

mgr Natalia Miller, EMBA

**Zmieniające się wzorce używania tradycyjnych i nowatorskich produktów
nikotynowych w populacji dorosłych w Polsce – uwarunkowania i znaczenie dla zdrowia
publicznego**

Changing patterns of use of traditional and novel nicotine products among the adult
population in Poland: determinants and public health implications.

Rozprawa doktorska na stopień doktora
w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu
w dyscyplinie nauki o zdrowiu
przedkładana Radzie Dyscypliny Nauk o Zdrowiu
Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego

Promotor: dr hab. n. med. i n. o zdr. Filip Raciborski

Promotor pomocniczy: dr n. o zdr. Piotr Samel-Kowalik

Warszawa, 2026

Streszczenie w języku polskim

Palenie papierosów od wielu lat pozostaje jednym z głównych wyzwań zdrowia publicznego w Polsce. W ostatnich latach obserwuje się rosnącą popularność i dostępność nowatorskich produktów nikotynowych. Zjawiska te wprowadzają nowe uwarunkowania zachowań związanych z używaniem tytoniu i nikotyny oraz procesem zaprzestania palenia, co wymaga pogłębionej analizy z perspektywy zdrowia publicznego, zrozumienia tła problemu, aby projektować efektywne strategie profilaktyczne i regulacyjne.

Z tego względu, **celem niniejszej rozprawy doktorskiej była kompleksowa ocena uwarunkowań stosowania tradycyjnych i nowatorskich produktów nikotynowych oraz analiza motywacji i gotowości do ograniczania lub zaprzestania palenia w populacji dorosłych mieszkańców Polski.** Praca została zrealizowana w formie cyklu trzech powiązanych tematycznie publikacji naukowych, obejmujących zarówno analizę rozpowszechnienia i wzorców używania produktów nikotynowych, jak i ocenę czynników psychospołecznych oraz systemowych wpływających na zachowania palaczy.

W pierwszym artykule na podstawie reprezentatywnego badania przekrojowego określono odsetek dorosłych Polaków używających tradycyjnych papierosów oraz nowatorskich produktów nikotynowych. Badanie pozwoliło określić skalę korzystania z ww. produktów oraz identyfikację czynników socjodemograficznych wpływających na preferencje dotyczące ich stosowania. **Wyniki wskazują, że mimo iż papierosy tradycyjne pozostają dominującą formą konsumpcji nikotyny w Polsce, obserwowany wzrost zainteresowania e-papierosami i HTP co implikuje potrzebę systematycznego monitorowania rynku oraz zachowań konsumenckich.**

Drugi artykuł koncentrował się na analizie czynników determinujących przechodzenie użytkowników z papierosów tradycyjnych na HTP. Wykazano, że kluczowym motywem tej zmiany była chęć ograniczenia charakterystycznego zapachu dymu tytoniowego, co wpływało na komfort użytkowników oraz ich funkcjonowanie w przestrzeni społecznej, rodzinnej i zawodowej. Motywy zdrowotne miały mniejsze znaczenie, aczkolwiek użytkownicy deklarowali, że chcą kontynuować korzystanie z tych produktów, ponieważ uważają je za znacznie lepszą alternatywę w porównaniu z paleniem papierosów tradycyjnych. Jednocześnie respondenci spontanicznie odnosili się do potencjalnych zagrożeń zdrowotnych związanych z używaniem HTP, co wskazuje na istotne luki w zakresie percepcji ryzyka zdrowotnego tych produktów. Badanie wskazuje również, że produkty HTP są często postrzegane jako nowoczesne, modne i technologicznie innowacyjne, szczególnie atrakcyjne

dla osób otwartych na nowe rozwiązania konsumenckie. Równoległe **badanie ujawnia pojawianie się nowych form samoidentyfikacji wśród użytkowników nikotyny – grupy określającej siebie mianem „tradycjonalistów”**, którzy świadomie i konsekwentnie pozostają przy użytkowaniu papierosów tradycyjnych.

Trzeci artykuł dotyczył **oceny motywacji oraz gotowości do ograniczania lub zaprzestania palenia papierosów tradycyjnych oraz nowatorskich produktów nikotynowych, a także identyfikacji barier utrudniających podejmowanie skutecznych prób rzucenia palenia**. W przypadku tradycyjnych papierosów niemal jedna czwarta palaczy podejmowała próbę rzucenia palenia w ciągu ostatnich 12 miesięcy, przy czym gotowość do zaprzestania palenia malała wraz z wiekiem. **Najważniejszymi barierami utrudniającymi rzucenie nałogu pozostawały czynniki społeczne i psychologiczne, takie jak przebywanie w otoczeniu palaczy w miejscu pracy lub w domu, stres, wcześniejsze nieudane próby czy obawa przed przyrostem masy ciała**. Kluczową motywacją skutecznego zaprzestania palenia była troska o własne zdrowie, a większe szanse na redukcję lub rzucenie palenia obserwowano u osób palących krócej, z wyższym poziomem wykształcenia oraz w gospodarstwach domowych, w których obecne były dzieci. Jednocześnie badanie pokazuje, że nowatorskie produkty nikotynowe są często wykorzystywane w kontekście prób ograniczenia lub rzucenia palenia tradycyjnego. Użytkownicy tych produktów wskazywali podobne motywacje wyboru, obejmujące mniejszą uciążliwość zapachową, intencję zaprzestania palenia papierosów konwencjonalnych oraz względy zdrowotne. Wśród strategii stosowanych podczas prób rzucania palenia nowatorskie produkty nikotynowe, obok nikotynowej terapii zastępczej, stanowiły jedno z najczęściej wybieranych narzędzi. Ponadto badanie wykazało niewykorzystany potencjał podstawowej opieki zdrowotnej w zakresie identyfikacji palaczy oraz udzielania systematycznego wsparcia antynikotynowego w zakresie dostępnych na rynku produktów nikotynowych.

Podsumowując, **niniejszy cykl artykułów uwypukla potrzebę wieloaspektowego podejścia do analizy wzorców używania nikotyny w Polsce w dobie dynamicznie zmieniającego się rynku produktów nikotynowych. Szczególnego znaczenia nabiera to w kontekście potencjalnej renormalizacji używania nikotyny oraz kształtowania się nowych tożsamości użytkowników, związanych z rosnącą popularnością alternatywnych form jej dostarczenia**. W związku z tym opracowywanie skutecznych interwencji antynikotynowych wymaga podejścia wielosektorowego, łączącego działania z zakresu promocji zdrowia, edukacji zdrowotnej, wsparcia klinicznego oraz systematycznego monitorowania nowych trendów konsumpcji nikotyny.

Wyniki przedstawionych badań wskazują również na konieczność dostosowania strategii zdrowia publicznego do zróżnicowanych motywacji i wzorców zachowań użytkowników – zarówno użytkowników papierosów tradycyjnych, jak i osób sięgających po produkty nowatorskie. W tym kontekście kluczowe staje się rozwijanie spójnej polityki regulacyjnej oraz skutecznych narzędzi profilaktycznych, które będą odpowiadały na współczesne wyzwania epidemii nikotynowej w Polsce.