

Apel z okazji Światowego Dnia Rzucania Palenia 16 listopada 2023 roku

W ostatnich dziesięcioleciach osiągnęliśmy w Polsce niezwykle postęp w walce z chorobami odtytoniowymi. Jeszcze w latach 80. ubiegłego wieku spożycie tytoniu w Polsce należało do najwyższych na świecie. Na początku lat 90. rocznie sprzedawano ponad 100 mld papierosów. Od tego czasu poziom palenia spadł o ponad połowę, a w 2015 r. sprzedaż papierosów wyniosła około 41 mld sztuk [2]. Od kiedy Polacy zaczęli masowo rzucać palenie, gwałtownie spadać zaczęły również zachorowania i umieralność na choroby przyczynowo związane z papierosami, między innymi raka płuca, zawały serca, etc.

Polska jest przykładem niezwykle sukcesu zapobiegania zachorowaniom i umieralności na raka płuca. Jedną z najważniejszych inicjatyw prowadzących do zerwania z tytoniem i zapobiegania zachorowaniu i śmierci z powodu raka płuca jest akcja „Rzuć palenie razem z nami”, stworzona w oparciu o odbywający się w Stanach Zjednoczonych od początku lat 70. „*Great American Smokeout*”. W Polsce akcja ta jest prowadzona od początku lat 90. przez Fundację „Promocja Zdrowia”, a następnie wiele innych organizacji zdrowotnych. Historycznie jest jedną z najskuteczniejszych inicjatyw zdrowotnych w naszym kraju. W niektórych latach nawet do pół miliona byłych palaczy deklarowało, że zerwało z nałogiem właśnie dzięki akcji „Rzuć palenie razem z nami”. Naturalny eksperyment, który miał miejsce w Polsce pokazuje, że zmniejszenie częstości palenia dzięki dobrze zaplanowanej, rozłożonej w czasie, efektywnej narodowej strategii (*Narodowy program ograniczenia zdrowotnych następstw palenia tytoniu 1995-2016*), prowadzi do spadku zachorowalności i umieralności na choroby odtytoniowe.

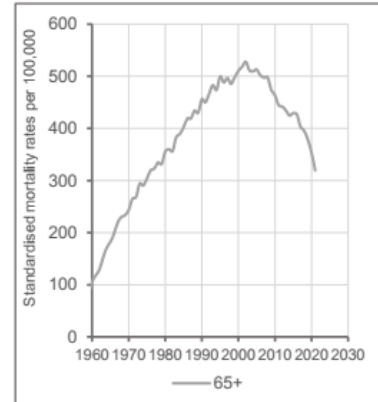
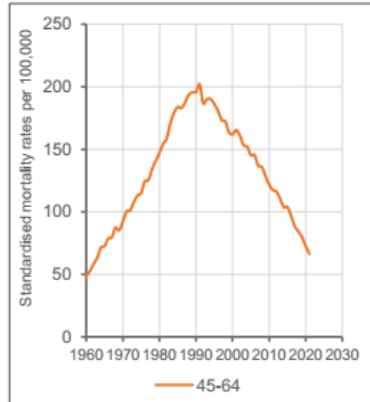
Umieralność na raka płuca jest najlepszym wskaźnikiem, który odzwierciedla zmniejszający się poziom ekspozycji na rakotwórcze i toksyczne substancje zawarte w dymie tytoniowym. Spadek umieralności na raka płuca jest obserwowany we wszystkich grupach wiekowych dorosłych zarówno mężczyzn jak i kobiet. Wcześniejszy spadek obserwowano w najmłodszej grupie wieku dorosłych, a późniejszy w najstarszej grupie wieku. Umieralność na raka płuca u mężczyzn w Polsce zmniejszyła się siedmiokrotnie w grupie wieku 20-44 lata (z 6,7/100 000 w 1981 r. do 0,7/100 000 w 2021 r.), czterokrotnie (z 202/100 000 w 1991 do 66/100 000 w 2021 r.) w grupie dorosłych w średnim wieku (45-64 lata) i prawie dwukrotnie (z 513/100 000 do 319/100 000 w 2021 r.) u najstarszych (65 lat i więcej). Obraz epidemiologiczny umieralności na raka płuca różnił się u kobiet w stosunku do mężczyzn wielkością zjawiska i przesunięciem w czasie, co wynika m.in. z poziomu ekspozycji na dym tytoniowy i jej zmian w czasie. Odwrócenie trendu umieralności na raka płuca u kobiet nastąpił później w stosunku do tego obserwowanego u mężczyzn. Standaryzowane współczynniki umieralności spadły z 2 w 1996 r. do 0,5/100 000 w 2021 r. w grupie wieku 20-44 lata i z 47 w 2014 r. do 31/100 000 w 2021 roku w grupie wieku 45-64 lata. Jest już także widoczne najdłużej oczekiwane odwrócenie trendu umieralności na raka płuca w najstarszej grupie wieku kobiet, w której współczynniki zmniejszyły się w ostatnich latach z 148 do 140/100 000.

Niestety, w 2016 r. został zniesiony, skutecznie działający *Narodowy program ograniczenia zdrowotnych następstw palenia tytoniu*, a w ostatnich latach doszło w Polsce do alarmującego wzrostu sprzedaży papierosów o 20%! Sprzedaż zwiększyła się z 41 mld w 2015 r. do 50 mld sztuk w 2022 r., a dostępność ekonomiczna wyrażona liczbą paczek papierosów do kupienia za minimalną pensję wzrosła o prawie 50% w tym czasie! Jest to niezwykle niebezpieczne zjawisko, które zagraża zmniejszającej się umieralności na raka płuca, ale także zachorowalności i umieralności z powodu innych chorób wynikających z palenia tytoniu, m.in. chorób układu krążenia. Należy pamiętać, że w Polsce nadal pali papierosy około 7 mln Polek i Polaków (w 1990 roku paliło około 15 mln Polaków).

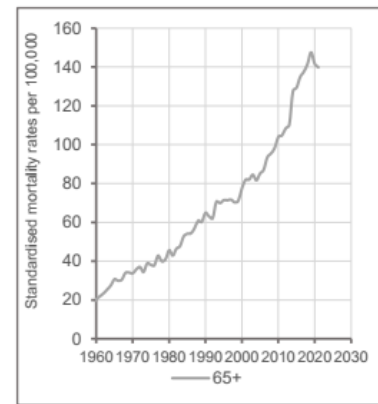
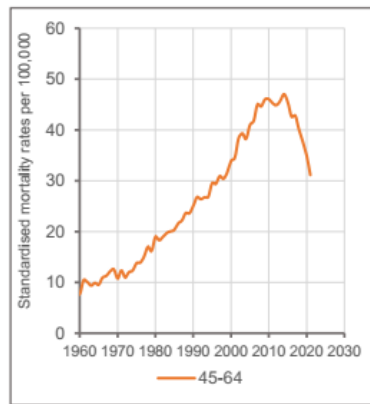
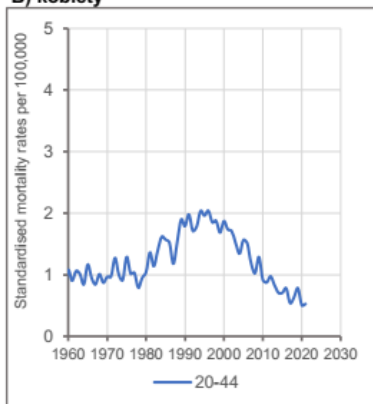
Wobec nasilających się niepokojących faktów, Fundacja „Promocja Zdrowia” zwraca się z apelem w tegoroczny „Światowy Dzień Rzucania Palenia” w Polsce, żeby wezwać wszystkie instytucje i organizacje, które odpowiadają za zdrowie Polaków, do przywrócenia *Narodowego programu ograniczenia zdrowotnych następstw palenia tytoniu*. Zwracamy się też do Państwa o poparcie akcji i dystrybucję informacji.

Umieralność na raka płuca w Polsce, 1960-2021

A) mężczyźni



B) kobiety



Źródło: baza umieralności WHO, GUS; współczynniki standaryzowane na populację świata z użyciem standardu Segi;

Przed trzydziestu laty Polacy palili więcej niż obywatele innych krajów świata. Polska miała najwyższy poziom zachorowalności i umieralności z powodu chorób tytoniowych, szczególnie raka płuca, który prawie wyłącznie występuje u palaczy papierosów. Od lat 90-tych doszło do znaczącej zmiany w zachowaniach Polaków w stosunku do palenia. Sprzedaż papierosów spadła z około 100 miliardów w 1990 roku do około 40 miliardów w 2016 roku. Doprowadziło to m.in. do spadku częstości zachorowań i umieralności z powodu raka płuca u mężczyzn w średnim wieku o prawie 2/3. Obecnie zjawisko to dotyczy obu płci i wszystkich dorosłych grup wiekowych (patrz rysunek).

Niestety w 2016 roku z trudnych do zrozumienia powodów doszło do zatrzymania, zniesienia realizacji Narodowego Programu Ograniczania Zdrowotnych Następstw Palenia Tytoniu uchwalonego przez Sejm w 1995 roku. Potrzebny jest natychmiastowy powrót do jego realizacji. 16 listopada 2023 roku jest dobrym dniem do podjęcia refleksji i działań dla dalszego zmniejszania zagrożenia rakiem płuca i innymi chorobami tytoniowymi w Polsce.

Profesor Witold Zatoński
Prezes Fundacji „Promocja Zdrowia”
Dyrektor Instytutu - Europejskie Obserwatorium Nierówności Zdrowotnych, Uniwersytet Kaliski im.
Prezydenta Stanisława Wojciechowskiego