $df = 1$, $p = 0,7572$ lyg. su moterimis

Lyginant tyrimo dalyvių pasiskirstymą pagal lytį ir elektroninių cigarečių vartojimą prieš 3 metus jau matomi skirtumai tarp lyčių. 48,8% (n=21) vyrų atsakė prieš 3 metus vartoję elektronines cigaretes ir 29,8% (n=71) moterų atsakė vartojusios elektronines cigaretes prieš 3 metus (14 lentelė). Rastas statistiškai reikšmingas skirtumas.

14 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir elektroninių cigarečių vartojimą prieš 3 metus

	Lytis				Iš viso
	Moterys	PI	Vyrai	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	
Vartojo	71 (29,8)	24,4 - 40,0	21 (48,8¹)	36,8 - 53,9	92 (32,7)
Nevartojo	167 (70,2)	64,1 - 75,6	22(51,2)	37,3- 53,6	189 (67,3)

*(1) $\chi^2 = 5.9738$, $df = 1$, $p < 0,05$ lyg. su moterimis

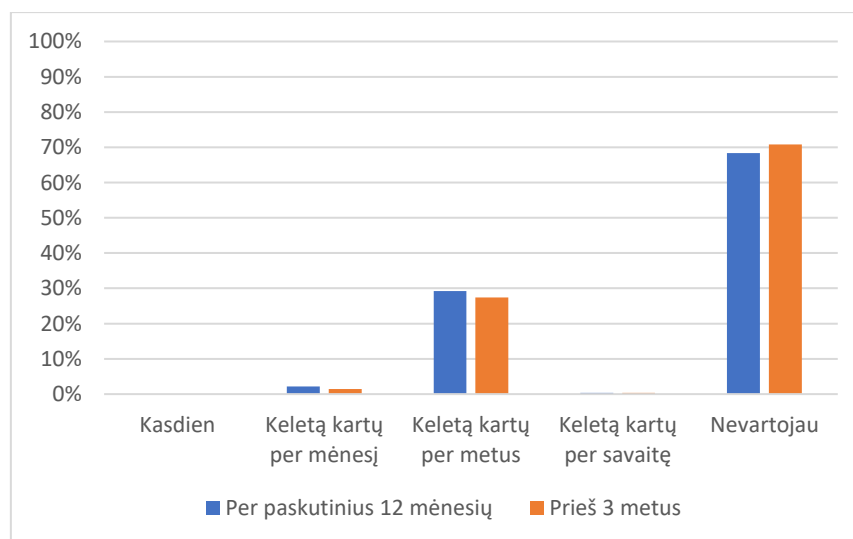
Lyginant dirbančius tyrimo dalyvius su nedirbančiais ir analizuojant jų elektroninių cigarečių vartojimą, reikšmingų skirtumų nerasta. Elektronines cigaretes per paskutinius 12 mėnesių vartojo 67,7% (n=86) dirbančių tyrimo dalyvių ir 72,1% (n=111) nedirbančių tyrimo dalyvių (15 lentelė).

15 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal darbo statusą ir elektroninių cigarečių vartojimą per paskutinius 12 mėnesių

	Darbo statusas				Iš viso
	Dirba	PI	Nedirba	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)
Vartojo	86 (67,7)	49,4 - 69,5	111 (72,1 ¹)	55,9 - 74,4	197 (70,1)
Nevartojo	41 (32,3)	24,6 - 38,3	43 (27,9)	26,2 - 40,3	84 (29,9)

*(1) $\chi^2 = 0,63173$, $df = 1$, $p = 0,4267$ lyg. su dirbančiais

Analizuojamas tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tai kaip dažnai jie vartojo kaljaną, pypkes ir cigarus. Kaljano, pypkių ir cigarų vartojimas išsiskiria iš kitų tabako gaminių tuo, kad jie nėra vartojami dažnai. Prieš 3 metus 71% tyrimo dalyvių nevartojo kaljano, pypkių, cigarų, per paskutinius 12 mėnesių 68% tyrimo dalyvių atsakė nevartoję šių tabako produktų. Nei vienas tyrimo dalyvis nevartojo kaljano, pypkių ar cigarų kasdien ar keletą kartų per savaitę, tik 1,4% tyrimo dalyvių prieš 3 metus vartojo kaljaną, pypkes ar cigarus keletą kartų per mėnesį, o per paskutinius 12 mėnesių 2,1% tyrimo dalyvių vartojo kaljaną, pypkes ar cigarus keletą kartų per mėnesį. Keletą kartų per metus per paskutinius 12 mėnesių kaljaną, pypkes ar cigarus vartojo 29% tyrimo dalyvių, o prieš 3 metus 27% tyrimo dalyvių vartojo kaljaną, pypkes ar cigarus keletą kartų į metus (29 pav.)



29 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tai kaip dažnai vartojo kaljaną, pypkes, cigarus

Lyginant tyrimo dalyvių pasiskirstymą pagal lytį ir kaljano, pypkių ar cigarų vartojimą per paskutinius 12 mėnesių matomi skirtumai tarp lyčių. 53,5% (n=23) vyrų atsakė prieš 3 metus vartoję kaljaną, pypkes, cigarus ir 27,7% (n=66) moterų atsakė vartojusios kaljaną, pypkes, cigarus prieš 3 metus (16 lentelė). Skirtumas statistiškai reikšmingas.

16 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir kaljano, pypkių ar cigarų vartojimą per paskutinius 12 mėnesių

	Lytis				Iš viso
	Moterys	PI	Vyrai	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)
Vartojo	66 (27,7)	22,4 - 33,7	23 (53,5 ¹)	38,9 - 67,5	89 (31,7)
Nevartojo	172 (72,3)	66,3 - 77,6	20 (46,5)	32,5 - 61,1	192 (68,3)

*(1) $\chi^2 = 11,165$, $df = 1$, $p < 0,05$ lyg. su moterimis

Lyginant tyrimo dalyvių pasiskirstymą pagal lytį ir kaljano, pypkių ar cigarų vartojimą prieš 3 metus taip pat yra matomi skirtumai tarp lyčių. 46,5% (n=20) vyrų atsakė prieš 3 metus vartoję kaljaną, pypkes, cigarus ir 26% (n=62) moterų atsakė vartojusios kaljaną, pypkes, cigarus prieš 3 metus (17 lentelė). Skirtumas statistiškai reikšmingas.

17 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal lytį ir kaljano, pypkių ar cigarų vartojimą prieš 3 metus

	Lytis				Iš viso
	Moterys	PI	Vyrai	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)
Vartojo	62 (26,0)	20,9 - 32,0	20 (46,5 ¹)	32,5 - 61,1	82 (29,2)
Nevartojo	176 (74,0)	68,0 - 79,1	23 (53,5)	38,9 - 67,5	199 (70,8)

*(1) $\chi^2 = 7,3781$, $df = 1$, $p < 0,05$ lyg. su moterimis

Lyginant dirbančius ir nedirbančius tyrimo dalyvius ir jų kaljano, pypkių ar cigarų vartojimą per paskutinius 12 mėnesių, statistiškai reikšmingo skirtumo nebuvo rasta. Daugiau nedirbančių 28,4% (n=36) tyrimo dalyvių vartojo kaljaną, pypkes ar cigarus per paskutinius 12 mėnesių, lyginant su dirbančiais tyrimo dalyviais, 34,4% (n=53) dirbančių tyrimo dalyvių vartojo kaljaną, pypkes ar cigarus per paskutinius 12 mėnesių (18 lentelė).

18 lentelė. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal darbo statusą ir kaljano, pypkių ar cigarų vartojimą per paskutinius 12 mėnesių

	Darbo statusas				Iš viso
	Dirba	PI	Nedirba	PI	
	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)	95%	Absoliutūs skaičiai (%)
Vartojo	36 (28,4)	25,1 - 48,4	53 (34,4 ¹)	29,6 - 51,6	192 (68,3)
Nevartojo	91 (71,6)	54,7 - 76,9	101 (65,6)	49,3 - 78,9	89 (31,7)

*(1) $\chi^2 = 1,1847$, $df = 1$, $p = 0,2764$ lyg. su dirbančiais

Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto studentų populiacijoje stebimas didelis tabako gaminių vartojimas. Kada nors gyvenime tabako gaminius vartojo 79,6% tyrimo dalyvių. Toliau analizuojami tik duomenys gauti iš kada nors gyvenime tabako gaminius vartojusių tyrimo dalyvių.

Cigaretės prieš 3 metus vartojo 54,8%, per paskutinius 12 mėn. 58,2% studentų, iš jų kasdien cigaretės vartojo 13,9% studentų. Statistiškai reikšmingai daugiau vyrų (74,4%) nei moterų (51,3%) vartojo cigaretės prieš 3 metus.

Elektronines cigaretės vartojo 32,7% prieš 3 metus, per paskutinius 12 mėn. 70,1%, iš jų kasdien 23,1% studentų. Daugiau vyrų (48,8%) nei moterų (29,8%) vartojo elektronines cigaretės prieš 3 metus.

Kaitinamojo tabako produktus vartojo 22,8% prieš 3 metus, per paskutinius 12 mėn. 57,7%, iš jų kasdien 19,6% studentų. Daugiau vyrų (39,5%) nei moterų (19,8%) vartojo kaitinamojo tabako produktus prieš 3 metus, taip pat ir per paskutinius 12 mėnesių statistiškai reikšmingai daugiau vyrų (81,4%) vartojo kaitinamojo tabako produktus lyginant su moterimis (56,4%).

Kaljaną, cigarus ar pypkes vartojo 29,2% prieš 3 metus, per paskutinius 12 mėn. 31,7%, kasdien šių tabako gaminių nevartojo nei vienas studentas. Daugiau vyrų (46,5%) nei moterų (26%) vartojo kaljaną, cigarus ar pypkes prieš 3 metus, taip pat ir per paskutinius 12 mėnesių statistiškai reikšmingai daugiau vyrų (53,5%) vartojo kaljaną, cigarus ar pypkes lyginant su moterimis (27,7%).

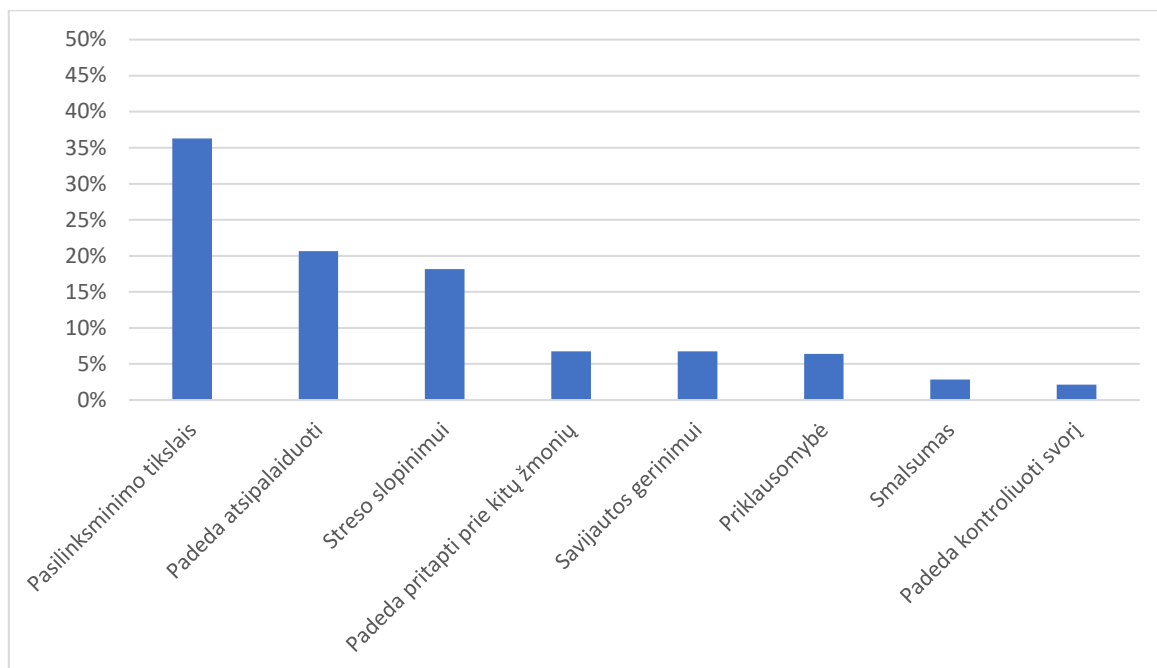
Šiame tyrime gauti rezultatai skiriasi nuo kitų tyrimų rezultatų, tabako gaminių vartojimo paplitimas yra ženkliai didesnis nei kituose tyrimuose. Studijos rodo, kad daugiau jaunų asmenų vartoja tabako gaminius už vyresnius asmenis, šiame tyrime analizuojami studentai, kurių amžiaus vidurkis yra 21 metai. 2020m. Eurabarometro atlikto tyrimo duomenimis 28% Lietuvos gyventojų 2020m. vartojo tradicinius tabako gaminius (cigaretės, cigarilės, cigarus, pypkes),

Europos sąjungos vidurkis 23%. Elektronines cigaretes Lietuvoje yra bandę 16%, Europos sąjungoje 14% gyventojų, elektronines cigaretes kasdien vartoja Lietuvoje 3%, Europos sąjungoje 2% gyventojų. Kaitinamojo tabako produktus Lietuvoje yra bandę 10%, Europos sąjungoje 6% gyventojų (12).

Tiek šiame tyrime, tiek Eurobarometro atliktame tyrime matoma, kad Lietuvoje vyrauja didelis tabako gaminių vartojimo skirtumas tarp lyčių. Eurobarometro duomenimis 45% vyrų ir 14% moterų vartojo tradicinius tabako gaminius, tuo tarpu Europos sąjungoje nėra tokių didelių skirtumų tarp lyčių - 26% vyrų ir 21% moterų vartojo tradicinius tabako gaminius (12).

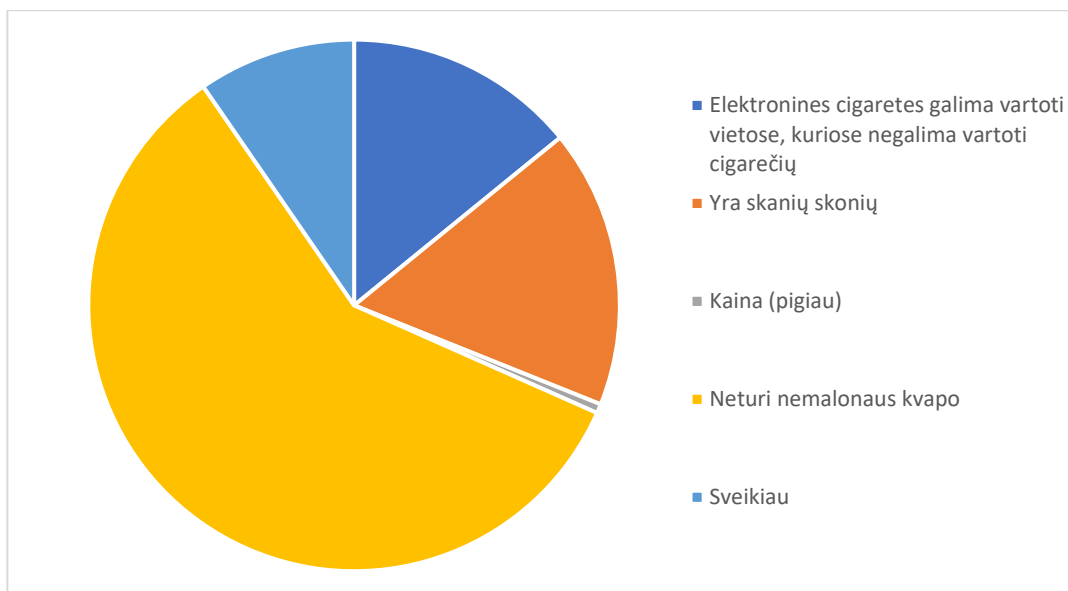
Galima daryti išvadą, kad jauni asmenys, Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto studentai, vartoja gerokai daugiau tabako gaminių lyginant su likusiais Lietuvos gyventojais ir Europos sąjungos vidurkiu.

Tyrimo dalyvių buvo klausiama apie tabako gaminių vartojimo priežastis. Daugiausia, 36,3% (n=102) tyrimo dalyvių atsakė vartojantys tabako gaminius pasilinksminimo tikslais, 20,6% (n=58) tyrimo dalyvių atsakė, kad tabako gaminius vartoja, nes jie padeda atsipalaiduoti, 18,2% (n=51) stresui slopinimu. 6,8% (n=19) tyrimo dalyviai vartoja tabako gaminius, nes tai padeda pritapti prie kitų žmonių/bendraamžių, 6,8% (n=19) naudoja tabako gaminius savijautos gerinimui, 6,4% (n=18) tyrimo dalyvių pripažino, kad vartoja tabako gaminius, nes turi priklausomybę, 2,9% (n=8) tyrimo dalyvių vartojo tabako gaminius iš smalsumo ir 2,1% (n=6) tyrimo dalyvių tabako gaminiai padeda kontroliuoti svorį (30 pav.) Tyrimai rodo, kad daugelis tabako vartotojų mano, jog tabako gaminiai padeda nusiraminti, įveikti stresą, susikaupti ir efektyviau dirbti, tačiau įrodymų, kad tabako iš tikrųjų taip veikia organizmą nėra (10). 40 % rūkančiųjų Anglijoje nurodo, kad rūko norėdami įveikti stresą ar nerimą (63).



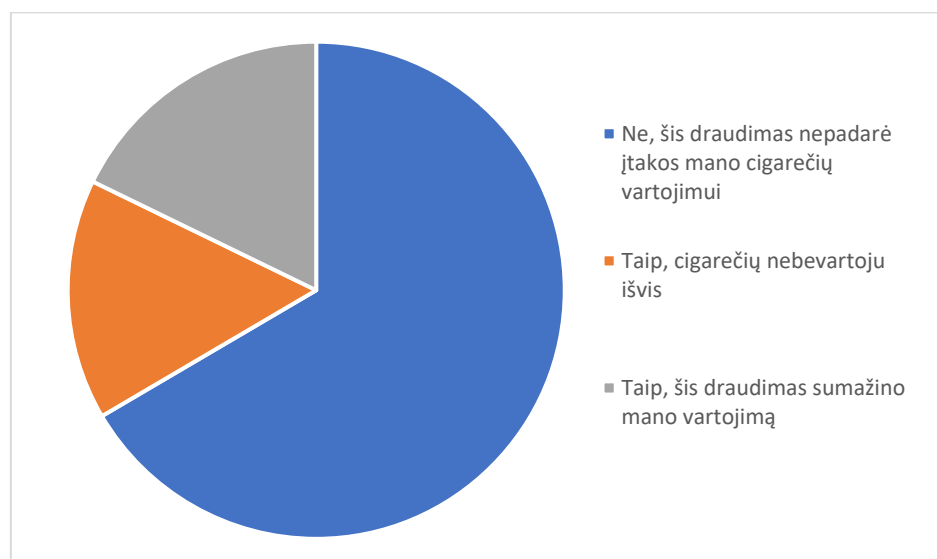
30 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas atsakius į klausimą „Kodėl Jūs vartojote/vartojate tabako gaminius (cigaretes, kaitinamojo tabako produktus, elektroninės cigaretės, kaljaną, pypkes/cigarus)?“

Tyrimo dalyvių buvo klausama, jei jie pradėjo vartoti elektroninesigaretes ar kaitinamuosius tabako gaminius vietoje cigarečių, kokios buvo to priežastys? Daugiausiai 59% (n=104) tyrimo dalyvių nuo cigarečių prie elektroninių cigarečių ar kaitinamojo tabako gaminių perėjo dėl to, kad šie tabako gaminiai neturi nemalonaus kvapo. 17% (n=30) tyrimo dalyvių pradėjo vartoti elektroninesigaretes ar kaitinamojo tabako produktus vietoje cigarečių, nes jie yra skanių skonių, 14% (n=25) tyrimo dalyvių, nes elektroninesigaretes galima vartoti vietose, kuriose negalima vartoti cigarečių ir 17% (n=10) tyrimo dalyvių perėjo prie elektroninių cigarečių ar kaitinamojo tabako gaminių, nes mano, kad jie sveikesni užigaretes (31 pav.) PATH tyrimo duomenimis dažniausios priežastys naudoti elektroninesigaretes yra smalsumas, bendraamžių įtaka ir galimybė jas vartoti bet kur, manymas, kad elektroninės cigaretės kenkia sveikatai mažiau nei cigaretės. Taip pat elektroninesigaretes vartoti renkamasi, nes jos yra patrauklaus skonio, lengviau paslėpti ir nėra cigarečių kvapo (65). Kito tyrimo metu buvo aiškinamasi kaitinamojo tabako produktų vartojimo priežastys, daugiausia tyrimo dalyvių (39,5 %) atsakė, kad vartoja kaitinamojo tabako produktus, nes mano, kad jie yra mažiau kenksmingi nei rūkomasis tabakas, o po to sekė draugų įtaka (28,4 %), norėjimas mesti tabako gaminių vartojimą (28,2 %) (7).



31 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas atsakius į klausimą „Jei pradėjote vartoti elektronines cigaretetes ar kaitinamuosius tabako gaminius vietoje cigarečių, kokios buvo priežastys?“

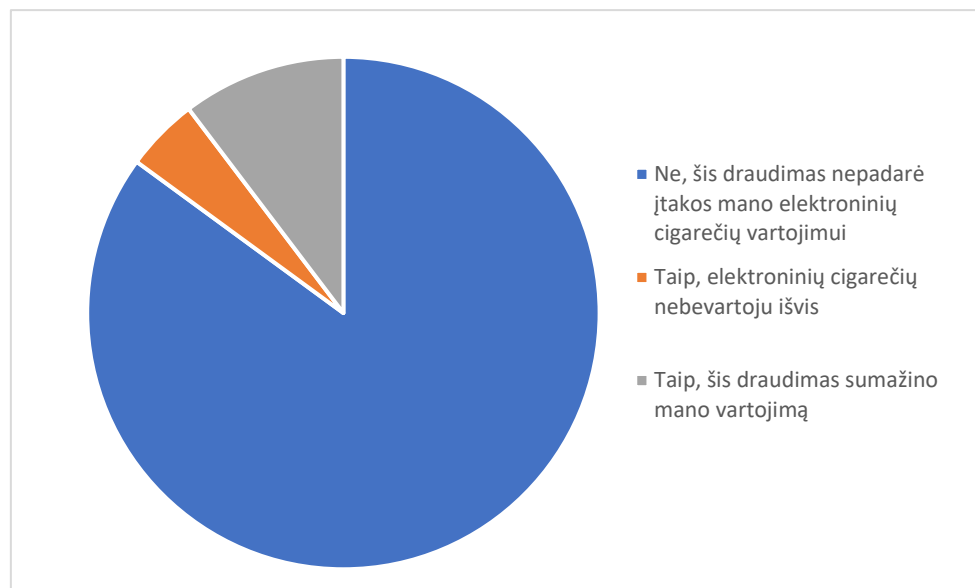
2016 metų gegužės mėnesį buvo uždrausta prekiauti cigaretėmis su pridėtiniu kvapu ar skoniu. Tyrimo dalyvių buvo klausama ar šis draudimas padarė įtakos jų cigarečių vartojimui. 67% (n=187) tyrimo dalyvių atsakė, kad šis draudimas nepadarė įtakos cigarečių vartojimui, 18% (n=50) tyrimo dalyvių atsakė, kad šis draudimas sumažino jų cigarečių vartojimą ir 16% (n=44) tyrimo dalyvių atsakė, kad dėl šio draudimo cigarečių nebevartoja išvis (32 pav.) Draudimas iš buvo sėkmingas, nes 33% tyrimo dalyvių arba išvis nustojo vartoti tabako gaminius ar sumažino jų vartojimą.



32 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas atsakant ar 2016 metų gegužės mėnesio draudimas prekiauti cigaretėmis su pridėtiniu kvapu ar skoniu padarė įtakos jų cigarečių vartojimui

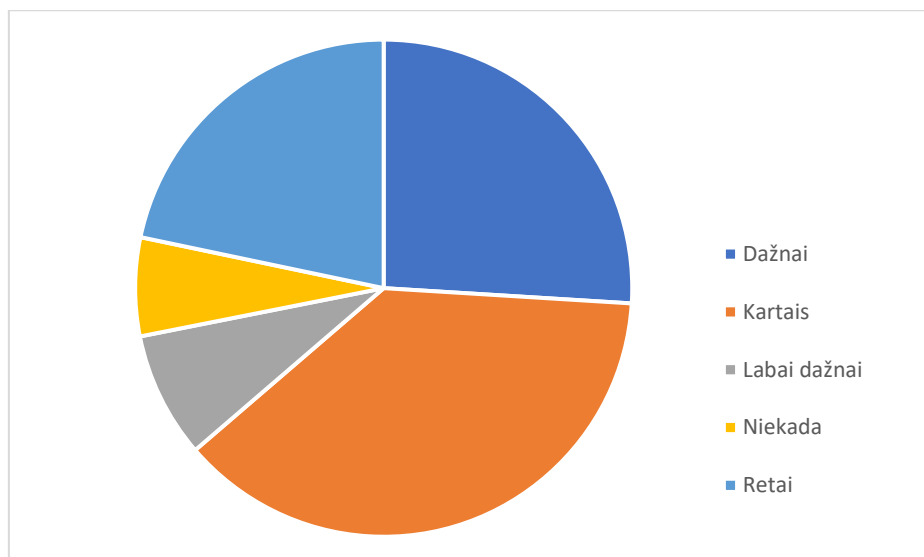
Po 2016 metų draudimo prekiauti cigaretėmis su pridėtiniu kvapu ar skoniu, sekė kitas draudimas, 2022 metų liepos mėnesį buvo uždrausta prekiauti elektroninėmis cigaretėmis su pridėtiniu kvapu ar skoniu. Šis draudimas nebuvo toks sėkmingas, kaip 2016 metų. 85% tyrimo

dalyvių atsakė, kad draudimas prekiauti elektroninėmis cigaretėmis su pridėtinu kvapu ar skoniu nepadarė įtakos jų elektroninių cigarečių vartojimui. 10% (n=29) tyrimo dalyvių atsakė, kad šis draudimas sumažino jų elektroninių cigarečių vartojimą ir 5% (n=13) tyrimo dalyvių atsakė, kad dėl šio draudimo išvis nebevartoja elektroninių cigarečių (33 pav.)



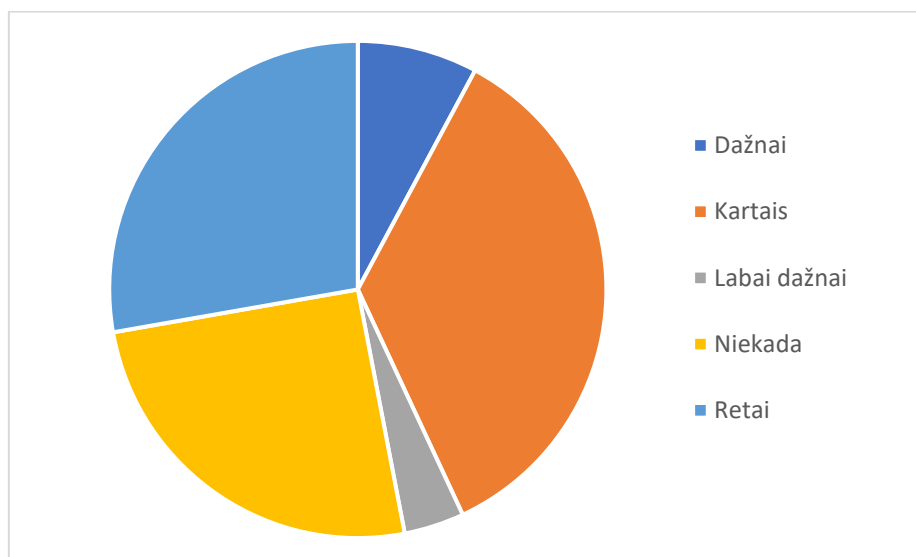
33 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas atsakant ar 2022 metų liepos mėnesio draudimas prekiauti elektroninėmis cigaretėmis su pridėtinu kvapu ar skoniu padarė įtakos jų elektroninių cigarečių vartojimui

Tyrimo dalyvių buvo klausama, kaip dažnai jie per paskutinius 12 mėnesių pagalvojo apie tabako gaminiuose esančias kenksmingas sveikatai chemines medžiagas. Labai dažnai apie tabako gaminiuose esančias kenksmingas sveikatai chemines medžiagas galvojo 8% (n=23) tyrimo dalyvių, dažnai 26% (n=73) tyrimo dalyvių. Apie tabako gaminiuose esančias kenksmingas sveikatai chemines medžiagas kartais galvojo 38% (n=106) tyrimo dalyvių, retai taip galvojo 22% (n=61) tyrimo dalyvių ir 6% (n=12) tyrimo dalyvių niekada negalvojo apie tabako gaminiuose esančias kenksmingas sveikatai chemines medžiagas (34 pav.). Tai rodo, kad mažai tyrimo dalyvių dažnai pagalvoja apie tabako gaminiuose esančias kenksmingas sveikatai chemines medžiagas.



34 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas atsakius į klausimą „Kaip dažnai per pastaruosius 12 mėnesių pagalvojote apie tabako gaminiuose esančias kenksmingas sveikatai chemines medžiagas?“

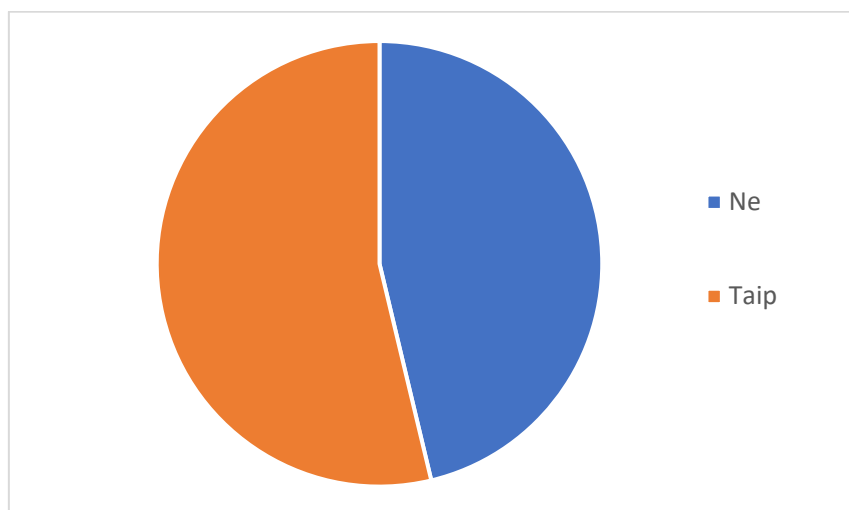
Tyrimo dalyvių buvo klausiama, kaip dažnai ant tabako gaminių pakelių esantys įspėjimai apie pavojų sveikatai privertė juos susimąstyti apie tabako gaminių žalą. Labai dažnai ant tabako gaminių pakelių esantys įspėjimai apie pavojų sveikatai privertė susimąstyti 4% (n=11) tyrimo dalyvių, dažnai 8% (n=22), kartais 35% (n=99), retai 28% (n=78), niekada 25% (n=71) tyrimo dalyvių (35 pav.). Šie rezultatai rodo, kad ant tabako gaminių pakelių esantys įspėjimai apie pavojų sveikatai nėra efektyvi priemonė priversti studentus susimąstyti apie tabako gaminių žalą sveikatai.



35 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas atsakius į klausimą „Kaip dažnai ant tabako gaminių pakelių esantys įspėjimai apie pavojų sveikatai privertė susimąstyti apie tabako gaminių žalą?“

Tyrimo dalyvių buvo klausiama ar kada nors bandė visiškai nustoti vartoti tabako gaminius. Daugiau nei pusė - 54% (n=151) (PI 95% 47,9 – 59,5) tyrimo dalyvių atsakė jog bandė

visiškai nustoti vartoti tabako gaminius. 46% (n=130) (PI 95% 40,5 – 52,1) tyrimo dalyvių niekada nebandė visiškai nustoti vartoti tabako gaminių (36 pav.).



36 pav. Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal tai ar bandė visiškai nustoti vartoti tabako gaminius (cigaretes, kaitinamojo tabako produktus, elektroninės cigaretės, kaljaną, pypkes/cigarus)

5. IŠVADOS

1. Vilniaus Universiteto Medicinos fakulteto studentų populiacijoje stebimas didelis ir augantis tabako gaminių (cigarečių, kaitinamojo tabako produktų, elektroninių cigarečių, kaljano, pypkių, cigarų) vartojimas. Kada nors gyvenime tabako gaminius vartojo 79,6% (PI 95% 75,1 - 83,5) tyrimo dalyvių. Cigaretes prieš 3 metus vartojo 54,8% studentų, 58,2% studentų vartojo cigarettes per paskutinius 12 mėn., iš jų kasdien cigarettes vartojo 13,9% studentų. Elektronines cigarettes vartojo 32,7% studentų prieš 3 metus, per paskutinius 12 mėn. 70,1% studentų, iš jų kasdien 23,1% studentų. Kaitinamojo tabako produktus vartojo 22,8% studentų prieš 3 metus, per paskutinius 12 mėn. 57,7% studentų, iš jų kasdien 19,6% studentų. Kaljaną, cigarus ar pypkes vartojo 29,2% studentų prieš 3 metus, per paskutinius 12 mėn. 31,7%, kasdien šių tabako gaminių nevartojo nei vienas studentas. Per 3 metus labiausiai pasikeitė elektroninių cigarečių ir kaitinamojo tabako produktų vartojimo paplitimas, šių tabako gaminių vartojimas išaugo daugiau nei du kartus. Statistiškai reikšmingai daugiau vyrų nei moterų vartojo cigarettes ir elektronines cigarettes prieš 3 metus. Daugiau vyrų nei moterų vartojo kaitinamojo tabako produktus, kaljaną, cigarus ar pypkes tiek prieš 3 metus, tiek per paskutinius 12 mėnesių, sirtumas statistiškai reikšmingas.
2. Pirmą kartą studentai tabako gaminius pabandė vartoti vidutiniškai 15,6 metų amžiaus. 69% studentų pirmasis vartotas tabako gaminytis buvo cigaretė, 23% - elektroninė cigaretė, kaljanas – 6%, kaitinamojo tabako produktas 2% studentų. 48% studentų teigia, kad pirmasis jų vartotas tabako gaminytis buvo su pridėtinu kvapu ar skoniu, taigi draudimas prekiauti cigaretėmis ir elektroninėmis cigaretėmis su pridėtinu kvapu ar skoniu yra labai tikslingas. Statistiškai reikšmingai daugiau moterų mano, kad tabako gaminius su pridėtinu kvapu ar skoniu yra lengviau vartoti nei tabako gaminius be pridėtinio kvapo ar skonio, lyginant su vyrais. Analizės metu buvo rasta, kad tabako vartotojai lygiagrečiai vartoja keletą tabako gaminių, t.y. vartoja ne vieną pasirinktą tabako gaminį išskirtinai. Daugiau nei pusė (54%) studentų bandė visiškai nustoti vartoti tabako gaminius.
3. Tabako gaminių vartojimo priežastys gali būti įvairios, MF studentai pateikė šias: 36,3% studentų vartoja tabako gaminius pasilinksminimo tikslais, 20,6% studentų tabako gaminiai padeda atsipalaiduoti, 18,2% studentų padeda slopinti stresą, 6,8% studentų atsakė, kad tabako gaminiai padeda pritapti prie kitų žmonių/bendraamžių ir gerina savijautą, 6,4% studentų pripažino, kad vartoja tabako gaminius, nes turi priklausomybę ir 2,1% studentų vartoja tabako gaminius, nes mano, kad jie padeda kontroliuoti svorį. Vis daugiau studentų pasirenka vartoti elektronines cigarettes ar kaitinamojo tabako produktus,

59% studentų renkasi vartoti būtent šiuos tabako produktus, nes jie neturi nemalonaus kvapo, 17% studentų renkasi šiuos tabako produktus, nes mano, kad jie sveikesni už cigaretes ir dėl skonių įvairovės, 14% studentų, nes elektronines cigaretes galima vartoti vietose, kuriose negalima vartoti cigarečių. Dar viena tabako gaminių vartojimo priežastis yra draugų įtaka, analizės metu nustatyta, kad per 3 metus sumažėjo studentų manančių, jog keletas jų draugų vartoja tabako gaminius ir ženkliai išsaugo studentų manančių jog dauguma jų draugų vartoja tabako gaminius. Vis dėl to dauguma studentų vartoja tabako gaminius, norint atsipalaiduoti, slopinti stresą, gerinti savijautą. Studentai įvardijo, kaip jie kovoja su stresu, trečias populiariausias streso valdymo būdas yra tabako gaminių vartojimas. Dauguma studentų stresą patiria dažnai ar nuolatos, todėl studentams būtina mokėti atsipalaiduoti, nusiraminti, susitvarkyti su patiriamu stresu sveikatai nekenksmingais būdais.

4. Praktiškai visi studentai atsakė, kad tabako gaminiai gali sukelti priklausomybę ir kad vartoti tabako gaminius yra labai žalinga sveikatai, taip studentai manė tiek dabar, tiek prieš 3 metus. Studentų nuostatos pasikeitė dėl elektroninių cigarečių ir kaitinamojo tabako produktų vartojimo žalos sveikatai. Dvigubai sumažėjo studentų manančių, kad elektroninės cigaretės yra mažiau žalingos sveikatai už paprastas cigaretes, prieš 3 metus taip manė 39,9% studentų, dabar taip mano 21,8% studentų. Labai išaugo skaičius studentų manančių jog elektroninės cigaretės yra labiau žalingos už paprastas cigaretes, prieš 3 metus taip manė 7,2%, dabar taip mano 19,6% studentų. Prieš 3 metus manančių, kad mažiausiai iš visų tabako gaminių sveikatai kenkia elektroninės cigaretės buvo 34,2%, dabar sumažėjo iki 17,1% studentų. Nuostatų kaita matoma ir kalbant apie kaitinamojo tabako produktus, prieš 3 metus 30,4% studentų manė, kad kaitinamojo tabako produktai yra mažiau žalingi už paprastas cigaretes, dabar taip mano 25,3% studentų. Taigi, pasitikėjimas elektroninėmis cigaretėmis ir kaitinamojo tabako produktais sumažėjo, toks nuostatų pokytis nėra teigimas, rodo prastą studentų informuotumą apie tabako gaminių žalą sveikatai, blogą informacijos sklaidą.

6. PASIŪLYMAI

- Atlikti reprezentatyvius mokslinius tyrimus apie skirtingų tabako gaminių vartojimą, analizuoti skirtingas amžiaus grupes, tabako gaminių vartojimo rizikos bei atsparumo veiksnius. Šie tyrimai padėtų geriau suprasti, tabako gaminių vartojimo ypatumus ir būtų naudingi kuriant aktualias ir efektyvias prevencijos strategijas.
- Prevencinės programos turi būti fokusuotos į jaunos asmenis, nes 99% nuolatinių tabako vartotojų pradeda vartoti tabako gaminius iki 26 metų amžiaus (73). Sėkmingos prevencinės programos užkirstų kelią jauniems žmonėms pradėti vartoti tabako gaminius.
- Rekomenduojama griežtinti ir suvienodinti visų tabako gaminių teisinį reguliavimą bei jo įgyvendinimą, užtikrinti veiksmingą teisės aktų įgyvendinimo priežiūrą. Tai padėtų apsaugoti visuomenės sveikatą ir sumažintų tabako gaminių vartojimą. Ypatingą dėmesį reikia skirti draudimo pardavinėti tabako gaminius su pridėtiniu kvapu ir (ar) skoniu įgyvendinimui.
- Būtina užtikrinti, kad asmenims norintiems mesti vartoti tabako gaminius būtų suteikiama pagalba, kurios jiems reikia. Informacija, kuri padeda mesti vartoti tabako gaminius turi būti suprantama ir lengvai prieinama. Taip pat reiktų užtikrinti, kad asmenys norintys mesti vartoti tabako gaminius gautų ir profesionalią specialistų pagalbą.
- Visuomenės nuostatos apie tabako gaminius, ypač apie elektronines cigaretes ir kaitinamojo tabako produktus, nėra faktiškai teisingos, šią situaciją reiktų sistemingai keisti įgyvendinant socialines informacines kampanijas. Visuomenė turėtų žinoti ir suprasti, kad visų tabako gaminių vartojimas yra žalingas sveikatai, tačiau skirtingi tabako gaminiai nėra vienodai žalingi sveikatai. Informacija skleidžiama visuomenėje apie tabako gaminius ir jų žalą sveikatai turi būti įrodymais pagrįsta.
- Įtraukti streso ir nerimo valdymo programas į mokymo planus ugdymo įstaigose. Stresas yra viena iš tabako gaminių vartojimo priežasčių, todėl jau nuo jauno amžiaus asmenys turi mokėti efektyviai valdyti stresą ir nerimą.

7. LITERATŪRA

1. Latest GBD results 2019. Institute for Health Metrics and Evaluation 2020. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. lapkričio 10 d.) : <https://www.healthdata.org/gbd/gbd-2019-resources>
2. Tobacco. WHO 2022. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. lapkričio 10 d.) : <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
3. O'Connor R, Schneller LM, Felicione NJ. Evolution of tobacco products: recent history and future directions. *Tobacco Control* 2022;31:175-182. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 28 d.) : <https://tobaccocontrol.bmj.com/content/31/2/175>
4. New WHO report reveals that while smoking continues to decline among European adolescents, the use of electronic cigarettes by young people is on the rise. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 29 d.) : <https://www.who.int/europe/news/item/02-12-2020-new-who-report-reveals-that-while-smoking-continues-to-decline-among-european-adolescents-the-use-of-electronic-cigarettes-by-young-people-is-on-the-rise>
5. Drope J, Liber AC, Cahn Z, Stoklosa M, Kennedy R, Douglas CE, ir kt. Who's still smoking? Disparities in adult cigarette smoking prevalence in the United States. *CA: A Cancer Journal for Clinicians* 2018;68(2): 106-115. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 24 d.) : <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.3322/caac.21444>
6. McNeill A, Brose LS, Calder R, Bauld L, Robson D . Evidence review of ecigarettes and heated tobacco products . *Public Health England* 2018; 243. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 24 d.) : https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/684963/Evidence_review_of_e-cigarettes_and_heated_tobacco_products_2018.pdf
7. Lavery AA, Vardavas CI, Filippidis FT. Prevalence and reasons for use of Heated Tobacco Products (HTP) in Europe: an analysis of Eurobarometer data in 28 countries. *The Lancet Regional Health - Europe* 2021;8:100159. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 26 d.) : <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666776221001368>
8. Dai H, Leventhal AM. Prevalence of e-Cigarette Use Among Adults in the United States, 2014-2018. *JAMA* 2019;322(18):1824–7. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 24 d.) : <https://doi.org/10.1001/jama.2019.15331>

9. Vėryga A, Klumbienė J, Petkevičienė J, Žemaitienė N. Tabako kontrolė ir pagalba metantiems rūkyti. Kauno medicinos universitetas 2008 . Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 24 d.) :
https://ntakd.lrv.lt/uploads/ntakd/documents/files/Pagalba_metantiems_rukytiA5_indd.pdf
10. Jarvis MJ. Why people smoke. *BMJ* 2004;328(7434):9-277. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 29d.) : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/14751901/>
11. Youth and Tobacco Use. Centers for Disease Control and Prevention 2022. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. lapkričio 3 d.) :
https://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/fact_sheets/youth_data/tobacco_use/index.htm
12. Attitudes of Europeans towards tobacco and electronic cigarettes. European commission 2020. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 27 d.) :
<https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2240>
13. Rose SW, Johnson AL, Glasser AM, Villanti AC, Ambrose BK, Conway KP, ir kt. Flavor Types Used by Youth and Adult Tobacco Users in Wave 2 of the Population Assessment of Tobacco and Health (PATH). *Tobacco Control* 2020;29(4):432–46. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. lapkričio 3 d.) : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7462091/>
14. Musk AW, De Klerk NH. History of tobacco and health. *Respirology* 2003;8(3):286–90. Prieiga per internetą. (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 29 d.) :
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1046/j.1440-1843.2003.00483.x>
15. Tobacco. WHO 2022. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 29 d.) :
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
16. Tabako rūkymas. Nacionalinis vėžio institutas. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 28 d.) : <https://www.nvi.lt/tabako-rukymas/>
17. Mallock N, Pieper E, Hutzler C, Henkler-Stephani F, Luch A. Heated Tobacco Products: A Review of Current Knowledge and Initial Assessments. *Front Public Health* 2019; ;7. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 28 d.) :
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2019.00287>
18. Šerpytis P, Badaras R, Kairys J, s Marcinkevičius M. Bukletas- rūkymas.

19. Aleknaitė A, Andrijauskaitė M, Latauskienė J, Andrejevaitė V. Elektroninės cigaretės: naujas būdas mesti rūkyti ar nauja grėsmė? *Acta Medica Litu* 2016;23(1):43–53. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 29 d.) :
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4924632/>
20. Tobacco. WHO 2022. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 28 d.) :
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
21. Nauji nikotino turintys produktai Lietuvoje. Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas 2020. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 29 d.) :
<https://ntakd.lrv.lt/lt/naujienos/nauji-nikotino-turintys-produktai-lietuvoje>
22. Cigarettes and Other Tobacco Products. National Institute on Drug Abuse 2021. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 28 d.) :
<https://nida.nih.gov/publications/drugfacts/cigarettes-other-tobacco-products>
23. Tabako sudedamųjų dalių poveikis organizmui. Narkotikų, tabako ir alkoholio kontrolės departamentas 2022. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 28 d.) :
<https://ntakd.lrv.lt/lt/tabako-sudedamuju-daliu-poveikis-organizmui>
24. What's In a Cigarette? American Lung Association 2022. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 2 d.) : <https://www.lung.org/quit-smoking/smoking-facts/whats-in-a-cigarette>
25. Chewing tobacco. Britannica 2023. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 2 d.) :
<https://www.britannica.com/topic/cigarette>
26. Cigarettes. FDA 2022. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 2 d.) :
<https://www.fda.gov/tobacco-products/products-ingredients-components/cigarettes>
27. Doll R, Peto R, Boreham J, Sutherland I. Mortality in relation to smoking: 50 years' observations on male British doctors. *BMJ* 2004;328(7455):1519. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 2 d.) : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC437139/>
28. Tobacco. BAT. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 2 d.) :
https://www.bat.com/group/sites/UK__9D9KCY.nsf/vwPagesWebLive/DO6HHJ9F
29. Henningfield E, Stapleton J, Benowitz L, Grayson R, London E. Higher levels of nicotine in arterial than in venous blood after cigarette smoking. *Drug and Alcohol Dependence* 1993;33(1):23-29. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 2 d.) :
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/037687169390030T?via%3Dihub>

30. Vaping Devices (Electronic Cigarettes). National Institute on Drug Abuse 2020. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 7 d.) : <https://nida.nih.gov/publications/drugfacts/vaping-devices-electronic-cigarettes>
31. Grana R, Benowitz N, Glantz SA. E-Cigarettes. *Circulation* 2014;129(19):1972–86. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 2 d.) : <https://www.ahajournals.org/doi/full/10.1161/CIRCULATIONAHA.114.007667>
32. Bonner E, Chang Y, Christie E, Colvin V, Cunningham B, Elson D, ir kt. The chemistry and toxicology of vaping. *Pharmacology and Therapeutics* 2021;225:107837. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 29 d.) : <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0163725821000395>
33. Smoking and Tobacco Use; Electronic Cigarettes. Centers for Disease Control and Prevention 2021. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 10 d.) : https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html
34. Callahan-Lyon P. Electronic cigarettes: human health effects. *Tobacco Control* 2014;23:ii36–40. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 7 d.) : <https://tobaccocontrol.bmj.com/lookup/doi/10.1136/tobaccocontrol-2013-051470>
35. Jankowski M, Brożek GM, Lawson J, Skoczyński S, Majek P, Zejda JE. New ideas, old problems? Heated tobacco products - a systematic review. *Int J Occup Med Environ Health*. 2019;32(5):595-634. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 7 d.) : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31584041/>
36. Heated tobacco products. WHO 2018. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 29 d.) : <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272875/WHO-NMH-PND-17.6-eng.pdf>
37. McNeill A, Brose LS, Calder R, Bauld L, Robson D. Evidence review of e-cigarettes and heated tobacco. *Public Health England* 2018. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 13 d.) : https://www.jesuisvapoteur.org/wp-content/uploads/2021/10/Evidence_review_of_e-cigarettes_and_heated_tobacco_products_2018.pdf
38. FDA Authorizes Marketing of IQOS Tobacco Heating System with ‘Reduced Exposure’ Information. FDA 2020 Prieiga per internetą (žiūrėta 2023 m. kovo 8 d.) : <https://www.fda.gov/news-events/press-announcements/fda-authorizes-marketing-iqos-tobacco-heating-system-reduced-exposure-information>

39. Glantz SA. Heated tobacco products: the example of IQOS. *Tobacco Control* 2018;27:1–6. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 13 d.) : https://tobaccocontrol.bmj.com/content/27/Suppl_1/s1
40. Momenabadi V, Hossein K, Hashemi SY, Borhaninejad VR. Factors Affecting Hookah Smoking Trend in the Society: A Review Article. *Addict Health* 2016;8(2):123–35. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 12 d.) : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5115646/>
41. Morris DS, Fiala SC, Pawlak R. Opportunities for Policy Interventions to Reduce Youth Hookah Smoking in the United States. *Prevention Chronic Disease* 2012;9:E165 . Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 12 d.) : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3505114/>
42. Lauterstein D, Hoshino R, Gordon T, Watkins BX, Weitzman M, Zelikoff J. The Changing Face of Tobacco Use Among United States Youth. *Curr Drug Abuse Rev* 2014;7(1):29–43. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. gegužės 29 d.) : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4469045/>
43. Gatrad R, Gatrad A, Sheikh A. Hookah smoking. *BMJ* 2007;335(7609):20–20. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 12 d.) : <https://www.bmj.com/content/335/7609/20>
44. Corey CG, Holder-Hayes E, Nguyen AB, Delnevo CD, Rostron BL, Bansal-Travers M, ir kt. US Adult Cigar Smoking Patterns, Purchasing Behaviors, and Reasons for Use According to Cigar Type: Findings From the Population Assessment of Tobacco and Health (PATH) Study, 2013–2014. *Nicotine Tob Res* 2018;20(12):1457–66. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 14 d.) : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29059423/>
45. Delnevo CD. Smokers’ Choice: What Explains the Steady Growth of Cigar Use in the U.S.? *Public Health Reports* 2006 121:2, 116-119. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 14 d.) : <https://journals.sagepub.com/doi/epdf/10.1177/003335490612100203>
46. Cullen J, Mowery P, Delnevo C, Allen JA, Sokol N, Byron MJ, ir kt. Seven-Year Patterns in US Cigar Use Epidemiology Among Young Adults Aged 18–25 Years: A Focus on Race/Ethnicity and Brand. *Am J Public Health* 2011;101(10):1955–62. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 14 d.) : <https://ajph.aphapublications.org/doi/full/10.2105/AJPH.2011.300209>

47. Pipe smoking. The Columbia Encyclopedia, Sixth Edition. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 14 d.) :
<https://web.archive.org/web/20080829162053/http://www.bartleby.com/65/pi/pipesmok.html>
48. Pulse Check National Trends in Drug Abuse. ONDCP 1997. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 14 d.) :
<https://web.archive.org/web/20061231191036/http://www.whitehousedrugpolicy.gov/publications/drugfact/pulsechk/summer97/pcappa.html>
49. Rodriguez J, Jiang R, Johnson WC, MacKenzie BA, Smith LJ, Barr RG. The Association of Pipe and Cigar Use With Cotinine Levels, Lung Function, and Airflow Obstruction. *Ann Intern Med* 2010 ;152(4):201–10. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 14 d.) :
<https://www.acpjournals.org/doi/full/10.7326/0003-4819-152-4-201002160-00004>
50. Watson S. Smoking Pipes and Cigars: Health Effects and Cancer Concerns. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 14 d.) : <https://www.webmd.com/smoking-cessation/effects-of-smoking-pipes-and-cigars>
51. Kyriotakis G, Robinson JD, Green CE, Cinciripini PM. Patterns of Tobacco Product Use and Correlates Among Adults in the Population Assessment of Tobacco and Health (PATH) Study: A Latent Class Analysis. *Nicotine Tob Res* 2018;20(Suppl 1):S81–7. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 20 d.) :
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6093445/>
52. Wei L, Muhammad-Kah RS, Hannel T, Pithawalla YB, Gogova M, Chow S, ir kt. The impact of cigarette and e-cigarette use history on transition patterns: a longitudinal analysis of the population assessment of tobacco and health (PATH) study, 2013–2015. *Harm Reduct J* 2020;17(1):45. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 24 d.) :
<https://doi.org/10.1186/s12954-020-00386-z>
53. Gorini G, Gallus S, Carreras G, De Mei B, Masocco M, Faggiano F, ir kt. Prevalence of tobacco smoking and electronic cigarette use among adolescents in Italy: Global Youth Tobacco Surveys (GYTS), 2010, 2014, 2018. *Prev Med* 2020;131:105903. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 24 d.) :
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743519303834>

54. Cornelius ME, Wang TW, Jamal A, Loretan CG, Neff LJ. Tobacco Product Use Among Adults — United States. *Morb Mortal Wkly Rep* 2020;69(46):1736–42. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 28 d.) : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7676638/>
55. Pinkas J, Kaleta D, Zgliczyński WS, Lusawa A, Wrześniewska-Wal I, Wierzba W, ir kt. The Prevalence of Tobacco and E-Cigarette Use in Poland: A 2019 Nationwide Cross-Sectional Survey. *Int J Environ Res Public Health* 2019;16(23):4820. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 24 d.) : <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/23/4820>
56. Stanton CA, Bansal-Travers M, Johnson AL, Sharma E, Katz L, Ambrose BK, ir kt. Longitudinal e-Cigarette and Cigarette Use Among US Youth in the PATH Study (2013–2015). *JNCI J Natl Cancer Inst* 2019;111(10):1088–96. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 20 d.) : <https://doi.org/10.1093/jnci/djz006>
57. Cole AG, Aleyan S, Battista K, Leatherdale ST. Trends in youth e-cigarette and cigarette use between 2013 and 2019: insights from repeat cross-sectional data from the COMPASS study. *Can J Public Health* 2021;112(1):60–9. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 24 d.) : <https://doi.org/10.17269/s41997-020-00389-0>
58. Hori A, Tabuchi T, Kunugita N. Rapid increase in heated tobacco product (HTP) use from 2015 to 2019: from the Japan ‘Society and New Tobacco’ Internet Survey (JASTIS). *Tob Control* 2021;30(4):474–5. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 27 d.) : <https://tobaccocontrol.bmj.com/content/30/4/474>
59. Pérez A, Kuk AE, Bluestein MA, Chen B, Sterling KL, Harrell MB. Age of initiation of hookah use among young adults: Findings from the Population Assessment of Tobacco and Health (PATH) study, 2013–2017. *PLoS ONE* 2021;16(10):e0258422. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 20 d.) : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8509879/>
60. Edwards KC, Sharma E, Halenar MJ, Taylor KA, Kasza KA, Day H, ir kt. Longitudinal pathways of exclusive and polytobacco cigar use among youth, young adults and adults in the USA: findings from the PATH Study Waves 1–3 (2013–2016). *Tob Control* 2020;29(3):s16-9. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 20 d.) : <https://tobaccocontrol.bmj.com/lookup/doi/10.1136/tobaccocontrol-2020-055624>
61. Parns TA, Head SK, Sawdey MD, Rostron BL, Cullen KA. Characteristics of Past 30–Day Cigar Smoking, U.S. Adolescents, 2020. *Am J Prev Med* 2022;62(1):e39–44. Prieiga per

internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 27 d.) :

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0749379721004050>

62. Rodiklių duomenų bazė. Oficialiosios statistikos portalas. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 27 d.) : <https://osp.stat.gov.lt/statistiniu-rodikliu-analize?hash=66e38c6f-cba6-408b-94b3-92a9fce40215#/>
63. Perski O, Theodoraki M, Cox S, Kock L, Shahab L, Brown J. Associations between smoking to relieve stress, motivation to stop and quit attempts across the social spectrum: A population survey in England. *PLOS ONE* 2022;17(5):e0268447. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. spalio 28 d.) : <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0268447>
64. Seeley RJ, Sandoval DA. Weight loss through smoking. *Nature* 2011;475(7355):176–7. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. lapkričio 1 d.) : <https://www.nature.com/articles/475176a>
65. Nicksic NE, Snell LM, Barnes AJ. Reasons to use e-cigarettes among adults and youth in the Population Assessment of Tobacco and Health (PATH) study. *Addict Behav* 2019;93:93–9. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 28 d.) : <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0306460318307718>
66. Steeger CM, Harlow AF, Barrington-Trimis JL, Simon P, Hill KG, Leventhal AM. Longitudinal associations between flavored tobacco use and tobacco product cessation in a national sample of adults. *Prev Med* 2022;161:107143. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. lapkričio 3 d.) : <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S009174352200192X>
67. Malt L, Verron T, Cahours X, Guo M, Weaver S, Walele T, ir kt. Perception of the relative harm of electronic cigarettes compared to cigarettes amongst US adults from 2013 to 2016: analysis of the Population Assessment of Tobacco and Health (PATH) study data. *Harm Reduct J* 2020;17:65. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. lapkričio 4 d.) : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7501702/>
68. Sutanto E, Miller CR, Smith DM, O'Connor RJ, Gravely S, Hammond D, ir kt. Perceived relative harm of heated tobacco products (IQOS), e-cigarettes, and cigarettes among adults in Canada: Findings from the ITC Project. *Tob Induc Dis* 2020;18:81. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. lapkričio 4 d.) : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7528265/>

69. Gravely S, Fong GT, Sutanto E, Loewen R, Ouimet J, Xu SS, ir kt. Perceptions of Harmfulness of Heated Tobacco Products Compared to Combustible Cigarettes among Adult Smokers in Japan: Findings from the 2018 ITC Japan Survey. *Int J Environ Res Public Health* 2020;17(7):2394. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. lapkričio 4 d.) : <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/7/2394>
70. WHO Framework Convention on Tobacco Control. WHO 2003. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 30 d.) : <https://fctc.who.int/publications/i/item/9241591013>
71. Directive 2014/40/EU of the European Parliament and of the Council of 3 April 2014 on the approximation of the laws, regulations and administrative provisions of the Member States concerning the manufacture, presentation and sale of tobacco and related products and repealing Directive 2001/37/EC Text with EEA relevance. Prieiga per internetą : <http://data.europa.eu/eli/dir/2014/40/oj/eng>
72. Lietuvos Respublikos tabako, tabako gaminių ir su jais susijusių gaminių kontrolės įstatymas. Prieiga per internetą (žiūrėta 2022 m. rugsėjo 30 d.) : <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.24500/asr>
73. Preventing Tobacco Use Among Youths, Surgeon General fact sheet. U.S department of health and human services 2017. Prieiga per internetą (žiūrėta 2023 m. kovo 28 d.): <https://www.hhs.gov/surgeongeneral/reports-and-publications/tobacco/preventing-youth-tobacco-use-factsheet/index.html>

8. PRIEDAI

I priedas

Klausimynas

Gerbiamas(-a) Respondente,

Esu Vilniaus Universiteto Visuomenės Sveikatos, 2 magistro kurso studentė Benita Guzikaitė. Vykdu magistrinio darbo tyrimą, kurio tikslas yra nustatyti tabako gaminių vartojimo įpročių ir nuostatų apie tabako gaminius kaitą tarp medicinos fakulteto studentų.

Apklausa yra **anoniminė, konfidencialumas garantuojamas**, gauti duomenys bus panaudoti tik statistinei analizei ir tyrimo išvadoms.

Klausimyną užpildyti trunka iki **5 minučių**.

Demografiniai duomenys

1. Jūsų lytis:

- Vyras
- Moteris

2. Jūsų amžius: (įrašykite)

3. Studijų programa:

- Medicina
- Farmacija
- Odontologija
- Visuomenės sveikata
- Optometrija
- Reabilitacija
- Ergoterapija
- Kinezeterapija
- Slauga
- Menų terapija
- Medicinos biologija
- Medicinos genetika

- Sistemų biologija
- Muzikos terapija vs menų terapija

4. Kelintame kurse studijuojate? (įrašykite).....

5. Ar Jūs šiuo metu dirbate?

- Taip
- Ne

Tabako gaminių vartojimo įpročiai ir nuostatos

6. Kaip dažnai patiriate **stresą/įtampą/nerimą**?

- Nuolatos
- Dažnai
- Retkarčiais
- Niekada

7. Kas Jums geriausiai padeda **valdyti** stresą?

(Pasirinkite labiausiai tinkantį variantą)

- Sportas
- Meditacija
- Alkoholis
- Tabako gaminiai (Cigaretės, kaitinamojo tabako produktai (Iqos, Glo), elektroninės cigaretės, kaljanas, pypkės/cigarai)
- Pokalbiai su artimais žmonėmis
- Profesionali psichologinė pagalba
- Kita

8. Kaip vertinate savo **sveikatą**?

- Labai gerai
- Gerai
- Vidutiniškai
- Blogai
- Labai blogai

9. Kaip manote, ar **tabako gaminiai** (cigaretės, kaitinamojo tabako produktai (Iqos, Glo), elektroninės cigaretės, kaljanas, pypkės/cigarai) gali sukelti priklausomybę?
- Taip
 - Ne
 - Nežinau
10. Kaip manėte prieš **tris metus**, ar **tabako gaminiai** (cigaretės, kaitinamojo tabako produktai (Iqos, Glo), elektroninės cigaretės, kaljanas, pypkės/cigarai) gali sukelti priklausomybę?
- Taip
 - Ne
 - Nežinau
11. Kaip manote, kaip žalinga sveikatai yra vartoti **tabako gaminius** (cigaretes, kaitinamojo tabako produktus (Iqos, Glo), elektroninės cigaretes, kaljana, pypkes/cigarus)?
- Jokios žalos sveikatai neturi
 - Šiek tiek žalinga
 - Labai žalinga
12. Kaip manėte prieš **tris metus**, kaip žalinga sveikatai yra vartoti **tabako gaminius** (cigaretes, kaitinamojo tabako produktus (Iqos, Glo), elektroninės cigaretes, kaljana, pypkes/cigarus)?
- Jokios žalos sveikatai neturi
 - Šiek tiek žalinga
 - Labai žalinga
13. Kaip manote, ar **elektroninių cigarečių** vartojimas yra maždaug tiek pat, mažiau ar daugiau žalingas nei **paprastų cigarečių**?
- Mažiau žalingas
 - Maždaug tiek pat žalingas kaip paprastų cigarečių vartojimas
 - Daugiau žalingas
14. Kaip manėte prieš **tris metus**, ar **elektroninių cigarečių** vartojimas yra maždaug tiek pat, mažiau ar daugiau žalingas nei **paprastų cigarečių**?

- Mažiau žalingas
- Maždaug tiek pat žalingas
- Daugiau žalingas

15. Kaip manote, ar **kaitinamojo tabako** vartojimas yra maždaug tiek pat, mažiau ar daugiau žalingas nei **paprastų cigarečių**?

- Mažiau žalingas
- Maždaug tiek pat žalingas kaip paprastų cigarečių vartojimas
- Daugiau žalingas

16. Kaip manėte prieš **tris metus**, ar **kaitinamojo tabako** vartojimas yra maždaug tiek pat, mažiau ar daugiau žalingas nei **paprastų cigarečių**?

- Mažiau žalingas
- Maždaug tiek pat žalingas
- Daugiau žalingas

17. Kaip manote, kiek **laiko** žmogus turi vartoti tabako gaminius, kad tai **pakenktų jo sveikatai**?

- Tabako gaminių vartojimas niekada nepakenks sveikatai
- Mažiau nei metus
- 1 metus
- 5 metus
- 10 metų
- 20 metų

18. Kaip manėte prieš **tris metus**, kiek **laiko** žmogus turi vartoti tabako gaminius, kad tai **pakenktų jo sveikatai**?

- Tabako gaminių vartojimas niekada nepakenks sveikatai
- Mažiau nei metus
- 1 metus
- 5 metus
- 10 metų
- 20 metų

19. Kaip manote, kuris tabako gaminy labiausiai **kenkia sveikatai**?

- Cigaretės
- Kaitinamojo tabako produktai (Iqos, Glo)
- Elektroninės cigaretės
- Kaljanas
- Pypkės/cigarai

20. Kaip manėte prieš **tris metus**, kuris tabako gaminy labiausiai kenkia sveikatai?

- Cigaretės
- Kaitinamojo tabako produktai (Iqos, Glo)
- Elektroninės cigaretės
- Kaljanas
- Pypkės/cigarai

21. Kaip manote, kuris tabako gaminy mažiausiai kenkia sveikatai?

- Cigaretės
- Kaitinamojo tabako produktai (Iqos, Glo)
- Elektroninės cigaretės
- Kaljanas
- Pypkės/cigarai

22. Kaip manėte prieš **tris metus**, kuris tabako gaminy mažiausiai kenkia sveikatai?

- Cigaretės
- Kaitinamojo tabako produktai (Iqos, Glo)
- Elektroninės cigaretės
- Kaljanas
- Pypkės/cigarai

23. Kiek jūsų **draugų** vartoja tabako gaminius (cigaretes, kaitinamojo tabako produktus (Iqos, Glo), elektroninės cigaretes, kaljaną, pypkes/cigarus)?

- Nevartoja nei vienas
- Keletas
- Dauguma
- Visi

24. Kiek jūsų **draugų** vartojo tabako gaminius (cigaretes, kaitinamojo tabako produktus (Iqos, Glo), elektroninės cigaretės, kaljaną, pypkes/cigarus) **prieš tris metus**?

- Nevartojo nei vienas
- Keletas
- Dauguma
- Visi

25. Ar Jūs **kada nors gyvenime** bandėte vartoti (net vieną ar du dūmus) tabako gaminius (cigaretes, kaitinamojo tabako produktus (Iqos, Glo), elektroninės cigaretės, kaljaną, pypkes/cigarus)?

- Taip
- Ne

❖ Klausimai respondentams tik vartojusiems tabako gaminius. Likusiems apklausos dalyviams apklausa baigta.

26. Kada **pirmą kartą** pabandėte vartoti bet kurį tabako gaminį?

- metų

27. Kurį tabako gaminį pabandėte pirmiausiai?

- Cigaretę
- Kaitinamojo tabako produktą (Iqos, Glo)
- Elektroninę cigaretę
- Kaljaną
- Pypkę/cigarą

28. Ar **pirmasis** tabako gaminys, kurį vartojote, buvo su **pridėtinu kvapu ar skoniu** (mentoliu, vaisiais, saldumynais ar kt.)?

- Taip
- Ne
- Neprisimenu

29. Kaip manote, ar tabako gaminius **su pridėtinu kvapu ar skoniu** (mentoliu, vaisiais, saldumynais ar kt.) yra maždaug taip pat, lengviau ar sunkiau **virti** nei tabako gaminius **be** pridėtinio kvapo ar skonio?
- Lengviau
 - Maždaug taip pat
 - Sunkiau
30. Kaip dažnai **per paskutinius 12 mėnesių** vartojote/vartojate cigaretes?
- Kasdien
 - Keletą kartų per savaitę
 - Keletą kartų per mėnesį
 - Keletą kartų per metus
 - Nevartojau
31. Prisiminkite, kaip dažnai vartojote cigaretes **prieš 3 metus**?
- Kasdien
 - Keletą kartų per savaitę
 - Keletą kartų per mėnesį
 - Keletą kartų per metus
 - Nevartojau
28. Kaip dažnai **per paskutinius 12 mėnesių** vartojote/vartojate kaitinamojo tabako produktus (Iqos, Glo)?
- Kasdien
 - Keletą kartų per savaitę
 - Keletą kartų per mėnesį
 - Keletą kartų per metus
 - Nevartojau
33. Prisiminkite, kaip dažnai vartojote kaitinamojo tabako produktus (Iqos, Glo) **prieš 3 metus**?
- Kasdien
 - Keletą kartų per savaitę
 - Keletą kartų per mėnesį

- Keletą kartų per metus
- Nevartojau

34. Kaip dažnai **per paskutinius 12 mėnesių** vartojote/vartojate elektroninės cigaretės?

- Kasdien
- Keletą kartų per savaitę
- Keletą kartų per mėnesį
- Keletą kartų per metus
- Nevartojau

35. Prisiminkite, kaip dažnai vartojote elektroninės cigaretės **prieš 3 metus**?

- Kasdien
- Keletą kartų per savaitę
- Keletą kartų per mėnesį
- Keletą kartų per metus
- Nevartojau

36. Kaip dažnai **per paskutinius 12 mėnesių** vartojote/vartojate kaljaną ar pypkes/cigarus?

- Kasdien
- Keletą kartų per savaitę
- Keletą kartų per mėnesį
- Keletą kartų per metus
- Nevartojau

37. Prisiminkite, kaip dažnai vartojote kaljaną ar pypkes/cigarus **prieš 3 metus**?

- Kasdien
- Keletą kartų per savaitę
- Keletą kartų per mėnesį
- Keletą kartų per metus
- Nevartojau

38. **Kodėl** Jūs vartojote/vartojate tabako gaminius (cigaretės, kaitinamojo tabako produktus (Iqos, Glo), elektroninės cigaretės, kaljaną, pypkes/cigarus)? (Pasirinkite labiausiai tinkantį variantą)

- Streso slopinimui
- Energijos pakėlimui
- Savijautos gerinimui
- Pasilinksminimo tikslais
- Padeda atsipalaiduoti
- Padeda pritapti prie kitų žmonių
- Padeda kontroliuoti svorį
- Kita.....

39. Jei pradėjote vartoti elektronines cigaretes ar kaitinamuosius tabako gaminius **vietoje cigarečių**, kokios buvo **priežastys**? (Pasirinkite labiausiai tinkantį variantą)

- Kaina (pigiau)
- Neturi nemalonaus kvapo
- Sveikiau
- Yra skanių skonių
- Noriu mesti rūkyti
- Elektronines cigaretes galima vartoti vietose, kuriose negalima vartoti cigarečių
- Kita.....

40. 2016 metų gegužės mėnesį buvo **uždrausta prekiauti cigaretėmis su pridėtinu kvapu ar skoniu**, ar tai padarė įtakos jūsų **cigarečių** vartojimui?

- Taip, cigarečių nebevarčiau išvis
- Taip, šis draudimas sumažino mano vartojimą
- Ne, šis draudimas nepadarė įtakos mano cigarečių vartojimui

41. 2022 metų liepos mėnesį buvo **uždrausta prekiauti elektroninėmis cigaretėmis su pridėtinu kvapu ar skoniu**, ar tai padarė įtakos jūsų **elektroninių cigarečių** vartojimui?

- Taip, elektroninių cigarečių nebevarčiau išvis
- Taip, šis draudimas sumažino mano vartojimą
- Ne, šis draudimas nepadarė įtakos mano elektroninių cigarečių vartojimui

42. Kaip dažnai per pastaruosius **12 mėnesių** pagalvojote apie tabako gaminiuose esančias kenksmingas sveikatai **chemines medžiagas**?

- Niekada

- Retai
- Kartais
- Dažnai
- Labai dažnai

43. Kaip dažnai ant tabako gaminių pakelių esantys **įspėjimai** apie pavojų sveikatai privertė susimąstyti apie tabako gaminių **žalą**?

- Niekada
- Retai
- Kartais
- Dažnai
- Labai dažnai

44. Ar **kada nors** bandėte visiškai **nustoti vartoti** tabako gaminius (cigaretes, kaitinamojo tabako produktus (Iqos, Glo), elektroninės cigaretės, kaljaną, pypkes/cigarus)?

- Taip
- Ne

Dėkoju už atsakymus!

II priedas

Kintamųjų lentelė

Demografiniai duomenys:	Kintamasis	Klausimo Nr.
Lytis	Nominalus dvinaris	1kl.
Amžius	Skaitmeninis tolydus	2kl.
Fakultetas	Nominalus daugianaris	3kl.
Kursas	Nominalus daugianaris	4kl.
Darbo statusas	Nominalus dvinaris	5kl.
1 uždavinys		

Nustatyti tabako gaminių vartojimo paplitimą tarp medicinos fakulteto studentų dabar ir prieš 3 metus.	Nominalus dvinaris	25 kl.
	Nominalus daugianaris	30 kl., 31 kl., 32 kl., 33 kl., 34 kl., 35 kl., 36 kl., 37 kl.
2 uždavinys		
Įvertinti tabako gaminių vartojimo ypatumus tarp medicinos fakulteto studentų.	Nominalus daugianaris	27 kl., 28 kl., 30 kl., 31 kl., 32 kl., 33 kl., 34 kl., 35 kl., 36 kl., 37 kl., 40 kl., 41 kl.
	Skaitmeninis tolydus	26 kl.
	Nominalus dvinaris	44 kl.
3 uždavinys		
Nustatyti tabako gaminių vartojimo priežastis tarp medicinos fakulteto studentų.	Nominalus daugianaris	6kl., 7kl., 38kl., 39kl.
	Ordinarus	8kl.
4 uždavinys		
Nustatyti medicinos fakulteto studentų nuostatas apie tabako gaminius dabar ir prieš 3 metus	Nominalus daugianaris	9kl., 10 kl., 11 kl., 12 kl., 13 kl., 14 kl., 15 kl., 16 kl., 17 kl., 18 kl., 19 kl., 20 kl., 21 kl., 22 kl., 23 kl., 24 kl., 29 kl.
	Ordinarus	42 kl., 43 kl.