



Ομιλία Προέδρου Αρχής Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων Κύπρου (ΑΑΕΚ) Δρ. Χρίστου Μηνά σε Δημοσιογραφική Διάσκεψη με την ευκαιρία της Παγκόσμιας Ημέρας κατά του Καπνίσματος, 30 Μαΐου στο Υπουργείο Υγείας

Έντιμε κύριε Υπουργέ, αγαπητοί προσκεκλημένοι,

Με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα κατά του καπνίσματος είμαστε σήμερα εδώ, για να τονίσουμε τη σημασία της συλλογικής προσπάθειας κατά του καπνίσματος, ενός προβλήματος δημόσιας υγείας για το οποίο είναι καθήκον όλων μας -πολιτείας, επαγγελματιών υγείας, φορέων και πολιτών- ώστε να ενισχύσουμε τις προσπάθειες μας για ένα μέλλον χωρίς καπνό, για τις επόμενες γενιές.

Το κάπνισμα, με βάση τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ), αποτελεί το υπ' αριθμό ένα πρόβλημα δημόσιας υγείας διεθνώς, έχοντας ως αποτέλεσμα εκατομμύρια θανάτους κάθε χρόνο σε παγκόσμια βάση, οι οποίοι μπορούν να προληφθούν. Υπολογίζεται ότι 37 εκατομμύρια παιδιά ηλικίας 13-15 ετών παγκοσμίως, κάνουν χρήση καπνού. Σε πολλές χώρες μάλιστα, το ποσοστό χρήσης ηλεκτρονικού τσιγάρου από τους νέους, ξεπερνά αυτό των ενηλίκων.

Σύμφωνα με τα πιο πρόσφατα στοιχεία του ΠΟΥ (2022), προϊόντα όπως τα ηλεκτρονικά τσιγάρα και οι θήκες νικοτίνης, κερδίζουν δημοτικότητα μεταξύ των νέων. Εκτιμάται ότι το 12,5% των εφήβων στην Ευρωπαϊκή περιφέρεια έχει χρησιμοποιήσει ηλεκτρονικά τσιγάρα σε σύγκριση με το 2% των ενηλίκων. Σε ορισμένες χώρες της περιφέρειας, τα ποσοστά χρήσης ηλεκτρονικού τσιγάρου μεταξύ των μαθητών είναι 2-3 φορές υψηλότερα από τα ποσοστά καπνίσματος παραδοσιακών τσιγάρων.

Η καπνοβιομηχανία στοχεύει τη νεολαία:

Για να μπορέσει να «αντικαταστήσει» τα εκατομμύρια των πελατών που είτε πεθαίνουν, είτε σταματούν τη χρήση καπνού. Για την επίτευξη αυτού του στόχου, εργάζεται για τη δημιουργία ενός περιβάλλοντος που προωθεί την υιοθέτηση των προϊόντων της από την επόμενη γενιά, συμπεριλαμβανομένης της χαλαρής ρύθμισης για να διασφαλίσει ότι τα προϊόντα της είναι διαθέσιμα και προσιτά. Η βιομηχανία αναπτύσσει επίσης προϊόντα και διαφημιστικές τακτικές που απευθύνονται σε παιδιά

και εφήβους, προσεγγίζοντάς τους κυρίως μέσω των Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης (ΠΟΥ, 2024). Αξιοσημείωτο το γεγονός ότι, το περιεχόμενο μάρκετινγκ που προωθεί τα ηλεκτρονικά τσιγάρα, τα σακουλάκια νικοτίνης και τα προϊόντα θερμαινόμενου καπνού, έχει προβληθεί περισσότερες από 3,4 δισεκατομμύρια φορές στις πλατφόρμες κοινωνικής δικτύωσης (ΠΟΥ 2025).

Όσον αφορά την Κύπρο:

Τα πιο πρόσφατα στοιχεία της ΑΑΕΚ από την Έρευνα γενικού πληθυσμού (2023) αναδεικνύουν τη διαχρονική σταθερότητα στην ηλικία έναρξης του καπνίσματος (18 έτη). Περίπου 4 στους δέκα καπνιστές (38%) έχουν καπνίσει ηλεκτρονικό τσιγάρο κατά τον τελευταίο μήνα.

Με βάση την πιο πρόσφατη έρευνα **μαθητικού πληθυσμού ESPAD 2019** (15-16 ετών), το 14% ανέφερε χρήση συμβατικού τσιγάρου κατά τον τελευταίο μήνα με το ποσοστό αυτό να βρίσκεται σε πτωτική τάση, σε σύγκριση με τα προηγούμενα χρόνια (18% το 2015 και 23% το 2011). **Όμως**, οι Κύπριοι μαθητές βρίσκονται στις πιο ψηλές θέσεις στην Ευρώπη στην χρήση ηλεκτρονικών τσιγάρων και ναργιλέ. Περίπου 5% των μαθητών ανέφερε καθημερινή ή σχεδόν καθημερινή χρήση ηλεκτρονικού τσιγάρου κατά τον τελευταίο μήνα, ξεπερνώντας τον μέσο όρο των άλλων Ευρωπαϊκών χωρών (3,1%) που συμμετείχαν στην έρευνα ESPAD, ενώ το 21% των μαθητών ανέφερε χρήση ναργιλέ τον τελευταίο μήνα, που ήταν από τα ψηλότερα ποσοστά χρήσης ανάμεσα στις χώρες που συμμετείχαν στην έρευνα.

Αναφερόμενοι στα ηλεκτρονικά τσιγάρα, αυτά περιέχουν επιβλαβή και τοξικές ουσίες. Οι κύριες ουσίες που εντοπίστηκαν στα υγρά και τα αερολύματα των ηλεκτρονικών τσιγάρων περιλαμβάνουν νικοτίνη, διαλύτες-φορείς μέταλλα, αρωματικούς υδρογονάνθρακες (PAHs), αρωματικές ουσίες, αλκαλοειδή του καπνού και φάρμακα. Τα προϊόντα ατμίσματος μπορεί να περιέχουν επίσης επιβλαβείς χημικές ουσίες που δεν αναφέρονται στη συσκευασία και έτσι ο χρήσης δεν γνωρίζει τι καταναλώνει.

Σημαντικό να αναφερθεί ότι το άτμισμα μπορεί να προκαλέσει εθισμό. Συγκεκριμένα η νικοτίνη που καταναλώνεται κατά το άτμισμα, μπορεί να προκαλέσει αλλαγές στον εγκέφαλο οι οποίες κάνουν τους ανθρώπους, ιδίως τους νέους, να επιθυμούν περισσότερη νικοτίνη. Μέχρι περίπου την ηλικία των 25 ετών, ο εγκέφαλος εξακολουθεί να αναπτύσσεται και κάθε φορά που μια νέα συμπεριφορά ή δεξιότητα

μαθαίνεται, δημιουργείται μια ισχυρότερη σύνδεση. Ο εθισμός είναι μια συμπεριφορά που μαθαίνεται, πράγμα που σημαίνει ότι οι νέοι άνθρωποι είναι πιο ευάλωτοι σε αυτόν.

Όσον αφορά στη χρήση ναργιλέ, η νομοθεσία είναι σαφής ότι είναι καπνικό προϊόν και τα προϊόντα αυτά δεν επιτρέπεται να πωλούνται ή να σερβίρονται σε ανήλικα άτομα, δηλαδή κάτω των 18 ετών. Η ευρεία χρήση του από νέους οφείλεται σε πολλούς παράγοντες: η γεωγραφική τοποθεσία της Κύπρου στη Μέση Ανατολή και **η κουλτούρα** της αναψυχής όπως εκφράζεται στην Κύπρο, επηρεάζουν τις διαθέσιμες επιλογές. Υπάρχουν και **εσφαλμένες αντιλήψεις** ή μύθοι, ότι ο ναργιλές είναι λιγότερο επιζήμιος στην υγεία, κάτι το οποίο ίσως ενθαρρύνει την πειραματική κατανάλωση του από νέους. Ωστόσο, ο καπνός του ναργιλέ δεν είναι λιγότερο τοξικός από εκείνον του τσιγάρου, περιέχει υψηλά επίπεδα τοξικών ουσιών, όπως μονοξείδιο του άνθρακα, βαρέα μέταλλα και καρκινογόνα χημικά. Όπως επίσης και το νερό στο εσωτερικό του, δεν φιλτράρει τα τοξικά συστατικά του.

Η φετινή εκστρατεία του ΠΟΥ, με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα κατά του καπνίσματος, επικεντρώνεται στο να αποκαλυφθούν οι τακτικές που χρησιμοποιούν οι βιομηχανίες καπνού για να κάνουν τα προϊόντα τους να φαίνονται ελκυστικά, στοχεύοντας ειδικότερα το νεαρό πληθυσμό. Μήνυμα λοιπόν της φετινής εκστρατείας του ΠΟΥ είναι: **«Unmasking the appeal» -Να κοιτάξουμε πέραν από την ελκυστικότητα**, γιατί ακριβώς τα νέα καπνικά προϊόντα που συνεχώς βλέπουμε να χρησιμοποιούνται από νέους, μπορεί να είναι φωτεινά, ωραία στην εμφάνιση, αλλά οι προθέσεις της καπνοβιομηχανίας πίσω από αυτή την προώθηση τους είναι σκοτεινές και η χρήση τους ενέχει κινδύνους για την υγεία του πληθυσμού.

Η Αρχή Αντιμετώπισης Εξαρτήσεων Κύπρου (AAEK) ενώνει και φέτος τη φωνή της με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας αλλά και όλους τους συνεργάτες της, στην κοινή προσπάθεια για την αντιμετώπιση του καπνίσματος, του **πρώτου σε μέγεθος και συνέπειες προβλήματος δημόσιας υγείας** παγκοσμίως. Στόχος είναι η ευαισθητοποίηση των νέων σχετικά με τις βλαβερές επιδράσεις των καπνικών προϊόντων και η προστασία τους από τις παρεμβάσεις της καπνοβιομηχανίας,

Με γνώμονα τα πιο πάνω δεδομένα και τις αρνητικές συνέπειες του καπνίσματος στη δημόσια υγεία, η AAEK συνεχίζει την εκστρατεία της κατά του καπνίσματος εστιάζοντας και φέτος ιδιαίτερα στη νεολαία, πραγματοποιώντας **στοχευμένη εκστρατεία διαφώτισης όσον αφορά στα νέα προϊόντα καπνίσματος.**

Συγκεκριμένα, προωθεί ενημερωτικό έντυπο σε όλα τα σχολεία Μέσης Εκπαίδευσης, ως εργαλείο παρέμβασης από τους καθηγητές Συμβουλευτικής και Επαγγελματικής Αγωγής. Παράλληλα, η ΑΑΕΚ πραγματοποιεί **εκδήλωση ενημέρωσης** σε εμπορικό κέντρο της πρωτεύουσας, με τη συνεργασία του Υπουργείου Υγείας και της Εθνικής Επιτροπής Περιβάλλον και Υγεία του Παιδιού, όπου θα δοθούν συμβουλές για τους κινδύνους που ενέχει η χρήση νέων καπνικών προϊόντων και θα πραγματοποιηθούν μετρήσεις μονοξειδίου του άνθρακα σε καπνιστές.

Η ΑΑΕΚ θεωρεί καίριας σημασίας την παροχή εκπαίδευσης των άμεσα εμπλεκόμενων σε θέματα που αφορούν στην υγεία του ατόμου και έτσι διοργάνωσε στις 22-23 Μαΐου σε συνεργασία με την Πνευμονολογική Εταιρεία Κύπρου, **εκπαιδευτικό σεμινάριο** το οποίο απευθυνόταν στην ιατρική κοινότητα και αφορούσε στην πρόληψη και διακοπή του καπνίσματος. Στο εκπαιδευτικό συμμετείχαν διακεκριμένοι επιστήμονες, ιατροί από Κύπρο και Ελλάδα.

Σημαντικό να αναφερθεί η **ανάπτυξη κατευθυντήριων οδηγιών** για την προώθηση της διακοπής του καπνίσματος βασιζόμενες στην ενδεδειγμένη θεραπεία βάσει επιστημονικών στοιχείων και βέλτιστων πρακτικών. Η αναγκαιότητα ύπαρξης αυτών των οδηγιών ορίζεται στη Σύμβαση Πλαίσιο του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ) για τον Έλεγχο του Καπνού (FCTC), για αυτό και η ΑΑΕΚ έχει προχωρήσει στη συγγραφή τους. Μέσα από τις οδηγίες αυτές θα δίνεται η δυνατότητα εκπαίδευσης των επαγγελματιών υγείας ενώ, θα αποτελέσει έναυσμα για τη δημιουργία νέων προγραμμάτων πρόληψης και θεραπείας. Οι κατευθυντήριες οδηγίες έχουν ολοκληρωθεί από εμπειρογνώμονες, συνεργάτες της ΑΑΕΚ και μέσα στο άμεσα επόμενο διάστημα θα κοινοποιηθούν σε όλους τους εμπλεκόμενους στον τομέα διακοπής του καπνίσματος.

Επιπρόσθετα, όσον αφορά στη νομοθεσία για το κάπνισμα, η ΑΑΕΚ συνεχίζει να προωθεί τροποποιήσεις με σκοπό να είναι πιο λειτουργική και να εφαρμόζεται, όπως επίσης και να περιλαμβάνει και τα νέα καπνικά προϊόντα που δεν περιέχουν νικοτίνη.

Τέλος, η ΑΑΕΚ με αφορμή την Παγκόσμια Ημέρα, συνεχίζει και φέτος να προωθεί στους κινηματογράφους, στους τηλεοπτικούς σταθμούς και στα ΜΚΔ σποτ αναφορικά με τα θετικά ενός περιβάλλοντος απαλλαγμένου από καπνό με στόχο την ευαισθητοποίηση του κοινού, αλλά και **σποτ** που έχει δημιουργηθεί σε συνεργασία με το Υπουργείο Υγείας, αναφορικά με τους κινδύνους που κρύβουν τα νέα καπνικά προϊόντα.

Κλείνοντας, θα ήθελα να επισημάνω ότι η ΑΑΕΚ θα συνεχίσει τις προσπάθειες μαζί με το Υπουργείο Υγείας αλλά και όλους τους εμπλεκόμενους φορείς, έτσι ώστε μέσα από τις δράσεις, όπως αυτές ορίζονται στην Εθνική Στρατηγική, να υπάρξει ουσιαστική αναβάθμιση των παρεμβάσεων με σκοπό την αποτελεσματική εφαρμογή της νομοθεσίας, αλλά και τη θεραπεία του καπνίσματος με επίκεντρο πάντα τον άνθρωπο και την υγεία του.