



О.О. Кваша

О.О. Кваша, д.м.н., лікар-кардіолог, м. Київ

Чи є шанс зменшити шкоду від епідемії тютюнокуріння в Україні?

Тютюнокуріння залишається однією з найактуальніших проблем охорони здоров'я в усьому світі як сильний і незалежний фактор ризику низки соціально значущих хвороб. У 2022 році куріння спричинило майже 9 мільйонів смертей у всьому світі. Зусилля щодо протидії тютюновій епідемії мали результатом зменшення її поширеності на 34,8% порівняно зі станом на 1990 рік. На думку експертів, ці зміни пов'язані як зі зменшенням кількості людей, які починають курити, так і зі збільшенням числа випадків відмови від куріння. Водночас останніми десятиліттями основні інструменти Рамкової конвенції Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) щодо боротьби проти тютюну, зокрема антитютюнові закони, які мають переважно репресивний характер, втрачають свою ефективність в аспекті зменшення частоти куріння, а отже, позитивного впливу на здоров'я населення. За розрахунками групи американських та австралійських учених, збереження наявних тенденцій спричинить 12,2 мільйонів летальних наслідків у 2050 році, а протягом подальших 28 років – 310 мільйонів.

Поточна ситуація з тютюнокурінням в Україні

В Україні ситуація з тютюнокурінням є надзвичайно складною з огляду на постійний стрес та виклики, з якими мають справу наші співгромадяни. За даними Київського міжнародного інституту соціології (березень 2024 року), в Україні щодня курять 36% чоловіків і 15% жінок віком понад 12 років. Серед пацієнтів із серцево-судинними захворюваннями цей фактор ризику зустрічається у 28%. Зазвичай це особи зі значним стажем, численними невдалими спробами відмови від куріння, середнім і часто високим ступенем ніотинової залежності. На жаль, навіть наявність серйозного захворювання та перенесеного інфаркту чи інсульту не завжди мотивує курців відмовитися від сигарети. Опитування таких хворих демонструють, що дві третини з них лише декларують бажання кинути курити, третина намагалася припинити споживання тютюну протягом останнього року і лише кожний десятий готовий зробити це найближчого місяця.

Стратегія зменшення шкоди

Розуміння того, що саме компоненти тютюнового диму є основним джерелом шкідливого впливу куріння, постійне кількісне зростання кількості курців у світі, наполегливе небажання частки з них відмовитися від тютюну, часті рецидиви повернення до куріння, анозогнозія в більшості залежних від нікотину, внаслідок чого вони не схильні вважати себе хворими і не бачать потреби в медикаментозному лікуванні, відсутність препаратів допомоги у відмові від куріння зі 100% ефективністю й без наявності побічних ефектів спричинили розробку нового терапевтичного підходу до лікування нікотинізму, що ґрунтується на стратегії зменшення шкоди. Суть стратегії полягає у переформулюванні цілей лікування. Якщо за традиційної терапії нікотинізму основне завдання – повна та беззастережна відмова від куріння, в рамках стратегії зниження шкоди – це усунення токсичних речовин, що утворюються під час горіння тютюну, а також задоволення адиктивного потягу за рахунок надходження нікотину. Зменшення шкоди від тютюну в цьому разі визначається як мінімізація шкоди та зниження показників загальної смертності. Такий підхід не протиставляється основному

напрямку політичних зусиль Рамкової конвенції ВООЗ щодо зменшення тягаря захворювань, зумовлених курінням, а доповнює його.

Досвід Швеції

Яскравим прикладом успішного взаємного доповнення двох стратегій є Швеція. Відповідно до звіту міжнародних експертів у галузі охорони здоров'я 2024 року, в цій країні реєструються одні з найнижчих показників захворюваності, зумовленої тютюнокурінням. Хоча споживання нікотину в Швеції відповідає середньоевропейським показникам, у країні рівень захворюваності на рак легень є на 41% нижчим, крім того, реєструється вдвічі менше смертей, пов'язаних із тютюнокурінням, ніж у європейських країнах. Такий різкий контраст пояснюється широким розповсюдженням бездимних нікотинових продуктів, як-от снюс, нікотинові паучі та електронні сигарети. Чи можна в рамках стратегії зниженого ризику використати альтернативні продукти доставки нікотину замість традиційного куріння без збільшення ризику серцево-судинних захворювань?

У 2017 році під час проведення відкритого локального дослідження вивчали динаміку показників функціонального стану ендотелію судинної стінки та факторів, що його визначають, у курців, немотивованих на відмову, при 6-місячному переході на використання електронних систем доставки нікотину (системи нагріву тютюну й електронні сигарети). Результати продемонстрували, що використання системи нагрівання тютюну або електронної сигарети й надходження до організму нікотину без ушкоджувальної дії сигаретного диму дозволяє уникнути порушень кисневотранспортної функції крові, ушкодження судинного ендотелію, а також розвитку проатерогенних змін ліпідів і ліпопротеїнів крові.

Паралельне опитування 305 кардіологів довело їхнє тривожне ставлення до впливу нікотину на організм пацієнтів, низьку поінформованість щодо стратегії зниженого ризику та зацікавленість науковими даними стосовно можливостей використання альтернативних джерел доставки нікотину замість куріння сигарет.

Через 7 років опитали 85% учасників дослідження щодо впливу електронних систем доставки нікотину на серцево-судинну систему. Проведене опитування

засвідчило, що наявна ситуація та високі ціни на електронні системи доставки нікотину, а також їхні витратні матеріали потенціюють повернення залежних курців від продуктів зниженого ризику до традиційного споживання сигарет, крім того, сприяють формуванню нової когорти споживачів, котра використовує самозаміси не лише рідин для електронних сигарет, а й тютюну для самокруток (часто без фільтрів). Це когорта тінювих курців, які не контролюють рівня споживання нікотину та токсичних компонентів, що містяться в диму/аерозолі, отже, підвищують їхній негативний вплив на власне здоров'я.

Підвищення доступності альтернативних продуктів як дієвий крок для зменшення шкоди для здоров'я

Хоча під час війни в Україні проблема тютюнокуріння та стратегії боротьби з ним може здатися неактуальною і несвоечасною, куріння мало й ще довгі роки чинитиме суттєвий вплив на здоров'я, тривалість життя населення, економіку країни. Як продемонструвало опитування, ціна нікотиновмісної продукції – вагомий фактор для курців із високим рівнем залежності від нікотину: навіть усвідомлюючи, що сигарети є найшкідливішим джерелом нікотину, курці обирають їх як найдешевший спосіб утамувати нікотинний голод. Саме тому зусилля, спрямовані на підвищення доступності альтернативних продуктів без ушкоджувальної дії тютюнового диму, є виправданими та відповідають цілям охорони здоров'я як доповнення до планомірних існуючих дій щодо попередження й зменшення вживання тютюнових виробів. Важливим кроком у цьому напрямі є законопроект № 11090, розроблений Міністерством фінансів України. Я мала честь долучитися до обговорення цього законопроекту на Робочій групі під керівництвом голови Комітету з питань фінансів, податкової та митної політики Верховної Ради України Данила Олександровича Гетманцева. Я щиро сподіваюся, що позиції стосовно різноманітного оподаткування продукції з різним профілем ризику будуть підтримані, а в курців, які з певних причин не готові повністю відмовитися від шкідливої звички, з'являться додаткові стимули для зменшення завдання шкоди здоров'ю – як власному, так і тих, хто поряд.