

Szerhasználat megelőzése – Szakértő válaszol: Urbán Róbert

Substance use prevention – Expert opinion: Róbert Urbán

Szerző:	Urbán Róbert ¹ ✉
Beküldve:	2020. 12. 30.
Doi:	10.24365/ef.v62i2.6018
Kulcsszavak:	dohányzásprevenció; elektronikus cigaretta; ártalomcsökkentés; fiatalok; szakértői válasz
Keywords:	tobacco prevention; electronic cigarette; harm reduction; youth; expert opinions

Mi az Ön véleménye arról az egyre gyakoribb vélekedésről, hogy az ártalomcsökkentés érdekében az elektronikus cigaretta, a snüssz vagy hasonló termékek használatának ajánlása, népszerűsítése javasolt a diákok körében?

Az ártalomcsökkentés olyan intervenciókat foglal magában, amelyek révén a negatív egészségi, társas vagy társadalmi hatásokat (pl. HIV vagy a hepatitis-C vírus okozta fertőzés) csökkenthetjük vagy kivédhetjük anélkül, hogy az ártalmas viselkedést (pl. szerhasználat, védekezés nélküli szex) felfüggesztenénk vagy kiiktatnánk. Újabban felmerül a kérdés, hogy az alternatív dohánytermékek — kiemelten az elektronikus cigaretta (a továbbiakban e-cigaretta) vagy éppen a füstmentes dohánytermékek (snüssz) — olyan ártalomcsökkentő eszközként bevezethetők-e, amelyek alkalmasak a hagyományos cigaretta fogyasztásával együttjáró egészségi ártalmak csökkentésére vagy megelőzésére. Újabb csavar a fenti kérdésben, hogy az ártalomcsökkentési módot a serdülők vagy fiatal felnőttek — nevezük őket most diákoknak — körében kívánja használni. Mielőtt ezt a felvetést tárgyalnánk, fontos figyelembe venni, hogy ez az elképzelés rendszerint nem az egészségfejlesztésben vagy a drogpreevencióban dolgozó szakemberektől, hanem az e-cigaretta forgalmazásában érdekeltől származik. Szinte magától értetődően óvatosan kell az ilyen felvetésekkel bánni, vajon

nem éppen trójai falóként próbálják-e ilyenkor az e-cigaretta és a füstmentes dohányterméket felhasználni a dohányzás ismételt normalizálására.¹ Óvatosságra int az a hosszú távú tapasztalat, aminek összegzése, hogy a dohányipar dohányzásprevencióban való részvétele rendszerint több ártalommal, mint haszonnal jár.² Annak ellenére, hogy a dohányzásprevencióval foglalkozó szakemberek általános álláspontja az, hogy tartsuk távol magunkat az ipar lehetséges befolyásától, egyes kutatók mégis együttműködnek a kevésbé káros dohánytermékek fejlesztése érdekében.³

A szerkesztőség a fenti kérdésben kérte véleményem, azonban tudományos kutatóként a vélemény — a legalacsonyabb szintű evidencia — helyett érdemes inkább végiggondolni, milyen bizonyítékok állnak rendelkezésünkre a kérdés megválaszolásához. A kutatóknak és a gyakorlati szakembereknek további két kérdésre kell válaszolniuk. Az első kérdés arra vonatkozik, hogy van-e és ha igen, milyen adat arra, hogy az e-cigaretta csökkenti az elfogyasztott hagyományos cigaretták mennyiségét vagy, hozzájárul-e a leszokáshoz? Mindez hogyan alkalmazható a diákok körében, ahol az esetek túlnyomó többségében jellemzően sem egészségi ártalom, sem komoly nikotinfüggés nem figyelhető meg? Mindezt felvehetjük a hagyományos PICOT-formátumban⁴: Vajon a fiatalok körében az e-cigaretta promóciója (*intervention* – *beavatkozás*)

¹ Eötvös Lóránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar, Személyiség és Egészségpszichológia Tanszék, Budapest

csökkenti-e a dohányzást és az egészségkárosodást (*outcome – kimenetel*), összehasonlítva az átfogó dohányzásprevencióhoz képest (*comparison – összehasonlítás*) felnőtt korukig (*time – idő*)?

Sajnos erre a kérdésre nem tudok jól elvégzett meta-analízisre vagy torzítás nélküli magas szintű evidenciákra hivatkozva válaszolni. A kutatások egy jelentős része elsősorban az e-cigaretta leszokásra gyakorolt hatására fókuszál. Ezzel kapcsolatban az eddigi eredmények sokkal inkább ellentmondásosak, mintsem kielégítőek. Egyes meta-analízisek kedvező hatást sejtetnek, míg mások épp az ellenkezőjét állítják.^{5,6} Egyes bizonyítékok rámutatnak, hogy összehasonlítva a nikotintartalmú és a nikotinmentes készülékek hatékonyságát, csak sejtethetjük, hogy a nikotintartalmú eszközök kedvezőbbek a hagyományos cigarettáról való leszokásban, bár a hatás csak marginálisan szignifikáns, azaz nagy a becslés bizonytalansága.⁷ A kohorsz tanulmányok összegzése is azt mutatja, hogy az e-cigaretta csak marginálisan csökkenti a hagyományos cigarettázás esélyét.⁷ Ugyanakkor általános az egyetértés abban, hogy a jelenlegi kutatások módszertani problémákkal és lehetséges torzításokkal terheltek.

Mindenesetre, amíg nem számolhatunk be független kutatók jól elvégzett kutatásairól, addig még azt a kérdést sem tudjuk megválaszolni, hogy az e-cigaretta segíti-e a leszokást felnőtt használók körében. Ráadásul a képet bonyolíthatja, hogy egy longitudinális kutatásban kimutatták, a felnőtt használók körében az e-cigaretta kipróbálása (*ever use*), csak erős nikotinfüggőség esetében segített csökkenteni az elszívott hagyományos cigaretták mennyiségét, ám nagyon alacsony függés esetén az e-cigaretta kipróbálása a hagyományos cigaretta fogyasztásának gyakoribbá válásával járt együtt.⁸ Sőt, ugyanebben a vizsgálatban arra is rámutattak, hogy a hagyományos cigarettáról való leszokás során az e-cigaretta használata nem csökkentette az elszívott cigaretták számát. A kutatási eredmények alapján az azonban elmondható, hogy az e-cigaretta hatása függ a célcsoport jellemzőitől is. Ebből a szempontból a diákok egy specifikus célcsoportot képviselnek.

A serdülők és fiatal felnőttek egyaránt kiemelt célcsoportot képeznek a dohányipari marketing

és az egészségfejlesztésben dolgozók számára. A rendelkezésünkre álló adatok alapján sokkal inkább az látszik, hogy az e-cigaretta és a hagyományos cigaretta használói köre nagymértékben átfedi egymást, illetve a használatukat hasonló pszichoszociális jellemzők (pl. szenzoros élménykeresés) jelzik előre. Az is látható, hogy a nemdohányzó, e-cigaretta iránt érdeklődő fiatalok nagyobb eséllyel próbálják ki a hagyományos cigarettát is.⁹ Nem ismerünk olyan meggyőző adatokat, ami alátámaszthatná azt a feltételezést, hogy az e-cigaretta távol tartja a fiatalokat a hagyományos cigarettától. Sőt, ennek ellenkezője látszik a vonatkozó kutatásokból, azaz az e-cigaretta hozzájárulhat a hagyományos cigaretta használatához.^{9,10,11,12}

Az e-cigaretta „népszerűsítése” tehát alkalmas arra, hogy leépítse azokat a társadalmi sikereket, amiket egyes országok elértek a dohányzás visszaszorításában. Ugyanakkor bár a hagyományos cigarettának hosszú távú káros hatását ismerjük, de rövid távon nem okoz olyan súlyos problémát, ami szükségessé tenné az ártalomcsökkentés módszerének alkalmazását a fiatalok körében. Ezzel szemben ebben az életkorban még lehetséges a korszerű dohányzásprevenációs, leszokást motiváló és támogató módszerek alkalmazása. Éppen ezért az e-cigaretta alkalmazása a serdülőkkel való munka során olyan, mint amikor a farkasra bízunk a bárányokat.

Érdeemes feltenni egy másik kérdést is, miszerint a fiatalok célcsoportjában milyen ártalmakkal jár az e-cigaretta használata. Ugyan a nikotinnak nincs komoly egészségkárosító hatása, egyre többet tudunk annak központi idegrendszeri kedvezőtlen hatásairól serdülőkorban és fiatal felnőttek esetében. Az e-cigarettaiban lévő nikotin és más vegyületek befolyásolják a serdülő agy fejlődését azzal, hogy megnövelik a függőség kockázatát (nemcsak a cigarettától), befolyásolják a figyelmi és gondolkodási funkciók fejlődését, csökken az impulzuskontroll és megnő a hangulatzavarok kockázata.¹³ Így maga a nikotint tartalmazó e-cigaretta egy újabb kockázatot is jelenthet a fiatalok körében, azaz ahelyett, hogy megoldana egy problémát, újabb, még teljesen be nem látható problémákat idézhet elő.

Összességében az e-cigaretta javasolt alkalmazása a dohányzás visszaszorításában a fiatalok körében valószínűleg egy veszélyes pótcse-

lekvés, ami nem pótolja azokat a közösségi, társadalmi és kormányzati erőforrásokat, erőfeszítéseket, amelyek fájdalmasan hiányoznak a hazai dohányzás-, alkohol- és drogprevenció területéről. A hazai halálozási és megbetegedési statisztikákat látva sok tennivalónk lenne. A

teendőket pedig nem kell újból felfedeznünk, hiszen számos nemzetközi tapasztalat van, amelyek konzisztens, kitartó és következetes alkalmazásával hazánkban is idővel elérhetővé válnának a más országokban megfigyelhető kedvező változások.

HIVATKOZÁSOK

- ¹ Buljubasich D. Cigarrillo electrónico: ¿un moderno caballo de Troya? E-Cigarette: a modern Trojan horse? *Archivos de Bronconeumología*. 2015; 51(7), 313–314. doi: [10.1016/j.arbres.2014.12.004](https://doi.org/10.1016/j.arbres.2014.12.004)
- ² Landman A, Ling PM, Glantz SA. Tobacco industry youth smoking prevention programs: Protecting the industry and hurting tobacco control. *Am J of Public Health*. 2002; 92(6), 917–930. doi: [10.2105/ajph.92.6.917](https://doi.org/10.2105/ajph.92.6.917)
- ³ Hughes JR, Fagerstrom KO, Henningfield JE, et al. Why we work with the tobacco industry. *Addiction*. 2019; 114(2), 374–375. doi: [10.1111/add.14461](https://doi.org/10.1111/add.14461)
- ⁴ Guyatt G, Rennie D, Meade M, et al. (Eds.). *American Medical Association. Users' guides to the medical literature. A manual for evidence-based clinical practice (Third edition)*. McGraw-Hill Education, New York, 2015.
- ⁵ Malas M, van der Tempel J, Schwartz R, et al. Electronic cigarettes for smoking cessation: A systematic review. *Nicotine Tob Res*. 2016; 18(10), 1926–1936. doi: [10.1093/ntr/ntw119](https://doi.org/10.1093/ntr/ntw119)
- ⁶ Kalkhoran S, Glantz SA. E-cigarettes and smoking cessation in real-world and clinical settings: A systematic review and meta-analysis. *Lancet Respir Med*. 2016; 4(2), 116–128. doi: [10.1016/S2213-2600\(15\)00521-4](https://doi.org/10.1016/S2213-2600(15)00521-4)
- ⁷ El Dib R, Suzumura EA, Akl EA, et al. Electronic nicotine delivery systems and/or electronic non-nicotine delivery systems for tobacco smoking cessation or reduction: A systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*. 2017; 7(2), e012680. doi: [10.1136/bmjopen-2016-012680](https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-012680)
- ⁸ Selya AS, Dierker L, Rose JS, et al. The role of nicotine Dependence in e-cigarettes' potential for amoking reduction. *Nicotine Tob Res*. 2018; 20(10), 1272–1277. doi: [10.1093/ntr/ntx160](https://doi.org/10.1093/ntr/ntx160)
- ⁹ Péntes M, Foley KL, Nădășan V, et al. Bidirectional associations of e-cigarette, conventional cigarette and waterpipe experimentation among adolescents: A cross-lagged model. *Addict Behav*. 2018; 80, 59–64. doi: [10.1016/j.addbeh.2018.01.010](https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.01.010)
- ¹⁰ Soneji S, Barrington-Trimis JL, Wills TA, et al. Association between initial use of e-cigarettes and subsequent cigarette smoking among adolescents and young adults: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatr*. 2017; 171(8), 788. doi: [10.1001/jamapediatrics.2017.1488](https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2017.1488)
- ¹¹ Treur JL, Rozema AD, Mathijssen JJP, et al. E-cigarette and waterpipe use in two adolescent cohorts: Cross-sectional and longitudinal associations with conventional cigarette smoking. *Eur J Epid*. 2018; 33(3), 323–334. doi: [10.1007/s10654-017-0345-9](https://doi.org/10.1007/s10654-017-0345-9)
- ¹² Wills TA, Knight R, Sargent JD et al. Longitudinal study of e-cigarette use and onset of cigarette smoking among high school students in Hawaii. *Tobacco Control*. 2017; 26(1), 34–39. doi: [10.1136/tobaccocontrol-2015-052705](https://doi.org/10.1136/tobaccocontrol-2015-052705)
- ¹³ Yuan M, Cross SJ, Loughlin SE, et al. Nicotine and the adolescent brain. *J Phys*. 2015; 593(16), 3397–3412. doi: [10.1113/JP270492](https://doi.org/10.1113/JP270492)