

Univerzita Karlova

1. Lékařská fakulta

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: Adiktologie



Julie Slavíčková

**Zkušenosti s užíváním nikotinových sáčků u sportovně aktivních jedinců:
online dotazníková studie**

Experience of the use of nicotine pouches among athletically active
individuals: an online survey

Bakalářská práce

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Jaroslav Vacek, Ph.D.

Praha 2024

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci zpracovala samostatně, a že jsem řádně uvedla a citovala všechny použité prameny a literaturu. Současně prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Souhlasím s trvalým uložením elektronické verze mé práce v databázi systému meziuniverzitního projektu Theses.cz za účelem soustavné kontroly podobnosti kvalifikačních prací.

V Praze dne

.....

Julie Slavičková

Poděkování

Ráda bych upřímně poděkovala svému vedoucímu práce Mgr. Jaroslavu Vackovi, Ph.D. za jeho podporu a vedení během celého procesu tvorby této práce. Jeho odborné znalosti, trpělivost a ochota vždy poradit mi byly velkou inspirací a motivací. Díky jeho cenným radám a konstruktivní zpětné vazbě jsem mohla svou práci neustále vylepšovat a dosáhnout lepších výsledků. Zároveň bych chtěla poděkovat všem respondentům za jejich ochotu a čas věnovaný účasti v mém výzkumu. Bez jejich spolupráce a cenných informací by tato práce nemohla být realizována.

Identifikační záznam

SLAVÍČKOVÁ, JULIE. *Zkušenosti s užíváním nikotinových sáčků u sportovně aktivních jedinců: online dotazníková studie.* [*Experience of the use of nicotine pouches among athletically active individuals: an online survey*]. Praha, 2024. s. 63, 3 příl. Bakalářská práce (Bc.). Univerzita Karlova, 1. Lékařská fakulta, Klinika adiktologie. Vedoucí práce: Mgr. Jaroslav Vacek, Ph.D.

Abstrakt

Východiska: V současné době existuje mnoho moderních způsobů užívání nikotinu s (předpokládá se) menšími zdravotními riziky ve srovnání s kouřením cigaret. Mezi tyto produkty patří i nikotinové sáčky, které jsou oblíbené především pro mladou populaci, ale také pro sportovce. Není dostatek informací o užívání nikotinu sportovci.

Cíle: Cílem práce je zmapovat zkušenosti s užíváním nikotinových sáčků mezi sportovci (konkrétně jedinci provozující sportovní aktivitu po dobu minimálně 1h 2x týdně) a případná prevalence užívání jiných nikotinových alternativ.

Metody: Kvantitativní dotazníkový výzkum realizovaný anonymním dotazníkovým šetřením pomocí online nástroje Google Forms. Dotazníkem byli osloveni sportovně aktivní jedinci nad 15 let.

Výsledky: Výzkum zahrnoval 201 respondentů (57 % mužů a 43 % žen). Užívání nikotinových sáčků je rozšířené mezi sportovně aktivními jedinci, s vyšší prevalencí u mužů (68 %) než u žen (38 %). Průměrný věk prvního užití nikotinových sáčků byl 17 let, přičemž 20 % respondentů neuvadlo správně věk povoleného prodeje nebo vyjádřilo nejistotu. Denní užívání je častější u mužů (47 %) než u žen (15 %). Sportovně aktivní jedinci užívají nikotinové sáčky zejména z důvodů sociálních, psychických a fyzických. Výzkum se také zaměřil na souvislost mezi typy sportů z hlediska jejich sociálního ovlivnění (kolektivnost a individualita). Respondenti uváděli negativní účinky a většina si byla vědoma rizik spojených s užíváním sáčků. Nikotinové alternativy, především elektronické cigarety, jsou mezi sportovně aktivními jedinci ještě více rozšířené (76 %), přičemž zkušenost s nimi má 77 % žen a 75 % mužů. Vliv nikotinových sáčků na sportovní výkon uvedlo 10 % respondentů, z toho 16 % jedinců věnujících se kolektivnímu sportu a 6 % věnujících se individuálnímu sportu, přičemž většina respondentů uvedla jako vliv na sportovní výkon zlepšení psychického stavu.

Závěr: Tato studie přináší nové poznatky ohledně užívání moderních nikotinových sáčků mezi sportovně aktivními jedinci, skupinou doposud málo prozkoumanou v kontextu tohoto fenoménu. Výsledky výzkumu naznačují, že sportovci mají výrazně vyšší zkušenosti s užíváním nikotinových sáčků než obecná populace. Dále se práce zaměřila na motivace a okolnosti spojené s užíváním těchto sáčků mezi sportovci, a ukázala také vysokou prevalenci užívání jiných nikotinových produktů v této skupině.

Klíčová slova: nikotinové sáčky, nikotin, sportovci, závislost

Abstract

Background: There are now many modern methods of nicotine use with (presumably) lower health risks compared to cigarette smoking. These products include nicotine pouches, which are popular for the young population, but also for athletes. There is a lack of information on nicotine use by athletes.

Aimes: The aim of this study is to map the experience of using nicotine pouches use among athletes (specifically, individuals participating in sports activity for at least 1 hour twice a week) and the possible prevalence of the use of other nicotine alternatives.

Methods: A quantitative questionnaire survey conducted anonymously using the online tool Google Forms. Athletically active individuals over the age of 15 were approached with the questionnaire.

Results: The survey included 201 respondents (57 % men and 43 % women). The use of nicotine pouches is widespread among athletically active individuals, with a higher prevalence among men (68 %) than women (38 %). The average age of first use of nicotine pouches was 17 years, with 20 % of respondents not giving a correct age of legal sale or expressing uncertainty. Daily use is more common among men (47 %) than women (15 %). Athletes use nicotine pouches mainly for social, psychological and physical reasons. The research also focused on the association between types of sports in terms of their social influence (collectivity and individuality). Respondents reported negative effects and most were aware of the risks associated with using pouches. Nicotine alternatives, especially e-cigarettes, are even more widespread among athletes (76 %), with 77 % of women and 75 % of men having experience. The effect of nicotine pouches on athletic performance was reported by 10 % of respondents, 16 % of those involved in team sports and 6 % of those involved in individual sports, with the majority of respondents reporting an improvement in mental state as an effect on athletic performance.

Conclusion: This study provides new insights into the use of modern nicotine pouches among athletes, a group that has been understudied in the relation to this phenomenon. The results suggest that athletes have significantly more experience of using nicotine pouches than the general population. Furthermore, the work focused on the motivations and circumstances associated with the use of these pouches among athletes, and also showed a high prevalence of use of other nicotine products in this group.

Key words: nicotine pouches, nicotine, athletes, addiction

OBSAH

ÚVOD.....	9
I. TEORETICKÁ ČÁST	10
1. Nikotin.....	10
1.1. Charakteristika a účinky nikotinu	10
1.2. Nikotin a závislost	10
1.2.1. Kritéria závislosti na nikotinu	12
1.3. Formy užívání nikotinu	13
1.3.1. Cigarety	13
1.3.2. Zahříváný tabák	14
1.3.3. E-cigarety	14
1.3.4. Bezdýmné tabákové výrobky.....	14
1.3.5. Další formy	15
1.4. Prevalence užívání u obecné populace v ČR.....	15
1.4.1. Výsledky NAUTA 2022.....	16
1.4.2. Výsledky Zaostřeno 2024	17
1.5. Zdravotní rizika	18
2. Nikotinové sáčky	19
2.1. Charakteristika NS	19
2.2. Způsob užívání	20
2.3. Dopady užívání.....	20
2.4. Regulace a legislativa užívání NS v ČR.....	20
3. Nikotin a sport.....	22
3.1. Sportovci jako sociální skupina	22
3.2. Prevalence užívání nikotinových produktů u sportovců	22
4. Prevence a intervence	23
II. PRAKTICKÁ ČÁST	26

5. Design výzkumu	26
5.1. Cíl práce	26
5.2. Výzkumné otázky	26
5.3. Metody výběru	26
5.4. Metody tvorby dat	27
5.5. Metody analýzy dat	27
5.6. Etika výzkumu	27
6. Výsledky	28
6.1. Sociodemografická charakteristika a sportovní aktivita respondentů	28
6.2. Prevalence užívání nikotinových sáčků mezi sportovně aktivními jedinci	30
6.3. Důvody, účinky a rizika užívání nikotinových sáčků mezi sportovci	35
6.4. Prevalence užívání jiných nikotinových produktů sportovně aktivními jedinci	38
7. Diskuze a závěry	45
8. ZDROJE POUŽITÉ LITERATURY	50
9. PŘÍLOHY	54
9.1. DOTAZNÍK	54
9.2. SEZNAM GRAFŮ	61
9.3. ROZHODNUTÍ ETICKÉ KOMISE	63

ÚVOD

Užívání nikotinových sáčků se v posledních letech stává stále rozšířenějším fenoménem, a to i mezi sportovně aktivní populací. Tyto produkty, které obsahují vysoce návykovou látku nikotin, jsou často vnímány jako méně škodlivá alternativa klasických tabákových výrobků. Jejich popularita roste především mezi mladými lidmi, včetně sportovců, kteří mohou užívání nikotinových sáčků vnímat jako méně nápadnou alternativu stimulace a jako prostředek ke zlepšení výkonu nebo jako společenskou událost.

Tato bakalářská práce se zaměřuje na problematiku užívání nikotinových sáčků mezi sportovně aktivními jedinci. Cílem je zmapovat prevalenci užívání, motivace a postoje sportovců k těmto produktům, a to s ohledem na rozdíly mezi pohlavími a typy provozovaných sportů (individuální vs. kolektivní). Práce vychází z dotazníkového šetření.

Zpracování tohoto tématu je žádoucí z několika důvodů. Užívání nikotinových sáčků může mít negativní dopady na zdraví a sportovní výkon, a je proto důležité tuto problematiku hlouběji prozkoumat. Také dostupná data o užívání nikotinových sáčků mezi sportovci jsou omezená, a tato práce tak může přispět k lepšímu porozumění dané problematice. Následně výsledky mohou být využity pro cílení preventivních a osvětových aktivit zaměřených na snížení užívání nikotinových sáčků ve sportovním prostředí.

Práce vychází z rešerše odborné literatury a výzkumů zabývajících se užíváním nikotinu a nikotinových produktů, se zaměřením na sportovní populaci. Dále čerpá z dostupných statistik a dat o prevalenci užívání nikotinových sáčků v České republice. Etické aspekty spojené s výzkumem byly zohledněny při sběru a zpracování dat, která byla anonymizována a použita pouze pro účely této práce.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1. Nikotin

1.1. Charakteristika a účinky nikotinu

Nikotin patří do skupiny alkaloidů a je přítomen ve všech částech tabákové rostliny *Nicotiana tabacum* (Krtíl & Zima, 2013). Čistý nikotin byl dříve používán k ochraně rostlin jako pesticid, proti kousavému, či sajícímu hmyzu. Nikotin je pro zvířata velmi toxický, protože blokuje ganglia vegetativního nervového systému (Dreher, 2017).

V obsahu cigaret se množství nikotinu typicky pohybuje okolo 1,5 %, což odpovídá 10-15 mg nikotinu na jednu cigaretu. U žvýkacího tabáku je koncentrace nikotinu značně vyšší, dosahuje až 2-8 % (Krtíl & Zima, 2013). Obsah nikotinu v jednom nikotinovém sáčku se pohybuje mezi 2 mg a 50 mg (Kulhánek, 2023). Letální dávka nikotinu pro člověka se pohybuje mezi 50 a 100 mg. Při překročení této dávky může dojít k rychlé dechové paralýze. Důležité je poznamenat, že kvůli relativně nízké biologické dostupnosti nikotinu (20-40 %) prakticky nedochází k akutní intoxikaci (Krtíl & Zima, 2013). Králíková také uvádí, že záleží i na způsobu přijímání nikotinu a také na toleranci, kuřáci si časem snáší i potřebují časem vyšší dávky nikotinu, aby potlačili abstinenční příznaky (Mayer, 2014). Akutní intoxikace nikotinem je charakterizována nespavostí, emoční labilitou, pocity derealizace, bizarními sny, malátností, zvracením, pocením, tachykardií. Nikotin má lehce povzbuzující účinky, při stupňování dávky vyvolává třes, zvracení, stimuluje dechové centrum. Při dalším zvýšení dávky vyvolává křeče, které mohou přejít do konečného kómatu (Pilařová, 2003).

Nikotin má významný vliv na lidské tělo. Dle Minaříka v Kalinovi (2015) mezi hlavní účinky nikotinu patří zvýšení bdělosti, paměti, koncentrace. Zároveň nikotin potlačuje agresivitu a podrážděnost, snižuje chuť k jídlu, a nejen tím brání přírůstku tělesné hmotnosti, což může být překážkou pro uživatele s nikotinem skončit. Tyto účinky mohou být v krátkodobém horizontu považovány za potenciálně výhodné pro sportovní výkon. Pro sportovně aktivní jedince může být zájem o krátkodobé zlepšení výkonnosti a soustředění, které nikotin potenciálně nabízí. Jeho schopnost zlepšit kognitivní funkce a soustředění může být sice krátkodobě přitažlivá, avšak případná zdravotní rizika a závislost vyžadují důkladné zvážení. Mezi krátkodobé nežádoucí účinky patří zkrácení doby srážení krve, sekrece slin, žaludečních šťáv a potu, dilatace cév ve svalech, pokles prokrvení periferie i nepříznivý vliv na prokrvení srdečního svalu (Minařík in Kalina, 2015).

1.2. Nikotin a závislost

V ČR je všeobecně rozšířen názor, že termín "droga" je spojován především s ilegálními látkami, nikoli s těmi, které jsou legálně dostupné, jako je alkohol či nikotin. Toto vnímání však nezmění fakt, že z biologického hlediska je mechanismus vzniku závislosti na

těchto legálních substancích srovnatelný s procesem vzniku závislosti na drogách, které jsou klasifikovány jako nelegální. Dle Popova (Popov in Králíková, 2013) je nikotin hodnocen svým rizikem vznikem fyzické závislosti srovnatelný s ilegálními látkami jako je heroin nebo kokain. Závislost se zde vztahuje především na aktivaci nikotinových acetylcholinových receptorů v centrální části systému odměny. Většina uživatelů je závislá především psychosociálně ale 80 % z nich je závislých i fyzicky – na nikotinu.

Psychosociální závislost znamená potřebu v určitých situacích mít v ruce cigaretu, e-cigaretu či si např. i „nabít“ nikotinový sáček, nebo jiný nikotinový produkt. Je to závislost spíše na tom předmětu, než na složení. Zde by léčba měla spočívat v KBT a intervenci, můžeme klientovi poradit, aby pojmenoval konkrétní situace, kdy má potřebu předmět užít a připravil si místo toho nějakou náhradní činnost. Situace jsou individuální a typicky se opakují: stres, u kávy, v určité společnosti, po jídle, nuda aj (Pilařová, 2003). Touha užít nikotin je částečně udržována i tímto podmiňováním, kdy se situace kdy uživatel má potřebu užít nikotin opakují a stávají se silným impulzem znovu nikotin užít (Benowitz 2010).

Stupeň závislosti na nikotinu je ovlivněn různými faktory, včetně rychlosti dodání nikotinu do mozku, koncentrace nikotinu v krvi během užívání a schopnosti uživatele ovlivnit dávku nikotinu. Nikotin vyvolává vyplavení serotoninu, dopaminu a adrenalinu. Neurobiologické mechanismy závislosti na nikotinu zahrnují změny v dopaminové dráze odměny a noradrenalinové dráze abstinčních příznaků. Při závislosti na nikotinu dochází k stimulaci již zmíněných acetylcholinových nikotinových receptorů, což vede k zvýšení nabídky představ, lepší paměti a pocitu zlepšeného myšlení. Odnětí nikotinu může být doprovázeno vážnými patofyziologickými příznaky a dlouhotrvajícím lačněním po nikotinu (Pilařová, 2003). S ohledem na poločas nikotinu v krevním oběhu, který činí přibližně 2 hodiny, se abstinční symptomy objevují několik hodin po podání poslední dávky. Mezi klíčové příznaky patří intenzivní touha a bažení (craving) po další dávce (nejvíce večer), zvýšená chuť k jídlu, nadbytek hmotnosti, špatná nálada s až depresivními symptomy, podrážděnost, nervozita a poruchy spánku (Králíková, 2013). Některé příznaky přetrvávají po týdnech až měsíc po užití poslední dávky nikotinu. Zlepšuje soustředění, reakční dobu a výkonnost, zlepšení výkonnosti a nálady je způsobeno úlevou od abstinčních příznaků. Při odvykání od nikotinu se může objevit anhedonie – pocit, že život přináší jen málo štěstí (Benowitz 2010).

Závislost na nikotinu lze určit dle odpovědi na otázku: jak brzy po probuzení má uživatel potřebu si zapálit cigaretu, či jinak užít nikotin. Co se týče uživatelů nikotinu v podobě cigaret, je možné si tuto závislost posoudit Fagerströmovým testem závislosti na cigaretách (Králíková, 2013).

Benowitz (2010) uvádí, že muži regulují příjem nikotinu přesněji než ženy. Ženy nikotin metabolizují v průměru rychleji než muži, což může přispívat k jejich větší náchylnosti k závislosti na nikotinu a tím dopomáhá k vysvětlení, proč je mezi uživatele pro

ženy obtížnější s užíváním přestat. Uživatelé nikotinu regulují jeho příjem tak, aby si udrželi určitou hladinu, bez výskytu abstinčních příznaků. Ti, kteří metabolizují nikotin rychle, tak musí i více přijímat, než ti, kteří metabolizují nikotin pomalu. Pozorování, že podíl osob s roustoucím věkem s pomalým metabolismem nikotinu ve populaci uživatelů klesá naznačuje tomu, že osoby s pomalým metabolismem, mají větší pravděpodobnost, že přestanou užívat než osoby s rychlejším metabolismem. Souvisí s tím, že uživatele s rychlejším metabolismem mají závažnější abstinční příznaky a nižší pravděpodobnost úspěchu při odvykání v léčbě.

1.2.1. Kritéria závislosti na nikotinu

Užívání nikotinu není zlovyk, ale nemoc. Přestože nikotin stále není uveden na seznamu návykových látek v příloze nařízení vlády č. 463/2013 o seznamech návykových látek, které patří k zákonu č. 167/1998 Sb., o návykových látkách, je pro nás možné dohledat pouze diagnózu závislosti na tabáku dle Mezinárodní statistické klasifikace nemocí (ÚZIS ČR, 2018). V oddíle Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním psychoaktivních látek pod diagnózou F17.0 najdeme Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním tabáku akutní intoxikace. Závislost na tabáku pak hledáme pod diagnózou F17.2 Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním tabáku syndrom závislosti.

Samotná závislost je dle MKN-10 definována takto: „Soubor behaviorálních, kognitivních a fyziologických stavů, který se vyvíjí po opakovaném užití substance a který typicky zahrnuje silné přání užít drogu, porušené ovládnutí při jejím užívání, přetrvávající užívání této drogy i přes škodlivé následky, prioritou v užívání drogy před ostatními aktivitami a závazky, zvýšená tolerance pro drogu a někdy somatický odvykací stav. Syndrom závislosti může být přítomen pro specifickou psychoaktivní substanci (např. tabák, alkohol nebo diazepam), pro skupinu látek (např. opioidy) nebo pro širší rozpětí farmakologicky rozličných psychoaktivních substancí“. Pokud pacient splňuje alespoň tři ze zmiňovaných kritérií za poslední rok, je možné mu stanovit diagnózu.

Další možností pro stanovení diagnózy závislosti na nikotinu je uvedena v Diagnostickém a statistickém manuálu duševních poruch (DSM-5). Tento manuál identifikuje celkem 11 kritérií pro diagnostiku syndromu závislosti. Pro potvrzení diagnózy je vyžadováno, aby pacient splňoval alespoň dvě z těchto kritérií. Mezi uvedenými kritérii se nachází například neúspěšné pokusy o kontrolu nad užíváním, intenzivní touha po látce (craving), pokračující užívání přes navzdory zdravotní i sociální komplikace, zanedbávání školy, práce, či koníčků kvůli užívání, vyvinutí tolerance k látce vyžadující vyšší dávky pro dosažení stejného efektu a přítomnost abstinčních příznaků během odvykacího stavu.

Riziko závislosti se zvyšuje, pokud se s užíváním nikotinu začne brzy. Užívání nikotinu obvykle začíná v dětství či v dospívání – 80 % kuřáků začíná kouřit do 18 let. Ačkoliv dvě třetiny mladých lidí zkusí cigarety každodenními závislými kuřáky se stane

přibližně 20-25 %, obvykle až v dospělosti. Mezi rizikové faktory užívání nikotinu v dětství a v dospívání patří vlivy vrstevníků, rodičů, osobnostní charakteristika včetně problémového chování (Benowitz, 2010).

1.3. Formy užívání nikotinu

Tabák lze kouřit (cigarety, dýmky, doutníky, vodní dýmky a jiné formy v různých zemích) nebo konzumovat bez dýmu (1. orální: žvýkáci a porcovaný tabák, 2. do nosu určený tabák: šňupací). Vzhledem k tomu, že hlavním zdravotním rizikem jsou látky obsažené v kouři, jsou formy bez hoření méně rizikové než kouření (nikoli však neškodné) (Společnost pro léčbu závislosti na tabáku).

Škodlivost různých tabákových a nikotinových výrobků se pohybuje v rámci tzv. rizikového kontinua, které zahrnuje spektrum od mimořádně nízké škodlivosti (například žvýkačky, pastilky, náplasti, nikotinové sáčky) až po výjimečně vysokou škodlivost (například klasické cigarety, doutníky, dýmka). Elektronické cigarety představují alternativu s mnohem nižším rizikem než klasické cigarety (Nutt a kol., 2014).

Nabídka alternativních výrobků v ČR roste. Na trhu je registrováno více než 5 tis. různých výrobků e-cigaret. Dostupná je řada značek zahříváných tabákových výrobků, rozšiřuje se nabídka nikotinových sáčků. Velkou popularitu získávají také jednorázové e-cigarety, zejména mezi mladými dospělými, ale také mezi dětmi a dospívajícími, protože jsou nabízeny se širokou škálou příchutí a v atraktivních obalech (Chomynová a kol., 2023).

1.3.1. Cigarety

Cigarety jsou nejčastější formou užívání tabáku. V dnešní době je výroba cigaret zaměřena na to, jak dodat do mozku co nejrychleji co největší dávku nikotinu (Králiková a kol., 2013). Filtry se začaly používat po roce 1950, kdy byl poprvé prokázán vztah mezi kouřením cigaret a výskytem rakoviny plic. Původně se věřilo, že filtry zachytí většinu škodlivých látek, ale dnes se diskutuje o jejich možném zákazu, neboť stále obsahují mnoho toxických složek.

Termín "lehké" cigarety, který měl původně naznačovat menší škodlivost, byl v mnoha zemích již zakázán, neboť se ukázalo, že je tento termín používán bez jakýchkoli podkladů. Závislý kuřák z těchto cigaret dostane stejně nikotinu jako z jiných a to tím, aby měl svou dávku, zkrátka kouřil intenzivněji, tedy celková dávka chemikálií, mohla být i vyšší, než u klasických cigaret (Králiková, 2015).

"Slim" cigarety, s průměrem menším než 7 mm, jsou poslední dobou populární a snaží se vyvolat dojem elegance, na podkladě štíhlosti, avšak mají stejná zdravotní rizika jako standardní cigarety.

Z celkového počtu asi 7000 chemických látek v cigaretovém kouři je několik aditiv, která jsou přidávána za různými účely. Tyto látky usnadňují inhalaci kouře a rychlé vstřebání nikotinu (U.S. Department of Health and Human Services, 2010).

Ze standardizovaných testů se nedokáže přesně odhadnout množství škodlivin, které skutečný kuřák inhaluje, jelikož to závisí na individuálním způsobu kouření - délce potahů, hloubce inhalace a délce retence kouře v plicích (Společnost pro léčbu závislosti na tabáku).

1.3.2. Zahříváný tabák

Jde o produkty využívající speciálně upravený tabák, který je zahříván na teplotu přibližně kolem 350 °C, aby nedošlo k samotnému hoření, ale spíše k procesu tlení. Uživatelé těchto výrobků inhalují škodlivé látky většího množství než při použití elektronických cigaret, avšak obvykle méně než při kouření běžných cigaret. Nicméně některé látky mohou být přítomny v těchto produktech ve vyšších koncentracích. Na českém trhu jsou dostupné značky jako IQOS, GLO a Ploom (St Helen G. a kol., 2018).

1.3.3. E-cigarety

Elektronické cigarety jsou široký pojem, který zahrnuje pestrou škálu výrobků. V současné době jsou na trhu stovky značek. Obecně se jedná o tekutinu na bázi vody/alkoholu, obsahující obvykle glycerin nebo propylenglykol, většinou (ne vždy) nikotin a různé příchutě, kterých existují tisíce druhů. Tato tekutina se zahřeje na teplotu kolem 100–150 °C za vzniku aerosolu.

Přes dřívější neúspěšné pokusy se elektronické cigarety v současné podobě rozšířily po roce 2006. První generace dodávala malé množství nikotinu a jeho příjem nebylo možné ovlivňovat (ciga-like, podobné cigaretám). Další generaci představovala pera, ze kterých se již nikotinu vstřebává více. Třetí oblastí jsou mody, tedy doplňovatelné nádoby (tanky), kde lze upravovat i způsob zahřívání (watty) a zvýšit tak příjem nikotinu podle potřeby. Tyto formy pomáhají přestat kouřit (Hajek P a kol., 2019). Poslední generací jsou pody, které obsahují nikotinové soli a nikotin se tak vstřebává velmi rychle.

EC mohou zajisté způsobovat závislost, udržovat ji nebo i prohlubovat, zvláště pokud obsahují nikotin. Mohou budit falešný dojem, že kouření je bezpečné. EC se mohou doporučit těm kuřákům, kterým se nepodařilo přestat s intenzivní, na důkazech založenou léčbou, či přestat užívat nikotin nechtějí. EC nejsou však bez rizika, proto spadají spíše do kategorie harm reduction (Králíková, 2015). Měla by se sledovat i kvalita baterií: jako každá baterie (třeba v mobilu či v počítači) i baterie v EC může explodovat.

1.3.4. Bezdýmné tabákové výrobky

Bezdýmné tabákové výrobky se nekouří, ale užívají se buď orálně (žvýkací tabák, moist snuff, snus) nebo nasálně (šňupáním). Šňupací tabák se vyrábí z fermentovaného, kouřem sušeného tabáku, který se následně drtí na prášek a vdechuje se. Žvýkací tabák se

vyrábí ze vzduchem sušených listů. Listy se řezou na kousky, ochucují ve sladkém roztoku a balí do fóliových sáčků. Tzv. moist snuff se vyrábí z tmavé odrůdy tabáku, suší se vzduchem nebo nad ohněm a následně se rozdrťí nebo nařeže nadrobno. Balí se do malých krabiček a užívá se vložením za ret (obvykle objemově menší množství než u žvýkacího tabáku). Moist snuff se užívá především ve USA. Ve Švédsku je jeho obdobou tzv. snus, který se mírně liší ve výrobě. Porcovaný tabák je zakázáno prodávat v EU (od 1992), výjimku má jen Švédsko, kde jej užívá kolem 20 % populace. Švédsko má také nejvyšší počet denních kuřáků v celé EU (5 %), proto i nejvyšší počty úmrtí souvisejících s kouřením. Ačkoli při užívání bezdýmného tabáku chybí produkty pyrolýzy a znamená nepochybně menší riziko než kouření, není neškodný – kancerogenní a další toxické látky také obsahuje i když významně méně než kouř (Králiková, 2015).

1.3.5. Další formy

Doutníky

Kouř doutníků má zásaditější pH než kouř cigaret. Kvůli tomu není třeba vdechovat kouř až do plic („šlukovat“), aby se vstřebal nikotin: z kouře doutníků se vstřebává již sliznicí ústní dutiny. Také doutníkový kouř obsahuje řádově tisíce látek, i když méně aditiv než kouř cigaretový. Vzhledem ke způsobu kouření má o něco menší celkový dopad než cigarety, ale naopak má významnější vliv v ústní dutině (Společnost pro léčbu závislosti na tabáku). Také doutník nebo dýmka mohou být častým důvodem relapsu, kdy se klient může mylně domnívat, že pokud „nešlukuje“, nikotin se nemůže vstřebat.

Vodní dýmky

Vodní dýmka funguje na bázi vdechování kouře z doutnajícího uhlíku na tabákové placce, kouř prochází vodou. Ve vodě se nepročistí, pouze ochladí, což je jedna z příčin velkého objemu potažení. Vzhledem k tomu, že spalování probíhá za nízké teploty, je kouř velmi koncentrovaný. Konzumenti tedy vdechují velké množství zplodin spalování, zejména CO (oxidu uhelnatého) a dehtových látek. Po jedné zhruba hodinové seanci má kuřák vodní dýmky kolem 20 % červených krvinek zablokovaných pro přenos kyslíku, tedy prožívá otravu oxidem uhelnatým. Tato otrava se mimo jiné projevuje malátností, závratěmi – tedy pocity, které zná většina uživatelů vodní dýmky při odchodu z čajovny (Společnost pro léčbu závislosti na tabáku).

1.4. Prevalence užívání u obecné populace v ČR

Zpráva o tabákových a nikotinových výrobcích v České republice 2023 uvádí, že situace ohledně kouření cigaret a užívání tabákových a nikotinových výrobků je sledována pomocí řady studií, které se liší jak svou pravidelností, tak i svým charakterem. Některé z těchto studií jsou prováděny pravidelně v určitých časových intervalech, zatímco jiné jsou realizovány méně často nebo jednorázově.

Státní zdravotní ústav (SZÚ) každoročně od r. 2012 monitoruje rozsah kouření v dospělé populaci v Národním výzkumu užívání tabáku a alkoholu (NAUTA) za použití vybraných otázek Globální tabákové studie pro dospělé (Global Adult Tobacco Survey, GATS) v dotazníku. V rámci měnící se situace ohledně trendů v užívání byla v roce 2020 do dotazníku zařazena také otázka mapující užívání nikotinových sáčků bez obsahu tabáku.

Národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti se ve 4letých intervalech věnuje studii napříč celou populací, kterou realizuje na náhodně vybraném reprezentativním vzorku populace ve věku 15+ let – Národní výzkum užívání návykových látek. Nejnovější průzkum provedla NMS ve spolupráci s agenturou MindBridge Consulting v roce 2023, s plánem zveřejnění výsledků v první polovině roku 2024, po osobním kontaktování NMS jsme data dostali na konci května 2024 proto vycházím především z nových výsledků a z posledních výzkumů, a to z Národního výzkumu užívání tabáku a alkoholu z roku 2022 (NAUTA), Zpráve o tabákových výrobcích v ČR 2023 a Národního výzkumu užívání návykových látek 2023.

1.4.1. Výsledky NAUTA 2022

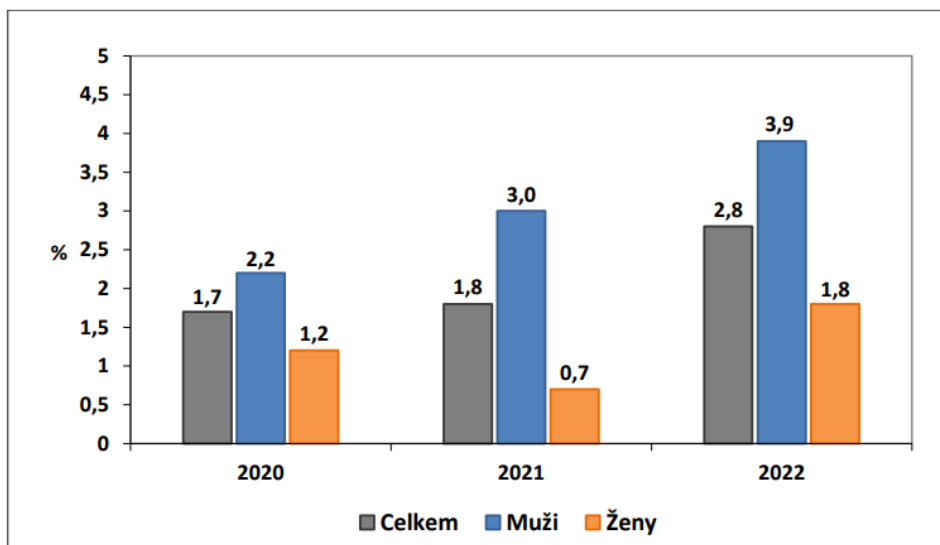
Z výsledků NAUTA 2022 vyplývá, že z dotazovaného souboru bylo zaznamenáno 24,4 % kuřáků (osoby, které kouřily v posledních 30 dnech) ve věku 15 a více let užívající různé druhy tabákových výrobků, které zahrnují cigarety, dýmky, doutníky, doutníčky a vodní dýmky. Z toho převyšovalo pohlaví mužů 30,5 % oproti ženám 18,7 %. Denní kuřáci tvoří 16,2 % celého souboru (20,6 % mužů a 12,0 % žen) a 8,2 % celého souboru (9,9 % mužů a 6,7 % žen) jsou kuřáci příležitostní (kouří alespoň jednou měsíčně a méně často než denně).

V roce 2022 pravidelně užívalo elektronické cigarety minimálně jednou měsíčně celkem 10,2 % respondentů, denně užívalo e-cigaretu polovina z nich (5,1 %) z toho 5,4 % mužů a 4,8 % žen. Největší zkušenosti s užíváním e-cigaret uvedla věková kategorie 15-24 let (24,9 %), kdy tento nárůst představuje více než dvojnásobné zvýšení v porovnání s předchozími studii.

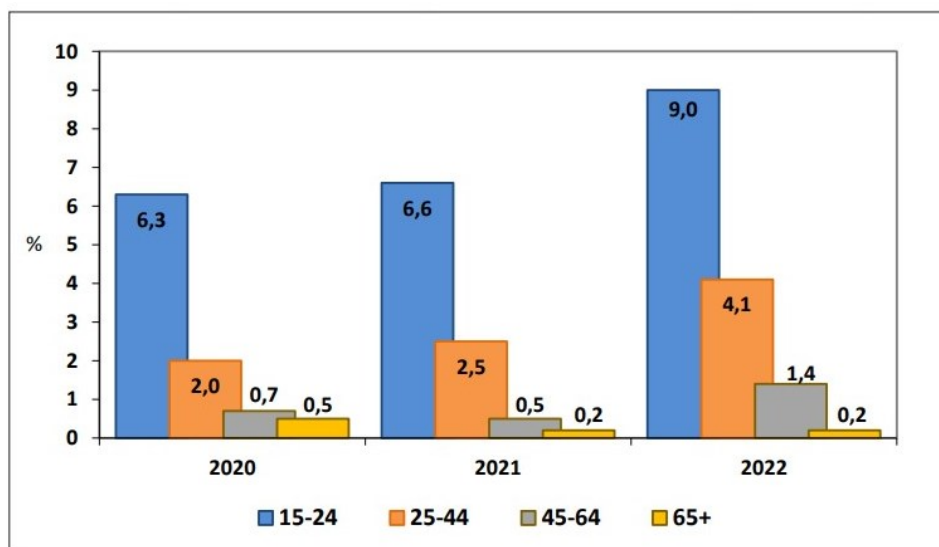
Uživatelé zahřívaných tabákových výrobků v roce 2022 činí 6,6 % respondentů, častěji ženy než muži (7,5 % žen a 5,7 % mužů) a denně užívá 4,3 %. Věková skupina 24-44 let má v roce 2022 nejvyšší zastoupení v užívání zahřívaných tabákových výrobků.

V roce 2020, kdy byla do dotazníku poprvé zařazena otázka mapující užívání nikotinových sáčků bez obsahu tabáku, tyto výrobky užívalo 1,7 % respondentů. Z výsledků studie z roku 2022 vyplývá, že nikotinové sáčky bez obsahu tabáku užívalo 2,8 % respondentů nad 15let (3,9 % mužů a 1,8 % žen) z toho denně užívalo 1,2 %. Nejvíce uživatelů nalezneme v nejmladší věkové skupině 15–24 let (9,0 %), přitom denně tyto sáčky užívá 4,5 % respondentů. Podíl osob užívající alternativní tabákové a nikotinové výrobky s rostoucím věkem uživatelů dle Souhrnné zprávy o závislostech v ČR 2022 klesá.

Graf 1 : Zastoupení uživatelů uživatelů nikotinových sáčků bez obsahu tabáku celkem a podle pohlaví (Csémy a kol. 2023)



Graf 2: Zastoupení uživatelů nikotinových sáčků bez obsahu tabáku podle věkových skupin (Csémy a kol. 2023)



1.4.2. Výsledky Zaostřeno 2024

Dle nejnovějších výsledků v Zaostřeno 2024 kouření tabáku ve formě cigaret, doutníků, dýmky nebo vodní dýmky alespoň jednou v životě uvedlo 62,0 % obecné populace ve věku 15+ let, v posledních 30 dnech kouřilo 29,2 % dotázaných. Denně nebo téměř denně (5–7krát týdně) kouřilo 22,5 % dotázaných, pravidelné denní kouření uvedlo 21,1 % respondentů (30,2 % mužů a 12,5 % žen). Míra denního kouření byla nejvyšší ve věkových skupinách 45–54 a 55–64 let, a naopak v nejmladší věkové kategorii 15–24 let bylo zastoupení denních kuřáků ve srovnání s respondenty ve věku 25+ let přibližně 2–3krát nižší.

Denní kuřáci uváděli nejčastěji kouření jedné krabičky denně, tj. 11–20 cigaret denně (51,8 %), 28,7 % denních kuřáků kouřilo více než 20 cigaret denně (34,5 % mužů a 15,1 % žen).

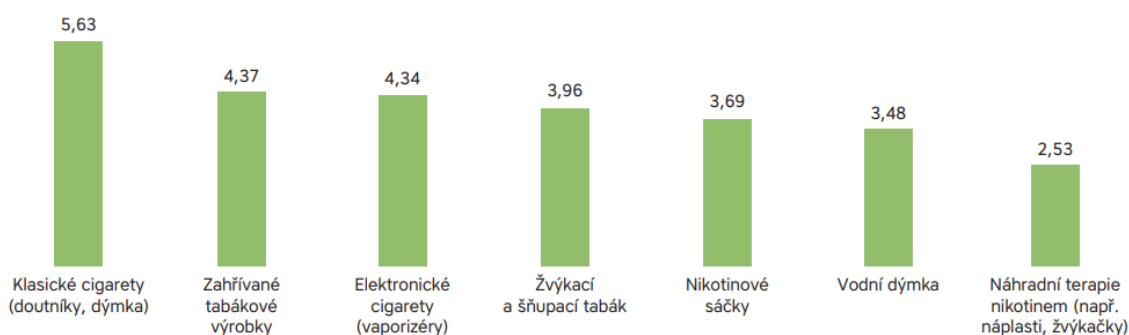
Co se týče užívání e-cigaret z výsledků vyplývá, že zkušenosti s e-cigaretami v životě mělo celkem 22,2 % respondentů, jejich užívání v posledních 30 dnech, uvedlo celkem 7,5 % a denně/téměř denně užívalo e-cigarety 2,6 % dotázaných, častěji muži než ženy. Zkušenost se současným i denním užíváním e-cigaret uváděli opět nejčastěji tzv. mladí dospělí (ve věku 15–34 let), přičemž s rostoucím věkem podíl uživatelů e-cigaret klesá

Zahřívané tabákové výrobky zkusilo alespoň jednou v životě 16,2 %, v posledních 30 dnech je užilo 5,7 % a denně nebo téměř denně 2,9 % respondentů.

Dle výsledků zkušenost s užíváním nikotinových sáčků mělo v životě celkem 6,5 % dospělých, v posledních 30 dnech je užívalo pouze 1,2 % respondentů. Násobně častější zkušenosti s nikotinovými sáčky uváděli muži a mladí dospělí. Více než polovina respondentů (58,1 %) poprvé užila nikotinové sáčky, protože jde o nový trend, který chtěli vyzkoušet, a 17,7 % dotázaných je vyzkoušelo, jelikož chtěli přestat s kouřením tabáku.

V rámci studie respondenti srovnávali nikotinové výrobky dle jejich škodlivosti. Za v průměru nejméně zdraví škodlivé byly považovány náhradní terapie nikotinem, vodní dýmka a nikotinové sáčky, naopak jako v průměru nejvíce rizikové byly jednoznačně hodnoceny klasické cigarety (případně doutníky a dýmka) (Dvořáková & Chomynová, 2024).

Graf 3: Průměrné pořadí vnímané škodlivosti jednotlivých typů výrobků s obsahem nikotinu (Dvořáková & Chomynová, 2024)



1.5. Zdravotní rizika

Králíková (Králíková in Kalina, 2015) uvádí, že nikotin není hlavní škodlivou substancí. Význam nikotinu v souvislosti se zdravotním rizikem je, že je jako psychoaktivní látka předním neurobiologickým důvodem vzniku závislosti. Zdravotní rizika se odvíjí od formy užívání nikotinu. Vzhledem k tabákovému kouři, který obsahuje více než 4000 jiných látek, než je nikotin a 60 z nich je prokazatelně karcinogenní a mnohé další jsou toxické se kouření považuje za nejvýznamnější příčinu předčasných úmrtí a invalidity v současném

světě. Kouření je příčinou asi 15 % kardiovaskulárních onemocnění, kolem 80 % chronických plicních onemocnění (CHOPN) a až dvacetkrát zvyšuje riziko rakoviny plic, přesto rakovina plic není jediným onkologickým onemocněním, které může kouření způsobit. Kouření tabákových výrobků je zodpovědné také za 20-30 % všech nádorových onemocnění (močového měchýře, ledvin, ústní dutiny, děložního čípku, aj.)

Důležité je zmínit, že ani užívání e-cigaret a zahřívání tabákových výrobků není bez rizika, přestože marketing těchto produktů staví na sloganech „zdravější kouření“, protože nevytváří kouř, který vzniká při spalování tabáku. Chemické a toxické látky v e-cigaretách nebyly zatím plně prozkoumány a jejich bezpečnost tak není zajištěna. E-cigarety nejsou z velké části regulovány a vyrábí je různé společnosti, obsah se mnohdy značně liší a někdy neodpovídá označení, proto je i velmi obtížné vyhodnotit obecnou bezpečnost a zdravotního rizika e-cigaret (Rom a kol., 2015).

Ani snus se nepovažuje za bezrizikový obsahuje řadu škodlivých látek včetně rakovinotvorných nitrosaminů (TSNA). Dle analýzy bylo zjištěno, že dlouhodobé užívání snusu může mít negativní dopady na zdraví. Tyto dopady zahrnují vznik orální leukoplakie (bílý povlak na sliznici dutiny ústní), rakoviny ústní dutiny, úbytek dásní, může zvýšit riziko kardiovaskulárních onemocnění, onemocnění periférních cév a vznik peptických vředů (Gupta a kol., 2019).

2. Nikotinové sáčky

Nikotinové sáčky zapadají mezi moderní nikotinové výrobky. Obsahují nikotin bez tabáku a užíváním jsou podobné švédskému snusu, avšak neobsahují tabák, a tedy ani TSNA, což může snížit riziko pro spotřebitele (Bishop a kol., 2020).

2.1. Charakteristika NS

Nikotinové sáčky jsou malé bílé obdélníkové pytlíčky, které se užívají ústy. Jsou vyráběny z permeabilních viskózních vláken a obsahují specifickou matici tvořenou vodou a mikrokrytalickou celulózu získanou z borovicových vláken. Tato matrice je obohacena o další složky, jako je nikotin, příchutě, zahušťovadlo a stabilizátor, sůl, sladidla a látky pro úpravu pH (Bishop a kol., 2020). Přítomnost zásaditých látek zajišťuje rychlou absorpci nikotinu přes ústní sliznici a upravují jeho chuťové vlastnosti. Nikotinové sáčky jsou dostupné v široké škále příchutí a liší se obsahem nikotinu, obvykle jeden nikotinový sáček obsahuje 2–7 mg, ale obsah v sáčku může dosahovat až několik desítek mg. Ve srovnání s dostupnými prostředky náhradní nikotinové terapie, které jsou užívány orální cestou (například žvýkačky a pastilky s obsahem 2 mg a 4 mg nikotinu), vykazují nikotinové sáčky výrazně vyšší koncentrace nikotinu (Kulhánek a kol., 2022). Avšak existují i varianty bez obsahu nikotinu (Zvolská, 2021). Sáčky, obsahující desítky mg nikotinu, převyšují obsah nikotinu v jedné cigaretě. Příchutě jsou variabilní od sladkých a ovocných příchutí sáček, přes příchutě mentolu, kávy, čokolády až po příchut' tabáku. Jsou baleny v atraktivních

plechových krabičkách s barevnými logy, které jsou navrženy tak, aby přitahovaly pozornost uživatelů. Krabičkám se říká „puky“ mají odklápěcí víko, kam uživatelé většinou umísťují již použité sáčky tzv. „slimáky“. Uvnitř balení se většinou nachází 20-22 sáčků a cena jednoho balení se pohybuje mezi 100-140 Kč (Kulhánek,2023).

2.2. Způsob užívání

Umísťují se mezi ret a dásně a přes ústní sliznici dodávají nikotin po dobu 60 minut (Bishop a kol., 2020). Ve srovnání s cigaretami, kde je dosažena maximální koncentrace nikotinu v plazmě již po sedmi minutách, je u sáčků této hodnoty dosaženo až po zmíněných 60 minutách aplikace. Celkový obsah nikotinu je ale zpravidla vyšší, než je tomu u cigaret. Společně se slinami se nikotin ze sáčků začne postupně uvolňovat a vstřebávat přes sliznici do krevního oběhu a následně do mozku. Doba ponechání sáčku v ústní dutině se liší dle tolerance uživatele, a jiných faktorů, ale většinou se pohybuje mezi 5-15 min. Obsah sáčku během užívání zůstává uvnitř sáčku, sáčky se nekousají, ani se nepolykají a po užití, se sáček vyhodí (Kulhánek, 2023). Rychlost absorpce nikotinu je primárně ovlivněna obsahem nikotinu v určitém sáčku a také závisí na pH v ústní dutině uživatele, tedy na konzumovaných potravinách a nápojích před použitím nikotinového sáčku (Kulhánek a kol., 2022).

2.3. Dopady užívání

V současné době existuje poněkud omezené množství ověřených informací o rizicích spojených s užíváním nikotinových sáčků. Dostupná data však naznačují, že tyto sáčky jsou méně škodlivé než orální tabák (Zvolská, 2021). Zatím nejsou dostupná dostatečná data o dlouhodobých dopadech při užívání nikotinových sáčků, avšak zdá se, že míra jejich škodlivosti je nižší než u kouření tabáku, což přispívá ke snížení rizika spojeného s úmrtím (Lee a kol., 2022).

Styl marketingové komunikace nikotinových sáčků naznačuje cílení na uživatele z řad adolescentů a mladých dospělých. Značky jsou tvořeny atraktivními názvy produktů, balení jsou ztvárněna akčním designem. Textové i grafické pojetí produktů odkazuje na hodnoty jako nespoutanost, svoboda, zábava, aktivní životní styl (Kulhánek a kol., 2022). Protože se nikotinové sáčky prodávají v různých ovocných příchutích a lze je užít diskrétně mohou tyto výrobky zaujmout nejen mladé lidi, ale i nekuřáky. Je třeba tak monitorovat používání výrobků a jejich uvádění na trh, aby se zjistilo, že nikotinové sáčky nebudou podporovat závislost na nikotinu u nekuřáků, zejména pak mladých lidí (Robichaud a kol., 2020).

2.4. Regulace a legislativa užívání NS v ČR

Nikotinové sáčky jsou stále novým moderním výrobkem, a proto zatím stále nebyly důkladně prozkoumány a regulovány, což způsobuje změny a proměnlivost v jejich legislativě a regulaci v ČR. Nikotinové sáčky jsou v prodeji v maloobchodní síti (trafiky, večerky, benzinové pumpy a tak dále), ale k prodeji se využívají i e-shopy. Mimo regulaci

donečasná stály nikotinové sáčky, které neobsahují tabák, a proto se na ně dosud nevztahovala pravidla platná pro regulaci tabákových výrobků. Novela zákona č. 110/1997 Sb., o potravinách a tabákových výrobcích (účinná od 12. 5. 2021), definuje pojem nikotinový sáček jako „výrobek bez tabáku obsahující nikotin pro orální užití, který není upraven přímo použitelným předpisem Evropské unie“. Poslanecký návrh novely zákona č. 65/2017 Sb. schválený v lednu 2023 s účinností od 1. 7. 2023 staví nikotinové sáčky na stejnou úroveň regulace, jaká platí pro tabákové výrobky a e-cigarety, je tedy zakázán jejich prodej osobám mladším 18 let. Prováděcí vyhláška omezí obsah nikotinu v nikotinových sáčcích a upravuje vzhled obalů (Chomynová a kol., 2023).

Zmíněnou prováděcí vyhlášku Ministerstvo zdravotnictví vydalo v květnu 2023 s účinností od 1. července 2023. Tato vyhláška ve spojení se zákonem o potravinách po vzoru tabákové legislativy a legislativy elektronických cigaret upravuje požadavky na složení, vzhled, jakost a vlastnosti nikotinových sáčků. Zároveň obsahuje notifikační povinnost výrobců a dovozců nikotinových sáčků. Co se týká složení nikotinových sáčků, mohou obsahovat pouze nikotin (nebo nikotinovou sůl) a látky, které nepředstavují riziko pro lidské zdraví. Nelze do nich přidávat vitaminy, minerály a jiné složky, které by vytvářely dojem, že jsou zdraví prospěšné, návykové látky jiné než nikotin, nesmí obsahovat ani kofein nebo jiné stimulační a jiné látky vyjmenované v příloze vyhlášky. Jeden nikotinový sáček může obsahovat maximálně 12 mg nikotinu. Balení nikotinových sáčků nesmí obsahovat více než 240 mg nikotinu a musí obsahovat nejméně 20 sáčků. Poslední zmíněné má omezit prodej nikotinových sáčků mládeži, pro kterou může být vyšší cena za větší balení nikotinových sáčků odrazující (Voldánová, 2023).

Na balení nikotinových sáčků musí být obsaženo několik povinných údajů včetně seznamu složek, obsahu nikotinu v balení a jednom sáčku a data minimální trvanlivosti. Mezi povinnými údaji je i seznam různých upozornění včetně zdravotního varování ve znění „Tento výrobek obsahuje nikotin a je vysoce návykový.“ pokrývajícího 30 % plochy balení a upozornění, že výrobek není určen těhotným a kojícím ženám a osobám mladším 18 let. Podle přechodných ustanovení vyhlášky mohou být nikotinové sáčky, které nejsou v souladu s vyhláškou a byly vyrobeny nebo uvedeny na trh před její účinností, doprodány nejpozději do 12 měsíců od nabytí účinnosti vyhlášky (tj. do 1. července 2024) (Voldánová, 2023).

Zákon o regulaci reklamy prozatím reklamu na nikotinové sáčky neomezuje (jako je tomu u tabákových výrobků a elektronických cigaret). Regulaci reklamy nikotinových sáčků lze nicméně do budoucna očekávat (Úřad vlády České republiky, 2022).

Rok 2024 přinesl změny v oblasti spotřební daně z tabákových výrobků v podobě jejího navyšování, a to včetně nikotinových sáčků. U nikotinových sáčků je sazba daně v roce 2024 ve výši 0,4 Kč/g a poroste do roku 2027 na hodnotu 1,7 Kč/g (Ministerstvo financí, 2024).

3. Nikotin a sport

3.1. Sportovci jako sociální skupina

Slepičková uvádí, že sport je charakterizován jako specifické sociální prostředí, které významně přispívá k postupnému formování a rozvoji osobnosti sportujícího jedince. Sportu bývá připisován pozitivní socializační efekt, včetně navazování nových kontaktů, přátel, utváření představ o sobě a svých dovednostech, chtíč po určitém cíli, učení se spolupráce a komunikace. Kolektivní sporty vyžadují vzájemnou kooperaci, přijímání proher a výher a případné vyrovnání se s nimi, zároveň respektování druhých a pravidel, zvládání konfliktů i v případné emoční zátěži. Sociální dovednosti získané ve sportovním prostředí se následně stávají běžnou součástí jedince v chování ve společnosti a pomáhají v sociální adaptaci. Za případná rizika působících na sportovce lze považovat například tlak na výkon z okolí (rodiče, trenéři), jehož případné následky mohou být v podobě škodlivých fenoménů jako užívání podpůrných dopingových prostředků, podvádění, či obcházení pravidel a projevy agrese a násilí (Slepičková a kol., 2018).

Současně narůstá úsilí jedince o začlenění do týmu a jeho socializování v rámci kolektivu. Členové týmu se snaží udržovat „týmového ducha“ nejen během tréninků a zápasů, ale také prostřednictvím různých společenských událostí mimo sportovní areály. Je kladen důraz na společné aktivity a čas strávený spolu, aby se každý stal plnohodnotným členem týmu a posílili se mezilidské vztahy, které jsou především v kolektivních sportech předností (Horn, 2008).

3.2. Prevalence užívání nikotinových produktů u sportovců

Nejaktuálnější bakalářská práce Kristýny Šatochinové pod vedením Mgr. Adama Kulhánka z roku 2022 zkoumala užívání žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků u hráčů amerického fotbalu a hokeje. Autorka došla k následujícím závěrům. Dotazník obdrželi jednotlivé týmy a vyplňovali ho hráči amerického fotbalu a ledního hokeje starší 15 let. Největší počet respondentů spadá do věkové kategorie 23-28 let (76 respondentů, 35 %). Průměrný věk respondentů byl 27 let. Výzkum zahrnoval celkem 219 respondentů, z toho 179 mužů (82 %) a 40 žen (18 %). Studovanou skupinu tvořilo 114 amerických fotbalistů a 105 ledních hokejistů. Výsledky ukázaly, že žvýkací tabák vyzkoušelo 65 (57 %) amerických fotbalistů a 53 (50 %) ledních hokejistů. Průměrný věk prvního užití žvýkacího tabáku byl v obou skupinách 19 let. Denní užívání žvýkacího tabáku přiznalo 21 (33 %) amerických fotbalistů a 19 (36 %) ledních hokejistů. Co se týče nikotinových sáčků nikotinové sáčky vyzkoušelo 49 (43 %) amerických fotbalistů a 43 (41 %) ledních hokejistů, přičemž průměrný věk prvního užití byl v obou skupinách 21 let. Denní užívání nikotinových sáčků uvedlo 17 (35 %) amerických fotbalistů a 14 (33 %) ledních hokejistů. Obě skupiny sportovců uvedly, že nikotinové produkty nejčastěji užívají při relaxaci nebo po tréninku a zápasech. Časté byly také odpovědi, že tyto produkty poprvé vyzkoušeli na doporučení kamaráda, ať už v rámci týmu nebo mimo něj (Šatochinová, 2022).

Dále se tématu v širším pojetí věnovala bakalářská práce Denisy Drahokoupilové z roku 2020 na téma Užívání návykových látek u sportovců. Výzkum byl taktéž uskutečněn dotazníkem. Respondentů, kteří se dostali do následného šetření bylo 145 z toho 66 mužů (46 %) a 78 žen (54 %). Největší zastoupení žen i mužů je ve věku od 18 do 23 let. Na otázku, týkající se zkušeností s návykovými látkami odpovědělo kladně na tabákové výrobky 46 z 66 mužů a 45 ze 78 žen. Celkem tedy 91 ze 159 respondentů, což je 52 % dotazujících. Mezi konkrétními výrobky, se kterými se respondenti setkali byly: cigarety, šňupací a žvýkáci tabák, ale na nikotinové sáčky dotaz ve výzkumu nebyl. Jedna z otázek ve výzkumu se věnovala dotazu, při jakých příležitostech sportovci obvykle návykové látky užívají? Přitom bylo možné zvolit z více odpovědí. 30 respondentů uvedlo, že užívá návykovou látku před začátkem sportovní aktivity. V průběhu sportovní aktivity návykovou látku užilo 9 respondentů a 41 respondentů uvedlo, že návykovou látku užije po konci sportovní aktivity. Více jak 60 % respondentů užívá příležitostně návykové látky ve svém volném čase, mimo sportovní činnost. Z dotazníku vyplývá, že nejužívanější látkou je tabák, který pravidelně užívá 8 respondentů a příležitostně 3. Dále pak žvýkáci tabák, který pravidelně užívá 5 respondentů a 2 příležitostně a cigarety, které pravidelně užívá jeden respondent a jeden příležitostně. Ve volném čase uvedli respondenti, že tabákové výrobky užívají pravidelně 3 respondenti a 4 příležitostně. Žvýkáci tabák užívá pravidelně 5 respondentů a 3 příležitostně. Cigarety užívá 7 respondentů pravidelně a 9 příležitostně. Nikotin 1 pravidelně a 1 příležitostně (Drahokoupilová, 2020). Výzkum a jednotlivé dotazy v šetření jsou pro respondenty nejasné. Není zde například definováno, co znamená příležitostně a pravidelné užívání. Zároveň jsou látky rozdělené na nikotin, žvýkáci tabák, tabákové výrobky a cigarety. Přitom nikotin obsahují všechny z uvedených, ale nikotin je zde jako samostatná možnost. Proto výsledky mohou být zkreslené z důvodu nepochopení otázky a dezorientace v možných odpovědích.

4. Prevence a intervence

Pojem „prevence“ pochází z latinského jazyka a označuje opatření přijatá předem, včasnou obranu nebo ochranu. Prevence se dělí na tři úrovně: primární, sekundární a terciární. Tyto kategorie lze aplikovat i na prevenci spojenou s užíváním návykových látek. Primární prevence se zaměřuje na vyhnutí se rizikovému chování s návykovými látkami u osob, které je dosud nezačaly škodlivě užívat. Sekundární prevence je zaměřena na poskytování účinné pomoci těm, kteří již návykové látky zneužívají, avšak jejich stav není pokročilý. Terciární prevence se prolíná s léčbou závislosti na návykových látkách a snižováním negativních dopadů spojených s jejich užíváním (Nešpor a kol., 1999).

Tabákový průmysl se obecně nejvíce brání proti účinným preventivním opatřením, mezi něž patří vysoké zdanění vedoucí k vyšším cenám tabákových a nikotinových výrobků, zákaz kouření na veřejných místech, úplný zákaz reklamy včetně omezení na místech prodeje, a zavedení jednotného balení s grafickým varováním. Všechna tato opatření by však

měla být součástí komplexního přístupu k problematice tabáku i nikotinových výrobků (Kmeťová & Králíková, 2013).

Kulhánek (Kulhánek a kol., 2022) ve svém článku uvádí tipy prevenčních opatření především pro rodiče mladistvých. Tyto body by se pravděpodobně však dali aplikovat i na jiné autority pro mladistvé (sportovní trenér, učitel, výchovný poradce). Jedním z těchto tipů efektivní prevence je orientace v moderních trendech v užívání návykových látek, které jsou pro jedince dostupné (mimo nikotinové sáčky také např. kratom, HHC, atd.). Také spolupracovat se sociální skupinou ve které se dítě pohybuje (škola, sportovní tým,...), aktivně vyhledávat informace a případně kontaktovat odborné instituce, které se těmto problematikám věnují. Pokud rodič zjistí, že dítě užilo nikotinový sáček, Kulhánek uvádí, aby rodiče nechali své dítě experimentovat. Odůvodňuje to tím, že experimentování s rizikovým chováním je ve věku dospívání přirozené a tresty a zákazy často vedou k opačnému efektu. Dále apeluje na komunikaci mezi rodičem a dítětem. Rodiče by se měli otevřenými otázkami dostat k odpovědím, co dítě na nikotinových sáčcích láká, jak se po užití cítí, zdali zažil i nepříjemnou zkušenost, můžeme mladistvého informovat o objektivních rizicích a negativních důsledcích při užívání velkého množství nikotinu. Cílem této prevence by mělo být, aby mladistvý prošel fází experimentování a neuzívalo látku i nadále (Kulhánek a kol., 2022). Ze subjektivního hlediska, může být tento přístup kontroverzní. Především existuje riziko, že dítě může vnímat nedostatek okamžitého zásahu jako schválení nebo nedostatek zájmu ze strany rodičů, což by mohlo vést k častějšímu a intenzivnějšímu experimentování.

Mimo prevenci by měla probíhat i krátká intervence (do 10 minut) u každého lékaře. Jak uvádí Králíková a kol. (2022) v dokumentaci každého pacienta by mělo být zaznamenáno, zda je kuřákem či uživatelem nikotinu, bez ohledu na lékařskou specializaci. Dotazování na užívání tabáku a zaznamenávání kuřáckého statusu pacientů zvyšuje míru poskytování klinických intervencí a pravděpodobnost abstinence. Krátkou intervencí by měli provádět všichni zdravotníci jako standardní součást své klinické praxe v rámci tříbodového schématu „DIK“ – dotaz, intervence, kontakty.

Měli by:

1. Položit dotaz na kouření či užívání jiné formy tabáku/ nikotinu.
2. Provést intervenci – dát doporučení přestat kouřit a radu jak na to (individuálně zaměřenou); vysvětlit princip závislosti i léčby.
3. Předat kontakty na nejbližší možnosti intenzivní léčby a další formy podpory při odvykání (Králíková a kol., 2022).

Mezi něž může patřit například nabídka léčby, případně doporučení pacienta do některého z Center pro závislé na tabáku či lze pacientům doporučit i Linku pro odvykání

kouření. I přes doporučení lékaře nelze však uživatele k odvykání nutit, můžeme je ale vhodně motivovat (Kmeťová & Králíková, 2013).

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5. Design výzkumu

Praktická část této práce vychází z informací z části teoretické. Zaměřením této kapitoly je představit cíle výzkumu zaměřeného na užívání nikotinových sáčků sportovně aktivními jedinci, metody tvorby dat a jejich zpracování a výzkumné otázky. K dosažení cílů bylo zvoleno kvantitativní online dotazníkové šetření. Dále je v praktické části uveden průběh sběru dat, etické aspekty, výsledky práce a diskuze.

5.1. Cíl práce

Výzkum si klade za hlavní cíl zmapovat zkušenosti sportovně aktivních jedinců s užíváním nikotinových sáčků se zaměřením na frekvenci užívání, motivaci a vliv na zdraví a sportovní výkon. Cílem je zjistit, zda sociální prostředí sportovců užívá více než obecná populace a zda existují rozdíly v míře užívání mezi jednotlivými typy sportů. Tato práce si klade za cíl přispět k lepšímu pochopení tohoto fenoménu a poskytnou informace, které mohou být užitečné pro další zkoumání této sociální skupiny. Dílčím cílem je zjistit prevalenci užívání tabákových a nikotinových výrobků sportovně aktivními jedinci.

5.2. Výzkumné otázky

O1: Jaká je prevalence užívání nikotinových sáčků mezi sportovně aktivními jedinci?

O2: Jaká je prevalence užívání jiných nikotinových produktů u sportovně aktivních jedinců?

O3: Jaké jsou důvody jejich užívání?

O4: Jaké jsou pozitivní a negativní účinky, které sportovci pocítují, při užití nikotinových sáčků?

O5: Jaké jsou dle respondentů rizika a dopady při užívání nikotinových sáčků?

5.3. Metody výběru

Pro tento výzkum jsem se zaměřila na sportovně aktivní jedince, přičemž metoda výběru dat byla omezena kritériálním výběrem, kdy se respondenti vylučovali na základě určitého kritéria. Kritéria stanovila, že respondenti musí být starší 15 let a aktivně sportovat minimálně 1 hodinu 2x týdně. Toto kritérium zajistilo, že do výzkumu budou zařazeni skutečně sportovní jedinci, kteří mají pravidelný přísun fyzické aktivity. Poslední podmínkou pro zařazení do výzkumu byl souhlas s vyplněním dotazníku. Tento souhlas zajistil, že respondenti byli dobrovolně zapojeni do výzkumu, čímž byla splněna etická část výzkumu. Pro účely sběru dat byla použita kombinace metod s hlavním důrazem na metodu sněhové koule, což je metoda, při které se výběr respondentů rozšiřuje prostřednictvím kontaktů původně oslovených účastníků. Respondenti byli primárně osloveni prostřednictvím online odkazu na dotazník, který jsem sdílela na svém profilu na sociálních sítích a požádala sledující o jeho vyplnění a další sdílení. Využila jsem platformy konkrétně

Facebook a Instagram. Někteří respondenti sdíleli dotazník ve svých soukromých týmových skupinách. Kromě toho jsem dotazník sdílela i ve dvou otevřených skupinách zaměřených na sportovní komunitu na Facebooku. Výběrová kritéria byla jasně komunikována v úvodním textu dotazníku.

5.4. Metody tvorby dat

Pro sběr dat v bakalářské práci byla využita metoda online anonymního dotazníkového šetření. Dotazník byl vytvořen pomocí platformy Google Forms a jeho distribuce probíhala od 20. února do 27. března 2024. Všichni respondenti byli z České republiky a přestože měl dotazník dosah i mimo Prahu, větší část odpovídajících byla z Prahy a okolí. Dotazník obsahoval především uzavřené otázky, kde respondent měl na výběr jednu nebo více možností odpovědí, avšak některé otázky v dotazníku byly otevřené a vyžadovaly dopsání odpovědi respondentem. První část dotazníku se zaměřovala na sociodemografické údaje a údaje o sportovní aktivitě, které zahrnovaly: věk, pohlaví, druh sportu, kterému se respondent věnuje, kraj, ve kterém sport provozuje a frekvence, s jakou se sportu věnuje. Druhá část dotazníku se soustředila na zkušenosti respondentů s nikotinovými sáčky. Pokud respondenti zkušenost měli, byli dále dotázáni na podrobnější údaje svých zkušeností. Pokud uvedli, že zkušenosti nemají dotazník je odkázal na otázky týkající se zkušeností s jinými nikotinovými výrobky. Při tvorbě otázek v dotazníku jsem se inspirovala bakalářskými pracemi, které se zabývají podobnými tématy. Konkrétně jsem čerpala z prací Bc. Kristýny Šatochinové (Šatochinová, 2022) a Mgr. Lukáše Kolomazníka (Kolomazník, 2023). Tyto práce poskytly cenné podklady a strukturu pro tvorbu vlastního dotazníku. Dotazník je součástí příloh bakalářské práce.

5.5. Metody analýzy dat

Data byla překódována do Excelu ve formátu xls. Podrobná analýza sebraných dat byla provedena pomocí popisně statistických metod v MS Excel s využitím funkce kontingenčních tabulek.

5.6. Etika výzkumu

Při realizaci toho výzkumu byly dodržovány všechny etické aspekty. Dotazník byl koncipován tak, aby byl zcela anonymní, respondenti neuváděli žádné citlivé údaje, které by mohly odhalit jejich totožnost. Účast na výzkumu byla dobrovolná a ihned v úvodu dotazníku respondenti potvrdili, že se účastní dobrovolně a že souhlasí se zpracováním svých odpovědí. Výzkum byl zároveň schválen Etickou komisí pro posuzování závěrečných prací Kliniky adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze, což zajišťuje, že výzkum splňoval veškeré etické standardy. Data byla sbírána prostřednictvím platformy, kde jsem k výsledkům měla přístup pouze já po přihlášení pomocí hesla a přístupového jména. Stejná bezpečnostní opatření bylo uplatněno i pro přístup k počítači, na kterém probíhalo vyhodnocení dat.

6. Výsledky

Výzkumný soubor tvořil 222 respondentů. Vzhledem k tomu, že většina respondentů spadala do věkové kategorie 15-30 let, rozhodla jsem se vyloučit osoby starší 35 let, aby výsledky byly více konzistentní s hlavní cílovou skupinou výzkumu. Z tohoto důvodu bylo vyloučeno 9 respondentů, kteří byli starší 35 let. Dalším vylučovacím kritériem byla frekvence sportovní aktivity. 12 respondentů, kteří uvedli, že provozují sportovní aktivitu pouze jednou týdně, byli taktéž vyřazeni z výsledného souboru, tímto krokem bylo zajištěno, že výsledky budou reflektovat skutečně aktivní jedince. Po aplikaci těchto kritérií byl výsledný soubor zredukován na 201 respondentů.

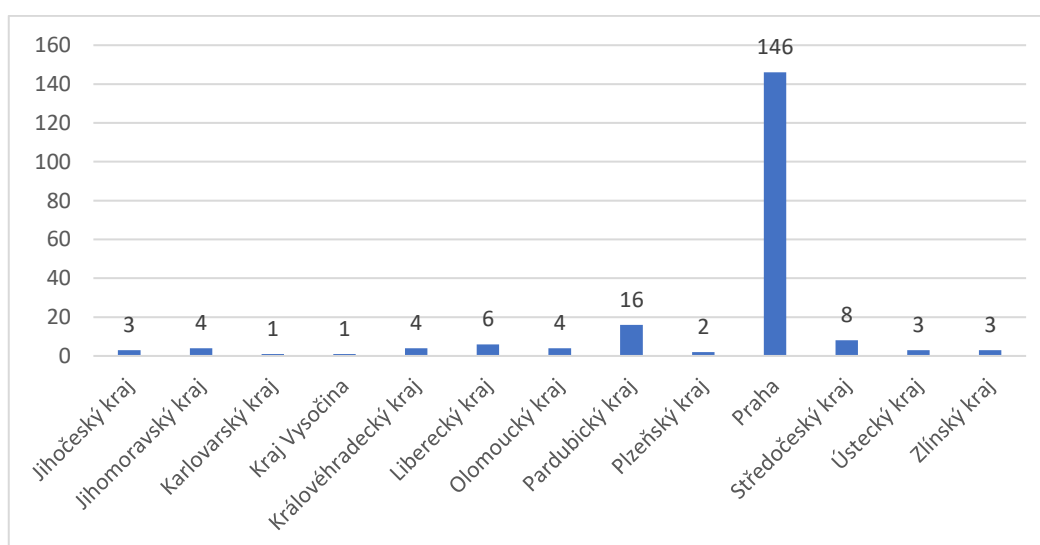
6.1. Sociodemografická charakteristika a sportovní aktivita respondentů

V této podkapitole bude analýza základních sociodemografických údajů jako je pohlaví a věk respondentů. Zároveň se zaměří na sportovní stránku respondentů, a to v jakém kraji provozují své sportovní aktivity, konkrétní druhy sportů, kterým se věnují, a zjistíme, jak často se těmito sportovním činnostem věnují.

Dotazníkového šetření se účastnilo 114 (57 %) mužů a 87 (43 %) žen. Nejmladším respondentům bylo 15 let a nejstaršímu 35 let, což byla horní hranice kritéria pro výběr finálních respondentů. Nejvíce respondentů spadalo do věkové kategorie 19-24 let (150 respondentů, 75 %). Průměrný věk respondentů byl 21 let.

Graf č. 4 uvádí v jakém kraji respondenti provozují sportovní aktivitu. Nejvíce respondentů se věnuje svému sportu v Praze 146 (73 %). Druhou nejpočetnější skupinou, avšak se značně velkým rozdílem je Pardubický kraj s 16 (8 %), Středočeský kraj s 8 (4 %) a Liberecký kraj s 6 (3 %).

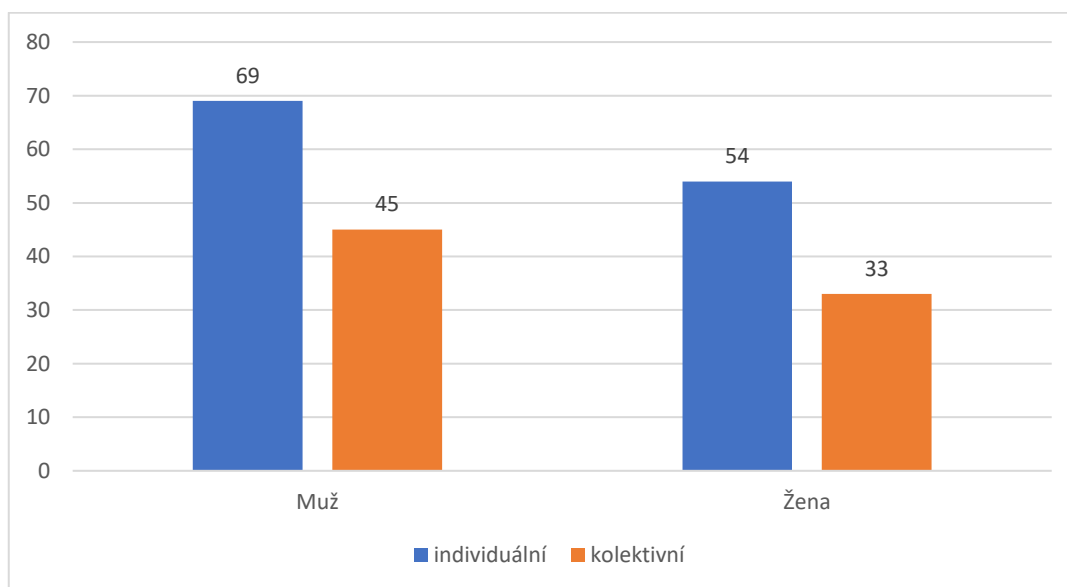
Graf 4: Počet respondentů sportovně aktivních v daném kraji



Výsledky ukázaly, že se respondenti věnují široké škále různorodých sportovních aktivit, bylo identifikováno 29 různých sportů. Mezi nejvíce populární sportovní aktivity napříč respondenty patří posilování s 38 (19 %), dále házená 29 (14 %), veslování 17 (8 %), florbal 14 (7 %) a volejbal 12 (6 %).

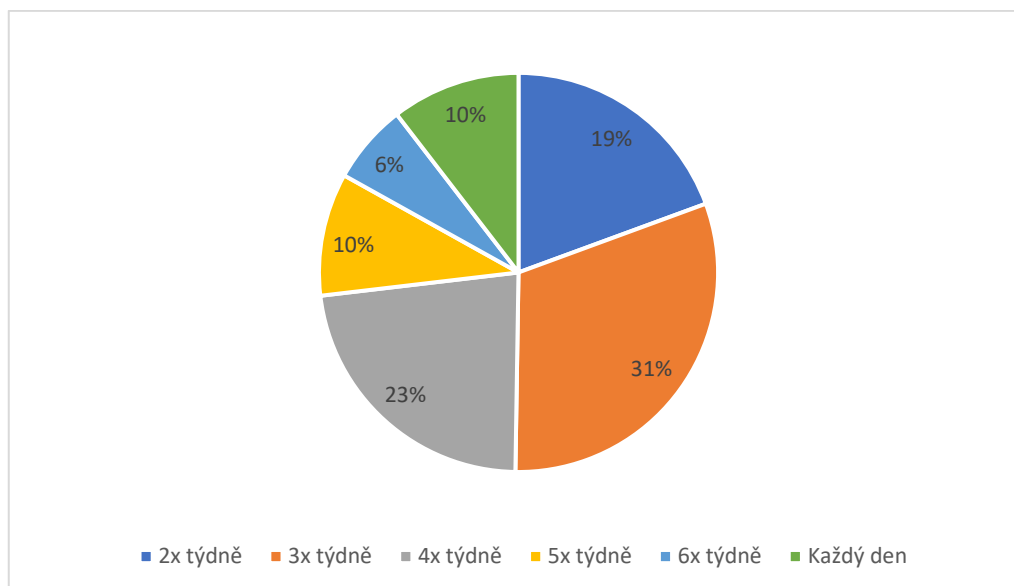
Graf č. 5 ukazuje rozdíly v preferencích mezi muži a ženami o účast v kolektivních a individuálních sportech. Sporty jsem do těchto kategorií rozlišila dle mého subjektivního názoru. Mám dlouholeté zkušenosti s různými sportovními aktivitami, jak individuálními, tak kolektivními. Tyto zkušenosti mi umožnily hlubší pochopení specifik, které odlišují tyto dva typy sportů, a to jak z hlediska organizace tréninku, tak z hlediska sociální dynamiky. Mezi individuální sporty jsem řadila například: veslování, tenis, posilování, běh, bojové sporty, atletiku, cyklistiku či jógu. A mezi kolektivní sporty jsem řadila: házenou, florbal, volejbal, basketbal či fotbal. 123 (61 %) respondentů se věnuje individuální sportovní aktivitě z toho 69 (56 %) mužů a 54 (44 %) žen. A 78 (39 %) respondentů se věnuje kolektivním sportům z toho 45 (58 %) mužů a 33 (42 %) žen.

Graf 5: Sportovní preference respondentů dle pohlaví



Graf č. 6 uvádí frekvenci, s jakou se respondenti věnují sportovní aktivitě alespoň po dobu jedné hodiny. Výsledky ukazují, že 39 (19 %) respondentů se sportu věnuje dvakrát týdně, 62 (31 %) třikrát týdně, 46 (23 %) čtyřikrát týdně, 20 (10 %) pětikrát týdně, 13 (6 %) šestkrát týdně a 21 respondentů (10 %) se věnuje sportu každý den.

Graf 6: Frekvence sportovní aktivity respondentů

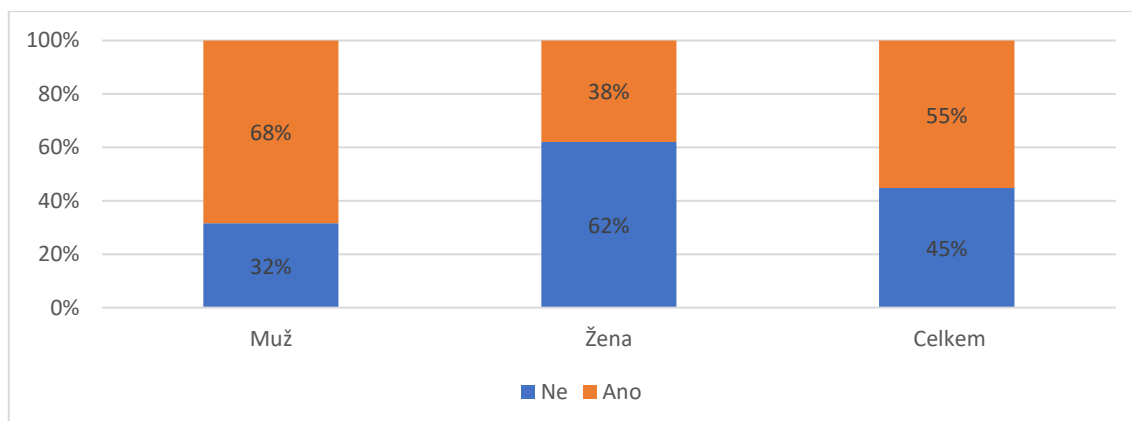


6.2. Prevalence užívání nikotinových sáčků mezi sportovně aktivními jedinci

Tato podkapitola se konkrétně zaměřuje na výsledky ohledně míry rozšíření užívání nikotinových sáčků mezi sportovci. Respondenti byli dotazováni na věk, kdy poprvé užili nikotinové sáčky a okolnosti prvního užití a následně jsem analyzovala souvislost prvotního užití s jejich znalostí věku, od kterého jsou tyto produkty legálně prodejně. Další otázky se týkaly aktuálních okolností a četnosti jejich užívání.

První otázka v této části byla, zdali respondenti užili někdy v životě nikotinový sáček? Graf č. 7 uvádí, že z celkových 201 respondentů, užilo nikotinový sáček alespoň jednou za život 111 (55 %) respondentů. Ze 114 mužů, nikotinový sáček užilo 78 (68 %) a z 87 žen užilo sáček 33 (38 %) z nich. Respondenti, kteří uvedli kladnou odpověď byli nadále přesměrováni na otázky, které se týkaly jejich užívání.

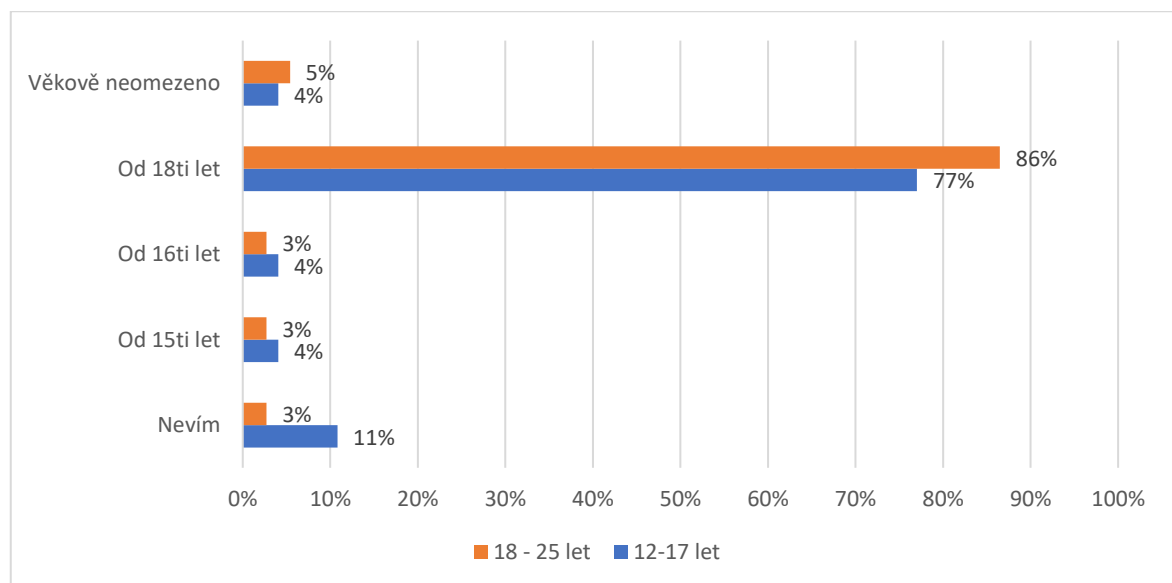
Graf 7: Užití nikotinového sáčku mezi respondenty dle pohlaví



Průměrný věk prvního užití byl 17 let. Nejčastěji respondenti uváděli věk 16 let, což uvedlo 22 respondentů (20 %), stejný počet respondentů uvedlo věk 17 let. 17 (15 %) respondentů uvedlo věk 15 let a 14 (13 %) uvedlo 18 let. Nejnižší věk prvního užití byl 12 let, což uvedl 1 respondent, a nejvyšší věk prvního užití byl 25 let, což rovněž uvedl pouze jeden respondent.

Graf č. 8 zobrazuje souvislost mezi věkem prvního užití nikotinových sáčků a znalostmi respondentů o legálním věku prodeje těchto sáčků. Respondenti byli rozděleni do dvou věkových skupin: 12-17 let prvního užití a 18-25 let prvního užití. Výsledky ukazují, že 3 (4 %) respondenti ve skupině 12-17 let a 2 (5 %) respondenti ve skupině 18-25 let se domnívají, že prodej nikotinových sáčků není věkově omezen. Odpověď, že nikotinové sáčky jsou legálně prodejné od 18 let, uvedlo 57 (77 %) respondentů ve skupině 12-17 let a 32 (86%) respondentů ve skupině 18-25 let. Odpověď, že prodej je povolen od 16 let, mělo 3 (4%) respondentů ve skupině 12-17 let a 1 (3 %) respondent ve skupině 18-25 let. Stejně procento respondentů, tedy 3 (4 %) ve skupině 12-17 let a 1 (3 %) ve skupině 18-25 let, uvedlo, že prodej je povolen od 15 let. Nejistotu ohledně legálního věku prodeje vyjádřilo 8 (11 %) respondentů ve skupině 12-17 let a jeden (3 %) respondent ve skupině 18-25 let.

Graf 8: Znalosti respondentů o legálním věku prodeje nikotinových sáčků dle věku prvního užití nikotinových sáčků



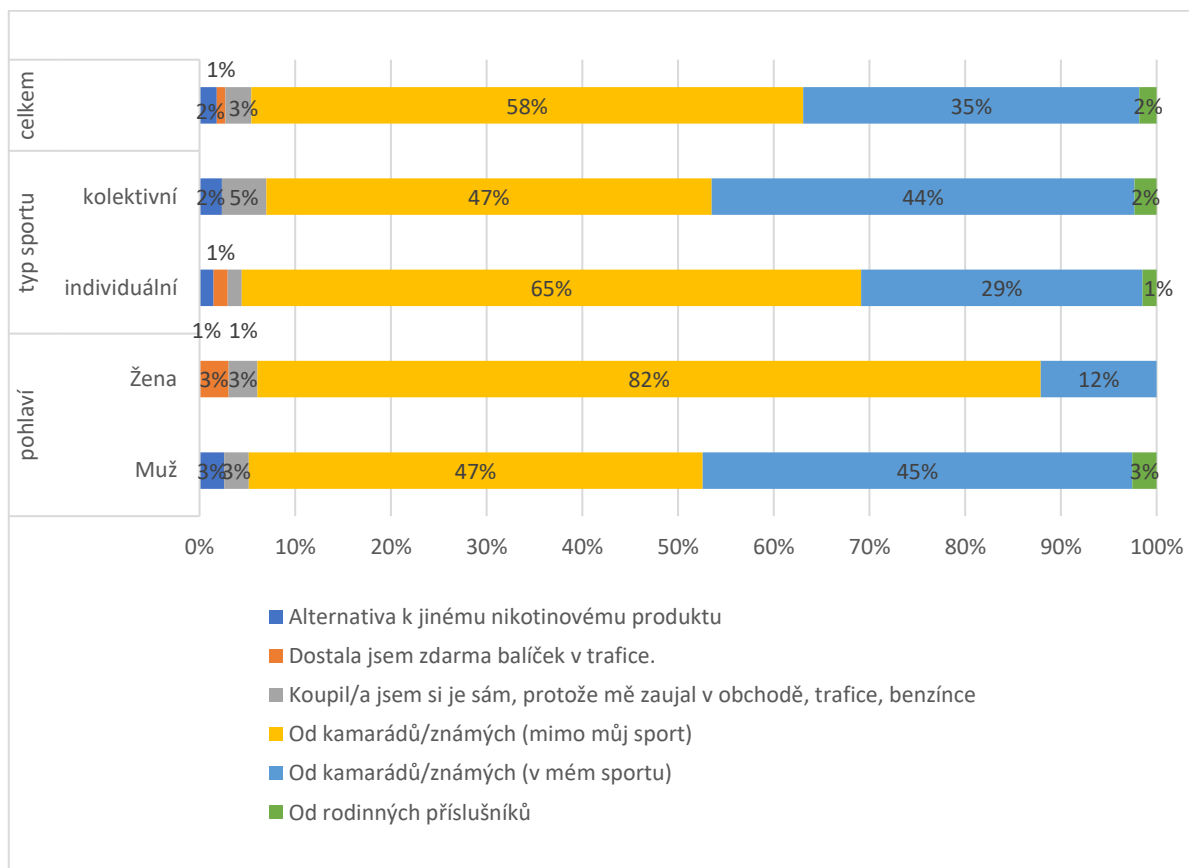
Graf č. 9 znázorňuje okolnosti, za kterých respondenti poprvé užili nikotinový sáček, rozdělený podle typu sportu a pohlaví. Celkově 64 (58 %) respondentů uvedlo, že dostali sáček od kamarádů či známých mimo jejich sport, 39 (35 %) se dostalo k sáčku od kamarádů v jejich sportu, 3 (3 %) si sáček koupili sami, protože je zaujal v obchodě nebo trafice, 2 (2 %) získali sáček od rodinných příslušníků, 2 (2 %) zkusili poprvé sáček jako alternativu

k jinému nikotinovému produktu a 1 respondent dostal sáček zadarmo v trafice na vyzkoušení.

Při rozdělení podle typu sportu, 44 (47 %) respondentů z kolektivních sportů se dostalo k sáčku od kamarádů/známých (mimo jejich sport), 20 (44 %) od kamarádů/známých (v jejich sportu), 2 (5 %) si sáček koupili sami, protože je zaujal v obchodě nebo trafice, a po jednom respondentovi (2 %) měli odpovědi od rodinných příslušníků a alternativa k jinému nikotinovému výrobku. Naopak, 64 (65 %) respondentů z individuálních sportů se dostalo k sáčku od kamarádů/známých (mimo jejich sport), 39 (29 %) od kamarádů/známých (v jejich sportu), po jednom respondentovi (1 %) měly odpovědi, sáček si koupil sám, protože je zaujal, dostal zadarmo v trafice, alternativa k jinému nikotinovému produktu, od rodinných příslušníků

Při rozdělení podle pohlaví, 27 (82 %) žen uvedlo, že se k sáčku dostaly od kamarádů/známých (mimo jejich sport), 4 (12 %) od kamarádů známých v jejich sportu a po jedné respondentce (3 %) si sáček koupily samy, protože je zaujal v obchodě nebo trafice a dostal zadarmo balíček v trafice. Na druhou stranu, 37 (47 %) mužů se k sáčku dostalo od kamarádů/známých (mimo jejich sport), 35 (45 %) přes kamarády v jejich sportu, po dvou respondentech (3 %) měly odpovědi že, si sáček koupili sami, protože je zaujal, od rodinných příslušníků či jako alternativu k jinému nikotinovému produktu.

Graf 9: Okolnosti prvního užití nikotinového sáčku mezi respondenty

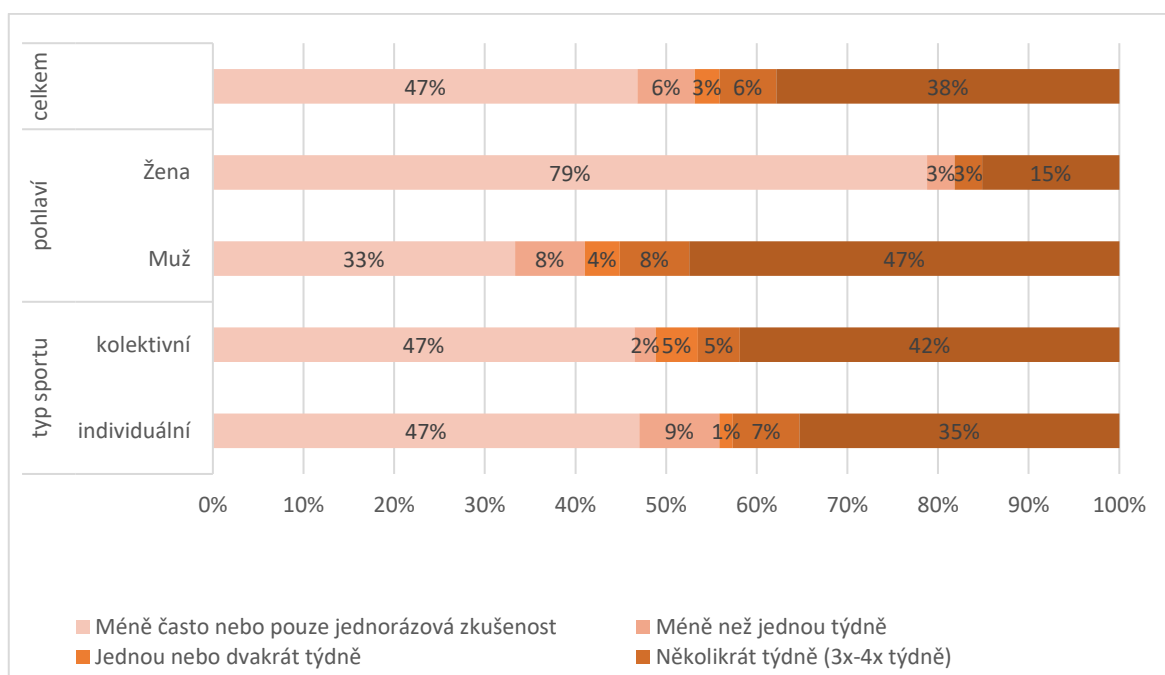


Graf č. 10 zobrazuje frekvenci užívání nikotinových sáčků mezi různými skupinami respondentů, rozdělenými podle pohlaví a typu sportu, který provozují. Z celkových výsledků lze vidět, že z 111 respondentů 52 (47 %) užívá nikotinové sáčky méně často nebo má pouze jednorázovou zkušenost. Méně, než jednou týdně užívá nikotinové sáčky 7 (6 %) respondentů, jednou nebo dvakrát týdně 3 (3 %), několikrát týdně (3-4 x týdně) také 7 (6 %) a každý den nebo téměř každý den (5-7 x týdně) 42 (38 %) respondentů.

Při rozdělení podle pohlaví vidíme, že mezi 33 ženami užívá 26 (79 %) nikotinové sáčky méně často nebo má pouze jednorázovou zkušenost, zatímco pouze 5 (15 %) je užívá každý den nebo téměř každý den. Méně, než jednou týdně užívá 1 (3 %) žena a několikrát týdně (3x-4x) uvedla taktéž jedna (3 %) respondentka. Naopak mezi muži je 26 (33 %) těch, kteří je užívají méně často nebo mají jednorázovou zkušenost, a 37 (47 %) mužů užívá nikotinové sáčky každý den nebo téměř každý den. Méně, než jednou týdně užívá 6 (8 %) mužů, jednou nebo dvakrát týdně uvedli 3 (4 %) muži a několikrát týdně 3x-4x uvedlo taktéž 6 (8 %).

Při rozdělení podle typu sportu vidíme, že z celkových 78 má zkušenost s užíváním nikotinových sáčků 43 (55%) sportovců věnujících se kolektivnímu sportu 20 (47 %) užívá nikotinové sáčky méně často nebo má pouze jednorázovou zkušenost a 18 (42 %) je užívá každý den nebo téměř každý den. Mezi individuálními sportovci 123, z nichž taktéž 68 (55 %) má zkušenost s užitím sáčku je situace podobná: 32 (47 %) užívá nikotinové sáčky méně často nebo má pouze jednorázovou zkušenost a 24 (35 %) je užívá každý den nebo téměř každý den.

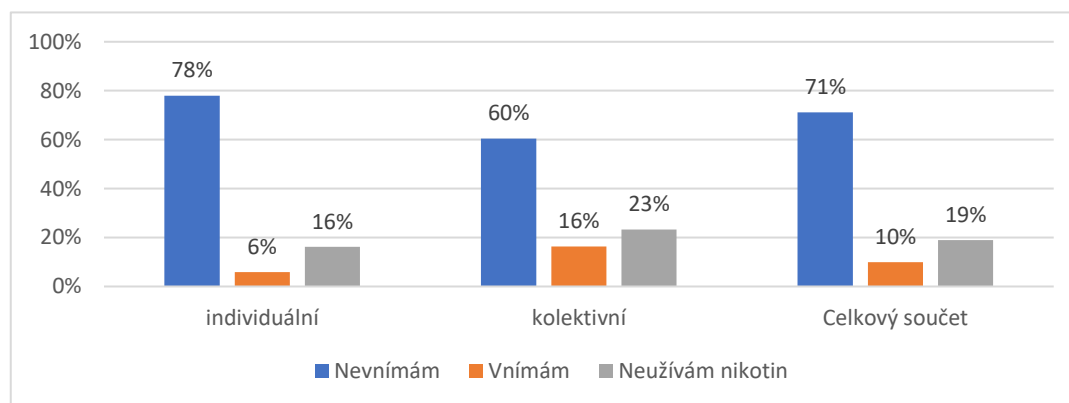
Graf 10: Četnost aktuálního užívání nikotinových sáčků dle pohlaví respondentů a typu sportu



Další otázka se dotazovala respondentů na obsah nikotinu v miligramech (mg) v nikotinovém sáčku, který nejčastěji užívají. Z celkového počtu 111 dotazovaných, 35 (32 %) respondentů uvedlo 11-15 mg. Druhou nejčastější odpovědí bylo 16-22 mg, kterou zvolilo 21 respondentů (19 %). Odpověď 0-6 mg určilo 12 respondentů (11 %), stejný počet respondentů uvedl 7-10 mg a odpověď "Nevím". 10 respondentů (9 %) uvedlo, že užívají nikotinové sáčky s obsahem 21-25 mg, 7 (6 %) respondentů zvolilo 26-35 mg a dva respondenti uvedli obsah více než 35 mg nikotinu.

Graf č. 11 ukazuje rozdíly v tom, jak respondenti, kteří někdy v životě užili nikotinové sáčky, vnímají jejich užívání s ohledem na zlepšení sportovní výkonnosti, rozdělené podle typu sportu (individuální nebo kolektivní) a celkového součtu. Z grafu vyplývá, že mezi sportovci v individuálních sportech 53 (78 %) uvedlo, že neužívají nikotinové sáčky pro zlepšení výkonnosti, zatímco 4 (6 %) přiznalo, že je užívají za tímto účelem. 11 (16 %) z respondentů věnující se individuálním sportům uvedlo, že nikotin již neužívají. U kolektivních sportů 26 (60 %) respondentů uvedlo, že nikotinové sáčky neužívají pro zlepšení výkonnosti, 7 (16 %) je užívá pro zlepšení a 10 (23 %) již nikotin neužívá. Celkový výsledek ukazuje, že 79 (71 %) všech respondentů neužívá nikotinové sáčky pro zlepšení sportovní výkonnosti, 11 (10 %) je užívá pro zlepšení a 21 (19 %) nikotin již vůbec neužívá.

Graf 11: Vnímání uživatelů nikotinových sáčků užívání pro zlepšení sportovní výkonnosti podle typu sportu



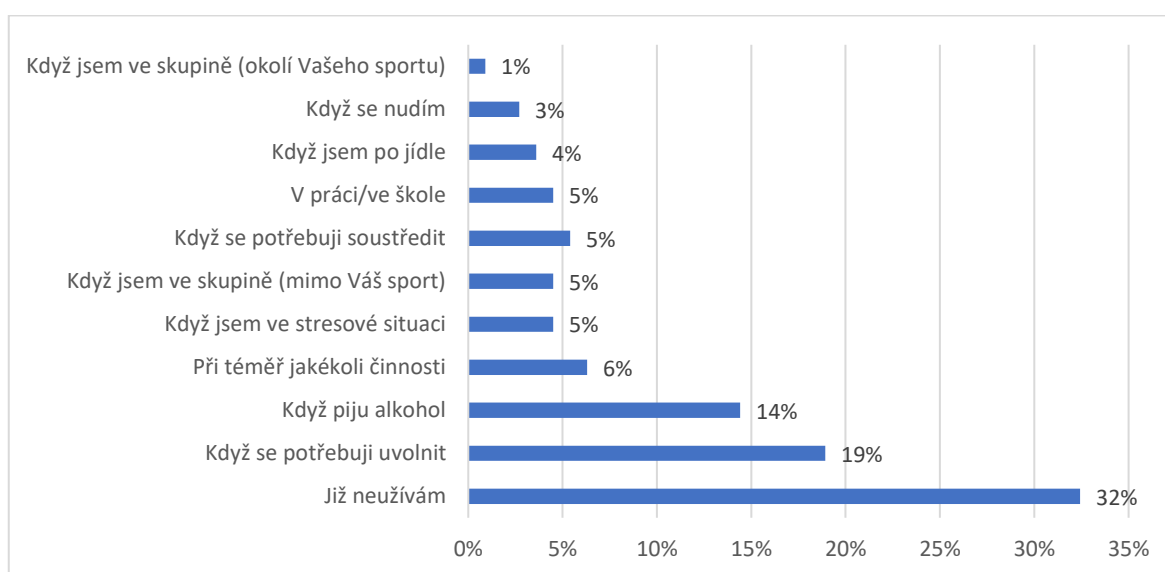
Respondenti, kteří mají zkušenost s nikotinovými sáčky a uvedli, že užívají nikotin pro zlepšení své sportovní výkonnosti, byli odkázáni na otevřenou otázku, která se jich ptala na konkrétní vliv na jejich výkon. Z odpovědí sportovně aktivních jedinců vyplývá, že nikotin má na jejich sportovní výkon různé pozitivní účinky. Většina respondentů uvádí, že nikotin přispívá ke zlepšení mentálního stavu, konkrétně k uklidnění, snížení stresu a zvýšení energie např.: "Uklidním se před výkonem, jdu do zápasu téměř bez stresu.", "Lepší, klid v hlavě, klid na puku, lehčí nohy, vidím víc možností, jak hrát." či "Jsem víc koncentrovaný, vydržím delší dobu, než si musím dát rest."

6.3. Důvody, účinky a rizika užívání nikotinových sáčků mezi sportovci

Tato podkapitola se věnuje motivaci a účinkům užívání nikotinových sáčků u sportovců, kteří mají se sáčky zkušenost. Zjišťovala jsem, při jakých příležitostech nejčastěji sáčky užívají. Dále jsem se zaměřila na primární důvody, které je k užívání vedou. Respondenti také hodnotili pozitivní a negativní účinky, které při užívání pociťují.

Úvodní otázka v této části se ptala, při jaké příležitosti respondenti nejčastěji užívají nikotinové sáčky. Graf č. 12 ukazuje výsledky na tuto otázku. Nejčastější odpovědí bylo, že již nikotinové sáčky neužívají, což potvrdilo 36 (32 %) respondentů ze 111 dotázaných, kteří mají se sáčky zkušenost. Na druhém místě byla odpověď "Když se potřebuji uvolnit", na kterou se přiklonilo 21 respondentů (19 %). Další časté příležitosti zahrnovaly užívání při konzumaci alkoholu 16 (14 % respondentů), při téměř jakékoli činnosti 7 (6 %), při potřebě soustředění 6 (5 %), při pobytu ve skupině (mimo jejich sport) 5 (5 %), ve stresových situacích nebo v práci/ve škole (každá odpověď taktéž 5 %). Menší skupina respondentů 4 (4 %) uvedla, že sáčky používají po jídle, 3 respondenti uvedli, když se nudí a 1 respondent uvedl odpověď "Když jsem ve skupině (okolí Vašeho sportu)". Dva respondenti (2 %) specifikovali jiné situace: „Jsem závislý na Siberace, takže když dojde a má někdo nikotinový sáček“ a „Po sportu“.

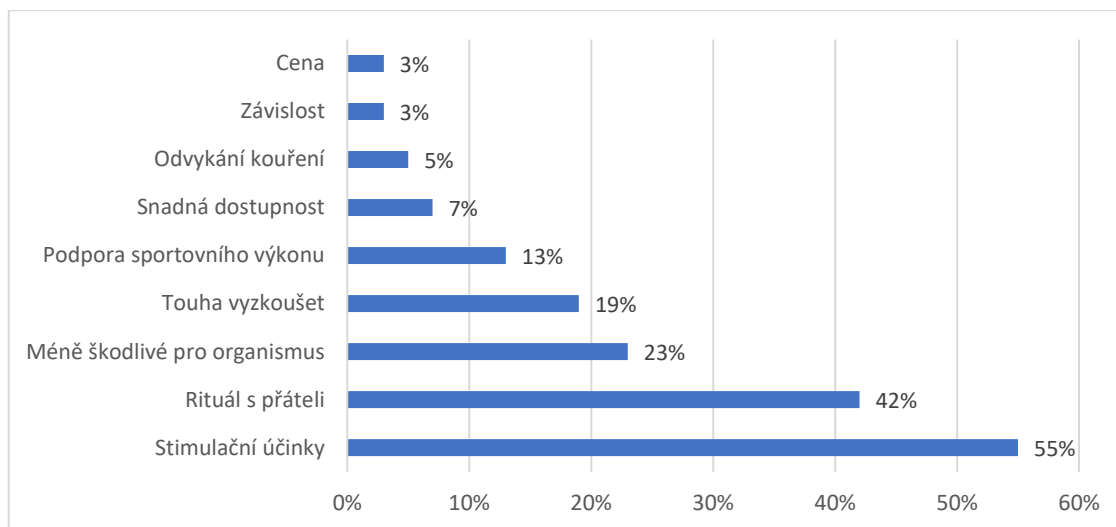
Graf 12: Příležitosti pro užívání nikotinových sáčků u respondentů



Další otázka byla zaměřena na primární důvody užívání nikotinových sáčků, kdy respondenti, měli možnost, zaškrtnout více odpovědí. Graf č. 13 ukazuje následující výsledky. 61 (55 %) z 111 dotazovaných uvedlo jako primární důvod užití nikotinového sáčku pro jeho stimulační účinky. 47 (42 %) uvedlo jako důvod rituál s přáteli, třetí nejčastější odpovědí bylo, že je užívání méně škodlivé pro organismus, což uvedlo 25 (23 %) respondentů. 21 (19 %) uvedlo touhu vyzkoušet a 14 (13 %) respondentů se hlásilo k podpoře sportovního výkonu. Menší skupina 8 (7 %) uvedlo snadnou dostupnost sáčků a

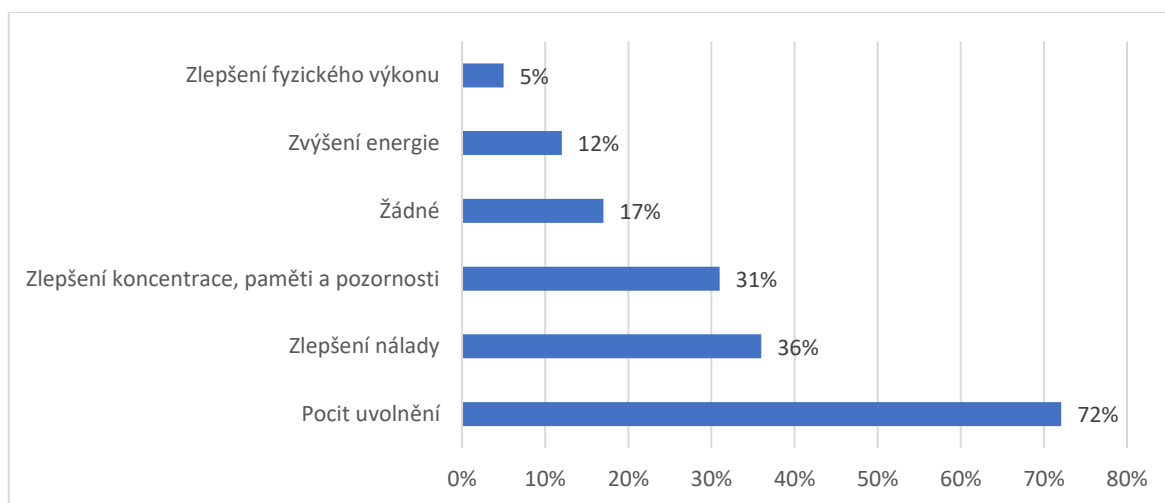
6 (5 %) respondentů uvedlo odvykání kouření. 3 (3 %) se hlásí k odpovědi závislost a taktéž 3 (3 %) uvádí jako důvod užívání cenu sáčků.

Graf 13: Primární důvody užívání nikotinových sáčků u respondentů



Graf č.14 poskytuje přehled o různých pozitivních účincích, které uživatelé nikotinových sáčků nejvíce pociťují. Nejčastěji uváděným pozitivním účinkem byl pocit uvolnění s 80 respondenty (72 %). Další často uváděným pozitivním účinkem bylo zlepšení nálady s 40 (36 %) respondenty. Třetí nejčastější odpovědí bylo zlepšení koncentrace, paměti a pozornosti, což vybralo 34 respondentů (31 %). Zvýšení energie uvedlo 13 respondentů (12 %) a zlepšení fyzického výkonu vybralo 5 respondentů (5 %). 19 (17 %) respondentů zvolilo možnost "Jiné" a všichni uvedli, že při užívání nikotinových sáčků nepociťují žádné pozitivní účinky.

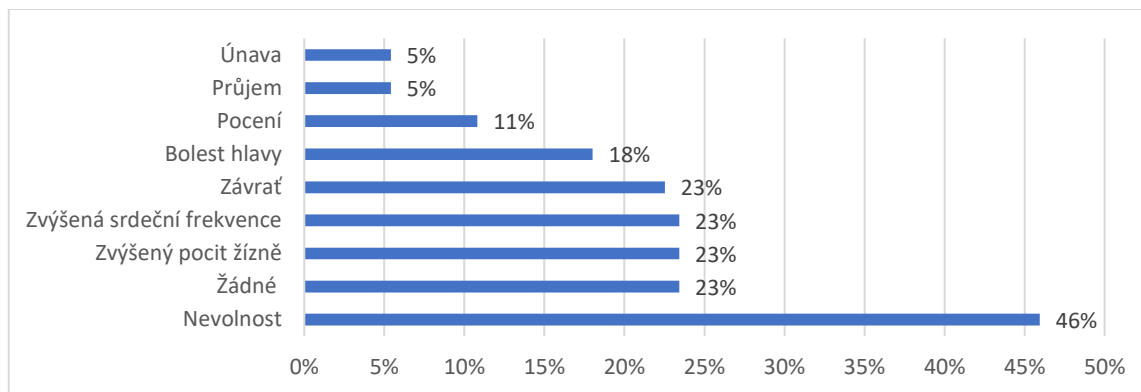
Graf 14: Pozitivní účinky užívání nikotinových sáčků u respondentů



Graf č. 15 ilustruje různé negativní účinky, které respondenti nejčastěji pociťují při užívání nikotinových sáčků. Nejčastěji uváděnou odpovědí byla nevolnost s 51 (46 %) respondenty. Další časté odpovědi se shodným počtem respondentů 26 (23 %) zahrnovaly

zvýšený pocit žízně, zvýšenou srdeční frekvenci a žádné negativní účinky. Pocit závratě uvedlo 25 respondentů (23 %), bolest hlavy 20 respondentů (18 %), pocení 12 respondentů (11 %), průjem a únavu shodně po 6 respondentech (5 %). Jeden respondent uvedl jiný specifický negativní účinek, konkrétně "rozžvýkané dásně".

Graf 15: Negativní účinky užívání nikotinových sáčků u respondentů

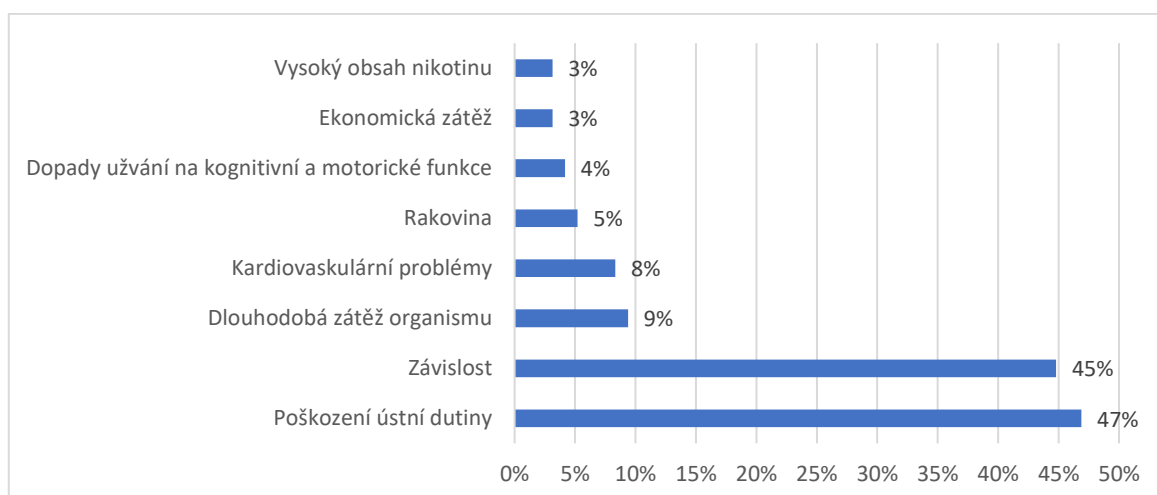


Další otázka do této podkapitoly zjišťovala, zdali respondenti vnímají rizika spojená s užíváním nikotinových sáčků. Výsledky ukazují, že většina respondentů si je těchto rizik vědoma. Z celkového počtu 111 respondentů, kteří někdy použili nikotinový sáček, uvedlo 96 (86 %), že rizika vnímají, zatímco 15 (14 %) odpovědělo, že žádná rizika nevnímají. Respondenti, kteří uvedli, že rizika vnímají, byli dále přesměrováni na otevřenou otázku, která se jich ptala, jaká jsou dle jejich subjektivního názoru rizika spojená s užíváním nikotinových sáčků.

Tyto výsledky zobrazuje Graf č. 16. Následně byly tyto odpovědi zpracovány a roztříděny do jednotlivých skupin, které jsou znázorněny v grafu.

Z grafu vyplývá, že nejčastěji vnímaným rizikem je poškození ústní dutiny, které uvedlo 45 (47 %) respondentů. Následuje závislost, kterou zmínilo 43 (45 %) respondentů. 9 (9 %) respondentů uvedlo dlouhodobou zátěž organismu, zatímco kardiovaskulární problémy vnímá jako riziko 8 (8 %) dotazovaných. Rakovinu jako možné riziko zmínilo 5 (5 %) respondentů, dopady užívání na kognitivní a motorické funkce uvedlo 4 (4 %). Ekonomickou zátěž a vysoký obsah nikotinu zmínili shodně 3 (3 %) respondenti.

Graf 16: Subjektivně vnímaná rizika užívání nikotinových sáčků



6.4. Prevalence užívání jiných nikotinových produktů sportovně aktivními jedinci

V této podkapitole budou zde výsledky na téma, jak často sportovně aktivní jedinci užívají nikotinové produkty jiné než nikotinové sáčky, jako jsou například e-cigarety, žvýkací tabák či tradiční cigarety. Dále se podkapitola zaměří na srovnání prevalence užívání nikotinových sáčků a jiných nikotinových produktů mezi sportovně aktivními jedinci.

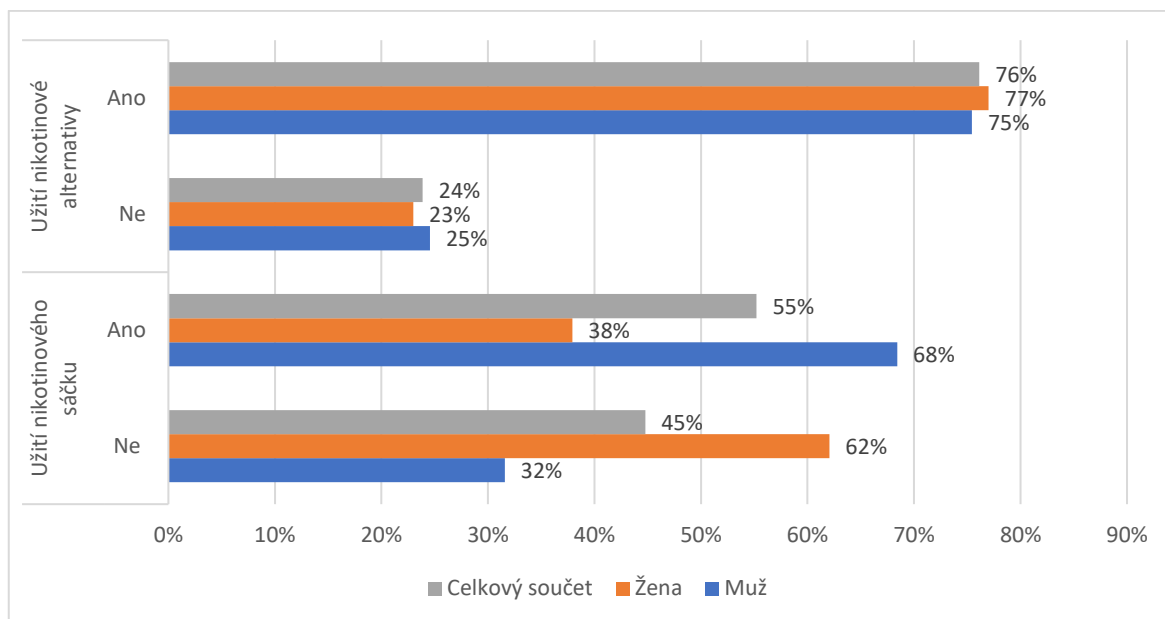
Graf č. 17 zobrazuje prevalenci užívání nikotinových sáčků a jiných nikotinových alternativ mezi respondenty, s rozlišením dle pohlaví. Data jsou prezentována zvlášť pro muže (modře) a ženy (oranžově), s celkovým součtem (šedě).

Jak již víme, 78 (68 %) mužů a 33 (38 %) žen uvedlo, že nikotinové sáčky někdy užíli, což představuje celkově 111 (55 %) respondentů. Naopak 36 (32 %) mužů a 54 (62 %) žen uvedlo, že nikotinové sáčky nikdy neužíli, což celkově činí 90 (45 %) respondentů.

Druhá část grafu se věnuje užití jiných nikotinových alternativ než sáčků. Zde 86 (75 %) mužů a 67 (77 %) žen uvedlo, že někdy užíli jiné nikotinové alternativy, což představuje celkově 153 (76 %) respondentů. Naopak 28 (25 %) mužů a 20 (23 %) žen uvedlo, že tyto alternativy nikdy neužíli, což celkově činí 48 (24 %) respondentů.

Graf tedy ukazuje, že užívání nikotinových alternativ je mezi respondenty obecně rozšířenější než užívání nikotinových sáčků. Také je patrný rozdíl mezi pohlavími, kdy ženy častěji neužívají nikotinové sáčky, ale naopak častěji užívají jiné nikotinové alternativy než muži.

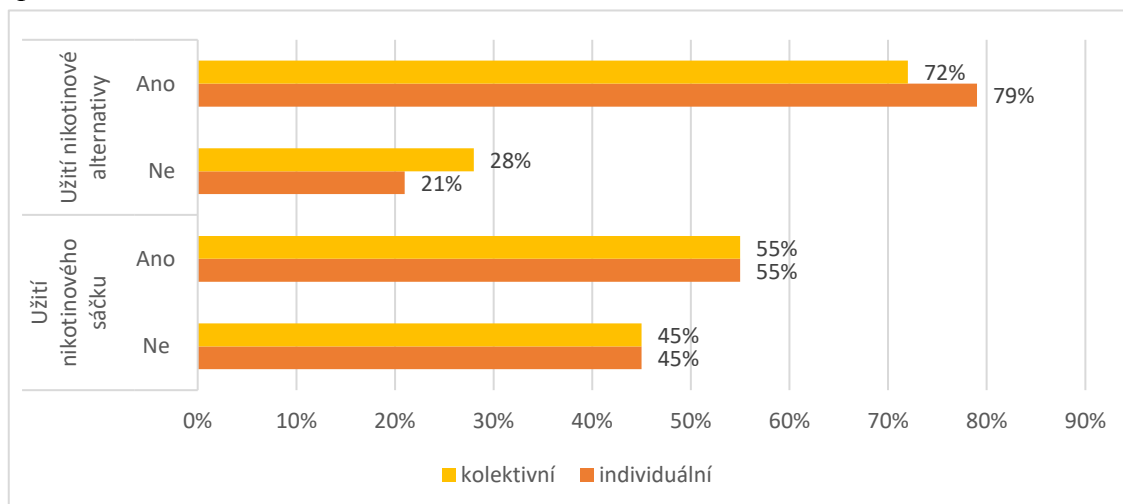
Graf 17: Rozdíly v prevalenci užívání nikotinových sáčků a prevalenci jiných nikotinových alternativ mezi sportovně aktivními jedinci podle pohlaví



Graf č. 18 se zaměřuje na rozdíly v užívání nikotinových alternativ a užívání nikotinových sáčků mezi respondenty zapojenými do kolektivních a individuálních sportů. Užívání nikotinových alternativ uvádí z celkových 78 sportovců, kteří se věnují kolektivním sportům 56 (72 %) respondentů, zatímco u individuálních sportů z celkových 123 je to 97 (79 %). Naopak 22 (28 %) respondentů z kolektivních sportů a 26 (21 %) z individuálních sportů uvedlo, že nikotinové alternativy nepoužívají.

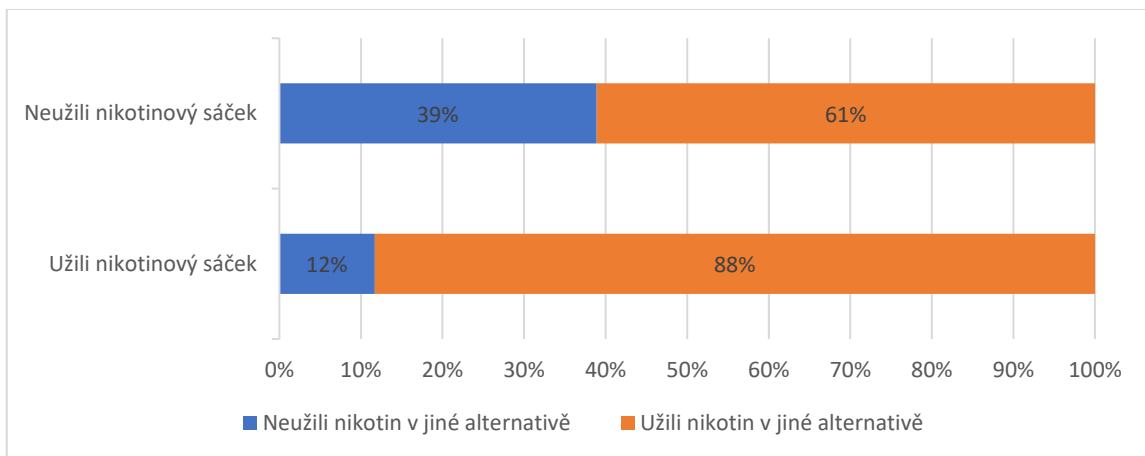
Při užívání nikotinových sáčků je situace vyrovnaná, kde 55 % respondentů z obou skupin (kolektivní i individuální sporty) potvrdilo jejich užívání. Stejně tak 45 % respondentů z obou typů sportů uvedlo, že nikotinové sáčky neužívají.

Graf 18: Užívání nikotinových alternativ a nikotinových sáčků mezi sportovci podle typu sportu



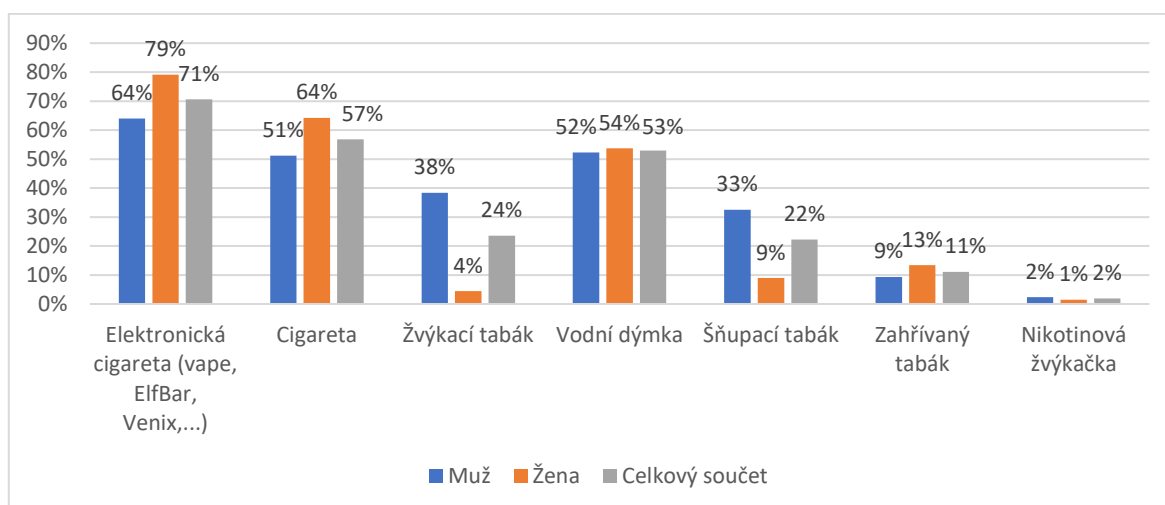
Graf č. 19 zobrazuje prevalenci užívání jiných nikotinových alternativ mezi respondenty, kteří užili a neužili nikotinové sáčky. Z grafu vyplývá, že z respondentů, kteří užili nikotinový sáček, 98 (88 %) také užilo jinou nikotinovou alternativu, zatímco pouze 13 (12 %) neužilo žádnou jinou nikotinovou alternativu. Mezi respondenty, kteří nikotinový sáček neužili, 55 (61 %) užilo jinou nikotinovou alternativu a 35 (39 %) neužilo žádnou jinou nikotinovou alternativu. Je zřejmé, že uživatelé nikotinových sáčků mají tendenci více experimentovat i s dalšími nikotinovými produkty.

Graf 19: Prevalence užívání jiných nikotinových alternativ mezi uživateli a neuživateli nikotinových sáčků



Graf č. 20 reprezentuje preferenci nikotinových výrobků podle pohlaví respondentů. Data ukazují rozdělení mezi muži a ženami v jejich volbě různých typů výrobků obsahujících nikotin, kdy měli respondenti možnost vybrat více možností. Z celkových 153 respondentů, kteří někdy v životě užili nikotinový produkt, který nebyl nikotinovým sáčkem, tak elektronickou cigaretu zaškrtno 108 (71 %) respondentů z celkových 86 mužů tuto možnost zaškrtno 55 mužů (64 %) a z 67 žen uvedlo e-cigaretu 53 žen (79 %). Klasickou cigaretu vybralo 87 (57 %) respondentů s 44 (51 %) mužů a 43 (64 %) žen preferujících tuto formu. Žvýkáci tabák vybralo 36 (24 %) respondentů a je více preferován muži 33 (38 %), zatímco pouze 3 (4 %) ženy vybraly tuto odpověď. Vodní dýmku vybralo 81 (53 %) respondentů z toho 45 (52 %) mužů a 36 (54 %) žen. Šňupací tabák vybralo 34 (22 %) respondentů z toho 28 (32 %) mužů a 6 (9 %) respondentek tuto formu preferuje taktéž. Zahříváný tabák vybralo 17 (11 %) respondentů s 8 (9 %) muži a 9 (13 %) ženami. Nikotinové žvýkačky preferují pouze 3 (2 %) respondenti 2 muži (2 %) mužů a 1 žena.

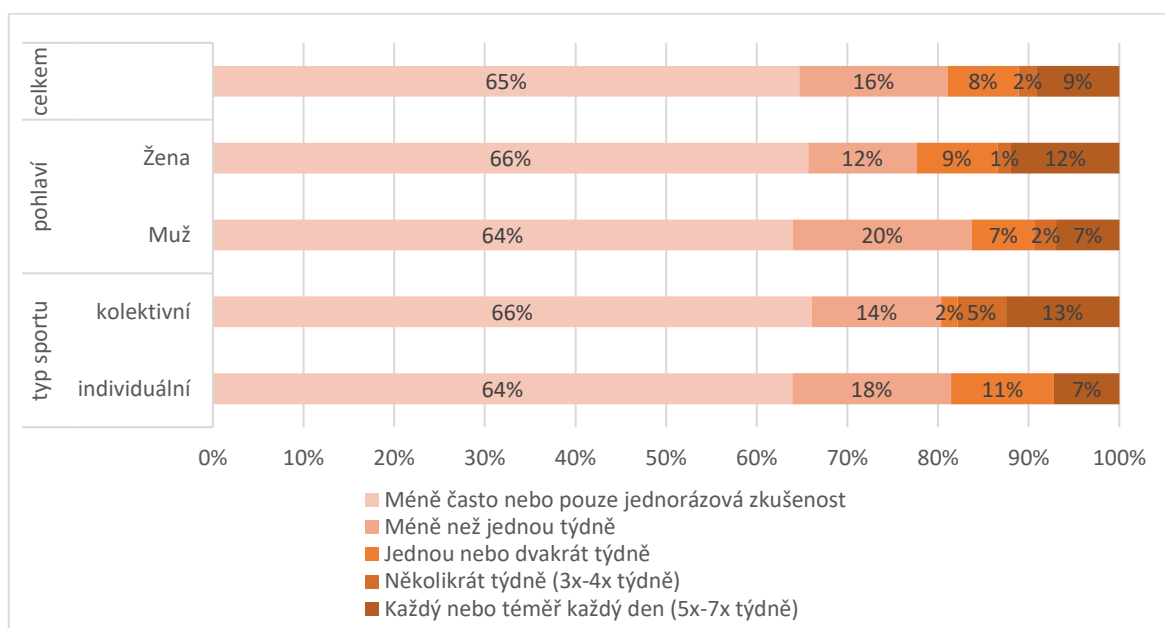
Graf 20: Preference nikotinových výrobků podle pohlaví



Graf č.21 ukazuje četnost užívání jiných nikotinových alternativ, než jsou nikotinové sáčky mezi muži a ženami a mezi různými typy sportu (kolektivní a individuální). Celkově ze 153 respondentů se zkušeností s nikotinovou alternativou, je nejvyšší podíl respondentů, kteří užívají tyto nikotinové alternativy méně často nebo jen jako jednorázovou zkušenost 99 (65 %). Tento trend je podobný jak u žen 44 (66 %), tak u mužů 55 (64 %). Co se týče četnosti užívání méně než jednou týdně, celkově 25 (16 %) respondentů uvádí tuto frekvenci. Tento podíl je vyšší u mužů 17 (20 %) než u žen 8 (12 %). Užívání jednou nebo dvakrát týdně je celkově na počtu 12 (8 %), se zanedbatelnými rozdíly mezi ženami 6 (9 %) a muži 6 (7 %). Několikrát týdně (3x-4x týdně) užívají tyto alternativy pouze tři (2 %) respondenti celkově, přičemž rozdíly mezi pohlavími jsou minimální. A každý den, nebo téměř každý den (5x-7x týdně) užívá 14 (9 %), kdy tak uvedlo 6 (7 %) mužů a 8 (12 %) žen.

Pokud jde o typy sportu, u kolektivních sportů uvádí 37 (66 %) respondentů, že tyto alternativy užívají méně často nebo jednorázově a u individuálních sportů je to 62 (64 %). Méně než jednou týdně užívá nikotinové alternativy 8 (14 %) sportovců v kolektivních sportech a 17 (18 %) v individuálních sportech. Užívání jednou nebo dvakrát týdně je vyšší u sportovců v individuálních sportech 11 (11 %) než v kolektivních, kde to uvedl pouze jeden respondent (2 %). Několik sportovců v kolektivních sportech (5 %) uvádí, že užívají nikotinové alternativy několikrát týdně (3x-4x týdně), individuálních sportech ani jeden respondent. Nakonec 7 (7 %) respondentů ze skupiny individuálních sportů uvedlo, že užívají každá den, nebo téměř každý den (5x-7x týdně) a z kolektivních sportů, taktéž 7 (13 %)

Graf 21: Četnost aktuálního užívání nikotinových alternativ podle pohlaví a typu sportu

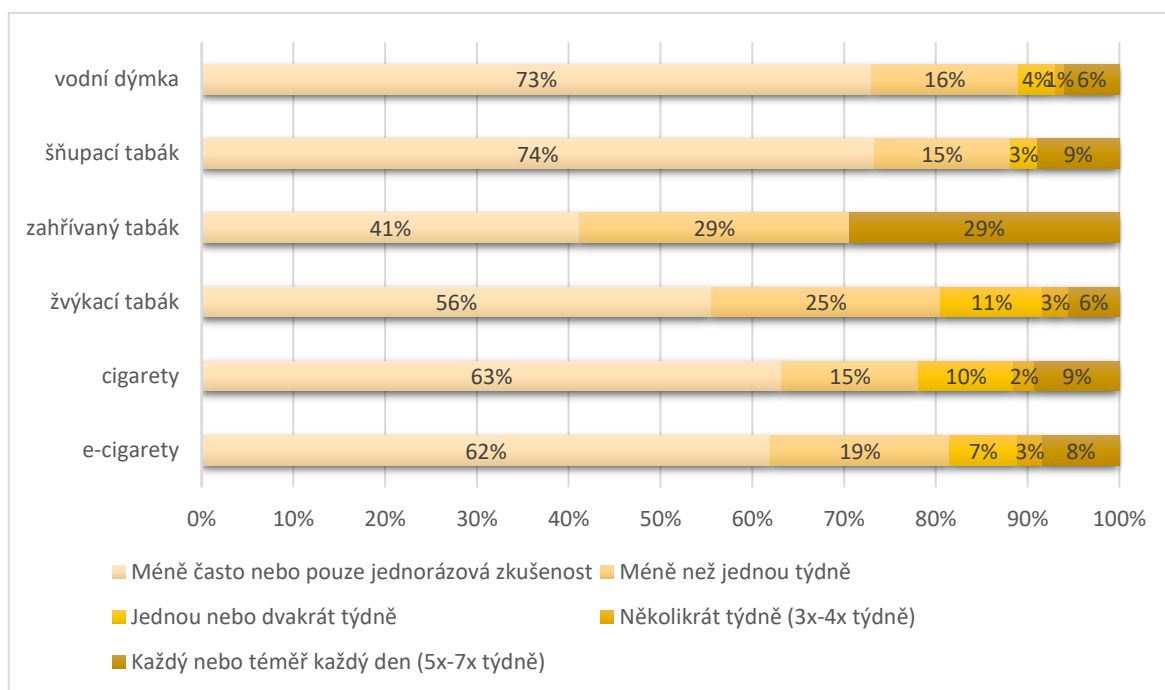


Graf č.22 znázorňuje četnost užívání různých nikotinových alternativ mezi uživateli. Pro vodní dýmku uvedlo z 81 uživatelů 59 (73 %) uživatelů, že ji používají méně často nebo mají pouze jednorázovou zkušenost. 13 (16 %) uživatelů uvedlo, že ji používají méně než jednou týdně, 3 (4 %) jednou nebo dvakrát týdně, jeden respondent uvedl několikrát týdně a 5 (6 %) každý nebo téměř každý den.

U šňupacího tabáku z 34 uživatelů 25 (74 %) uvedlo, že jej používají méně často nebo mají pouze jednorázovou zkušenost. 5 (15 %) uživatelů jej používá méně než jednou týdně, jeden respondent uvedl jednou nebo dvakrát týdně a 3 (9 %) uvedli každý nebo téměř každý den. Pro zahřívání tabák z 17 uživatelů 7 (41 %) uvedlo, že jej používají méně často nebo mají pouze jednorázovou zkušenost. 5 (29 %) jej používá méně než jednou týdně a taktéž 5 (29 %) užívá každý nebo téměř každý den. U žvýkacího tabáku z 36 uživatelů 20 (56 %) uvedlo, že jej používají méně často nebo mají pouze jednorázovou zkušenost. 9 (25 %) uživatelů jej používá méně než jednou týdně, 4 (11 %) jednou nebo dvakrát týdně, jeden respondent uvedl několikrát týdně a 2 (6 %) každý nebo téměř každý den. Pro cigarety z 87 uživatelů 55 (63 %) uživatelů uvedlo, že je používají méně často nebo mají pouze jednorázovou zkušenost. 13 (15 %) uživatelů je používá méně než jednou týdně, 9 (10 %) jednou nebo dvakrát týdně, 2 (2 %) několikrát týdně a 8 (9 %) každý nebo téměř každý den. U e-cigaret z 108 uživatelů 67 (62 %) uživatelů uvedlo, že je používají méně často nebo mají pouze jednorázovou zkušenost. 21 (19 %) uživatelů je používá méně než jednou týdně, 8 (7 %) jednou nebo dvakrát týdně, 3 (3 %) několikrát týdně a 9 (8 %) každý nebo téměř každý den.

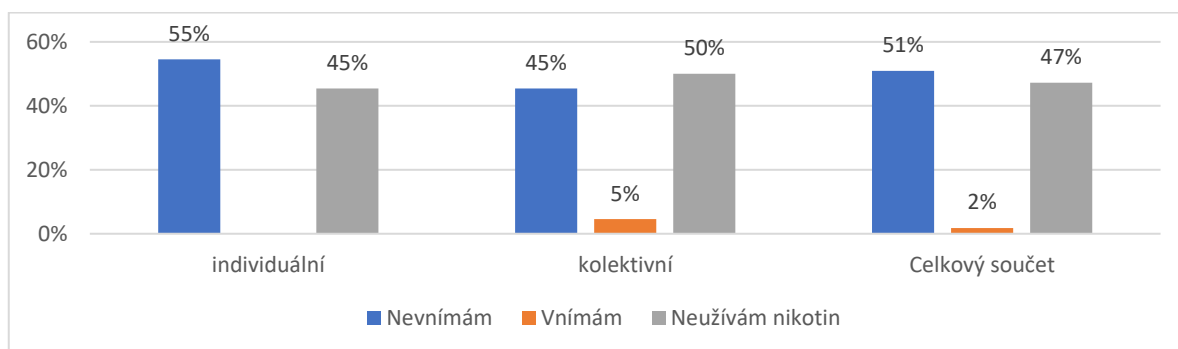
Z tohoto grafu je patrné, že většina uživatelů napříč všemi kategoriemi nikotinových alternativ má tendenci používat tyto produkty méně často nebo mají pouze jednorázovou zkušenost. Výjimkou je zahřívání tabáku, kde značný podíl uživatelů uvedl častější užívání.

Graf 22: Rozdíly v četnosti užívání různých nikotinových alternativ mezi uživateli



Graf č. 23 ukazuje rozdíly v tom, jak respondenti, kteří někdy v životě užili nikotinovou alternativu, ale neužili nikotinové sáčky, vnímají užívání s ohledem na zlepšení sportovní výkonnosti, rozdělené podle typu sportu (individuální nebo kolektivní) a celkového součtu 55 respondentů. Z grafu vyplývá, že mezi 33 sportovci v individuálních sportech 18 (55 %) uvedlo, že neužívají nikotin pro zlepšení výkonnosti a 15 (45 %) z respondentů věnující se individuálním sportům uvedlo, že nikotin již neužívají. U kolektivních sportů 10 (45 %) respondentů uvedlo, že nikotin neužívají pro zlepšení výkonnosti a pouze jeden respondent (5 %) z kolektivních sportů užívá nikotin pro zlepšení výkonnosti a 11 (50 %) již nikotin neužívá. Celkový výsledek ukazuje, že 28 (51 %) všech respondentů neužívá nikotinové sáčky pro zlepšení sportovní výkonnosti, 26 (47 %) nikotin již vůbec neužívá a pouze jeden respondent (2 %) užívá nikotin ke zlepšení sportovní výkonnosti a jako konkrétní vliv uvádí odpověď: „Víc se soustředím.“

Graf 23: Vnímání vlivu nikotinových alternativ na zlepšení sportovní výkonnosti podle typu sportu (individuální vs. kolektivní) mezi respondenty, kteří někdy v životě užívali nikotinovou alternativu, ale neužívali nikotinové sáčky



7. Diskuze a závěry

Tato bakalářská práce měla za cíl zmapovat zkušenosti a vzorce užívání nikotinových sáčků u sportovně aktivních jedinců. Následující kapitola se bude věnovat diskuzi a závěru ohledně výsledků.

Výsledný soubor tvořilo tedy 201 respondentů, z nichž bylo 114 (57 %) mužů a 87 (43 %) žen. Genderové zastoupení ve výzkumném vzorku přibližně odpovídá populaci, takže můžeme uvažovat jistou reprezentativitu, což není tak časté u výzkumných prací. Výzkum přinesl zajímavé výsledky, co se týče užívání nikotinových sáčků. Výsledky ukazují, že užívání nikotinových sáčků je poměrně rozšířené mezi sportovně aktivními jedinci, přičemž 55 % respondentů uvedlo, že nikotinový sáček alespoň jednou v životě užilo. Zajímavé je, že mezi muži je prevalence užívání vyšší (68 %) než mezi ženami (38 %). Při porovnání podle pohlaví je patrné, že denní nebo téměř denní užívání je taktéž častější u mužů (47 %) než u žen (15 %), přičemž nejčastější okolnosti prvního užití jsou u mužů ve skupinách mimo jejich sport (47 %) a v skupině okolí jejich sportu (45 %) zatímco u žen převažuje první užití ve skupině mimo jejich sportovní okolí (82 %) a v sportovním okolí je to jen (12 %). Tento rozdíl může zobrazovat, že muži mohou mít tendenci používat nikotinové produkty jako součást jejich identity v kolektivním sportovním prostředí, kde je důležité zapadnout a být součástí skupiny. Ženy mohou mít jiné mechanismy budování identity a mohou být více ovlivněny mimo sportovní prostředí, například v sociálních skupinách nebo prostředí, kde není hlavní zaměření na sport. Lze zároveň předpokládat, že muži mají větší zkušenosti s nikotinovými sáčky, protože užívání berou více jako společenskou událost. Užívání nikotinových sáčků se může stát součástí jejich rituálu s kamarády, kdy tak uvedlo 42 % respondentů (30 % žen a 47 % mužů) jako nejčastější důvod užívání. Uživatelé si společně dávají sáček, což posiluje jejich pocit sounáležitosti. Muži mohou považovat tento rituál za způsob, jak podpořit soudržnost skupiny a upevnit vztahy, a to nejen v rámci sportovního týmu. Zároveň muži mohou být ve společnosti více tolerováni v rizikovém chování, jako je užívání návykových látek.

Zajímavé je, že frekvence užívání nikotinových sáčků je podobná u sportovců provozujících kolektivní (42 % denně) a individuální sporty (35 % denně). Méně časté užívání nebo jednorázová zkušenost je zastoupena u obou skupin shodně (47 %). Z těchto výsledků lze vyvodit, že užívání nikotinových sáčků se zdá být rozšířené napříč různými sportovními disciplínami. Nikotin obsažený v nikotinových sáčcích je ve větší míře a je vysoce návykový. Sportovci, kteří začali užívat tyto produkty, mohou být závislí bez ohledu na typ provozovaného sportu. Konkrétní sporty mohou mít různou asociaci s nikotinovými sáčky bez ohledu na jejich kolektivnost či individuálnost. Můj výzkum obsahoval velmi rozmanité zastoupení konkrétních sportů a počet respondentů u jednotlivých sportů byl nízký. Proto jsem se rozhodla zkoumat vliv užívání nikotinových alternativ na sportovní výkonnost v širších kategoriích (kolektivní vs. individuální sporty), aby výsledky byly relevantnější a statisticky významnější.

Průměrný věk prvního užití byl 17 let, což je v rozporu se zákonem, kde prodej nikotinových sáčků omezuje na osoby starší 18 let proto jsem se soustředila nadále na souvislost mezi věkem prvního užití a povědomí respondentů o legálním prodeji sáčků. Analýza znalostí respondentů o legálním věku prodeje nikotinových sáčků odhalila, že většina respondentů správně uvedla, že prodej je povolen od 18 let, nicméně 23 % respondentů ve skupině 12–17 let prvního užití a 14 % ve skupině 18–25 let prvního užití vyjádřilo nejistotu, či nesprávný věk ohledně legálního věku prodeje. Tyto výsledky poukazují na potřebu zlepšit informovanost sportovně aktivních jedinců, ale i zejména adolescentů, o vysoké návykovosti nikotinu a možným zdravotním komplikacím. Dále by bylo vhodné zaměřit se na dostupnost nikotinových sáčků pro mladistvé a posílit kontrolu prodejců, aby nedocházelo k prodeji osobám mladším 18 let.

Množství respondentů si uvědomuje rizika užívání, kdy nejčastějším uváděným rizikem bylo poškození ústní dutiny a závislost, i negativní účinky nikotinových sáčků mezi něž patřila především nevolnost, zvýšená srdeční frekvence a zvýšený pocit žízně. 23 % respondentů uvedlo jako důvod užívání nikotinových sáčků jejich nižší škodlivost pro organismus. Toto vnímání rizik může být zavádějící, neboť nikotinové sáčky stále představují zdravotní rizika, zejména pro mladistvé zejména kvůli potencionálnímu rozvoji závislosti. A mezi výhody nikotinových sáčků patřil pocit uvolnění, zlepšení nálady a zlepšení koncentrace, pozornosti a paměti. Nikotin působí na mozek a uvolňuje dopamin, což může vyvolávat pocity pohody a uvolnění. Sportovci mohou vnímat nikotinové sáčky jako prostředek ke zvládnání stresu ať už spojeného se sportem, či ne a zároveň je mohou, díky stimulačním účinkům využívat jako způsob, jak zlepšit svůj výkon. Výsledky naznačují, že sportovci si uvědomují, že užívání nikotinu, ať už ve formě sáčků nebo jiných alternativ, není přínosné pro jejich sportovní výkon. Pouze 10 % z nich uvedlo, že sáčky užívají pro zlepšení výkonnosti, kdy mezi uváděnými vlivy nikotinu na výkon byla především větší soustředěnost, nárůst energie a opadnutí stresu.

Dále je patrné, že užívání jiných nikotinových alternativ, jako jsou především elektronické cigarety, cigarety, či šňupací tabák je mezi respondenty ještě rozšířenější (76 %) než užívání samotných nikotinových sáčků. Zde se opět projevuje rozdíl mezi pohlavími, kdy jsou rozdíly například ve frekvenci. Například denní nebo téměř každodenní užívání těchto alternativ uvedlo 7 % mužů a 12 % žen. Při porovnání sportovců z kolektivních a individuálních sportů je frekvence užívání opět bez většího rozdílu.

Výsledky naznačují, že uživatelé nikotinových sáčků mají tendenci více experimentovat i s dalšími nikotinovými produkty. Tento jev může být vysvětlen několika faktory. Za prvé, jedinci, kteří užívají nikotinové sáčky, mohou být obecně více náchylní k hledání jiných způsobů užívání nikotinu, ať už kvůli zvědavosti, sociálním vlivům nebo snaze najít alternativy. Uživatelé, kteří již jednou přešli na alternativní nikotinový produkt, mohou být více otevření dalším novým trendům na trhu. Pokud uživatelé nikotinových sáčků jsou součástí sociálních skupin, kde je užívání různých nikotinových produktů běžné, mohou

být více motivováni k vyzkoušení těchto produktů, aby zapadli do skupiny nebo se přizpůsobili sociálnímu tlaku. V neposlední řadě může být vyšší prevalence užívání různých nikotinových produktů mezi uživateli nikotinových sáčků způsobena marketingovými strategiemi výrobců nikotinových produktů. Agresivní marketing a dostupnost různých nikotinových alternativ mohou vést k vyšší míře experimentování mezi uživateli. Tento jev zdůrazňuje potřebu dalšího výzkumu zaměřeného na pochopení motivací a vzorců chování uživatelů nikotinu, aby bylo možné efektivněji zaměřit preventivní a intervenční strategie.

Výsledky tedy ukazují, že skupina sportovně aktivních jedinců užívá nikotinové sáčky ve větší míře než respondenti Národního výzkumu užívání tabáku a alkoholu z roku 2023 pro rok 2022 a než respondenti Národního výzkumu užívání návykových látek 2024 pro rok 2023. U respondentů pro NAUTA 2022 vyplývá, že nikotinové sáčky bez obsahu tabáku užívalo 2,8 % respondentů nad 15let (3,9 % mužů a 1,8 % žen) z toho denně užívalo 1,2 % a denně tyto sáčky užívá 4,5 % respondentů (Csémy a kol.,2023). Z nejnovějších výsledků Národního výzkumu užívání návykových látek 2024, respondenti uváděli, že zkušenost s užíváním nikotinových sáčků v roce 2023 mělo v životě celkem 6,5 % dospělých, v posledních 30 dnech je užívalo pouze 1,2 % respondentů. Násobně častější zkušenosti s nikotinovými sáčky uváděli muži a mladí dospělí (Dvořáková & Chomynová, 2024). Což odpovídá podobnosti výsledků v mé práci. Více než polovina respondentů (58,1 %) poprvé užívala nikotinové sáčky, protože jde o nový trend, který chtěli vyzkoušet, a 17,7 % dotázaných je vyzkoušelo, jelikož chtěli přestat s kouřením tabáku (Dvořáková & Chomynová, 2024). Z výsledků sportovně aktivních jedinců jsem se zaměřovala především na souvislosti prvního užití a sociálního prostředí.

V porovnání s výsledky práce Kristýny Šatochinové, která se zaměřila na užívání nikotinových produktů mezi americkými fotbalisty a ledními hokejisty, moje studie poskytuje obdobné poznatky o užívání nikotinových sáčků mezi rozšířenější skupinou sportovců. Výsledky respondentů práce Šatochinové uvádí, že obě skupiny sportovců užívají nikotinové produkty nejčastěji při relaxaci. Časté byly také odpovědi, že tyto produkty poprvé vyzkoušeli na doporučení kamaráda, ať už v rámci týmu nebo mimo něj (Šatochinová, 2022). Tyto výsledky a souvislosti s iniciací prvotního užití nikotinového sáčku potvrzuje i má práce.

V práci Denisy Drahokoupilové na téma Užívání návykových látek u sportovců (2020) autorka uvádí, že více jak 60 % respondentů užívá příležitostně návykové látky ve svém volném čase, mimo sportovní činnost (Drahokoupilová, 2020). K obdobným závěrům dochází i můj výzkum.

Co se týče jiných nikotinových výrobků výsledky v NAUTA 2022 uvádějí, že 24,4 % užívalo cigarety v posledních 30 dnech, kdy denní kuřáci tvořily 16,2 % celého souboru (z toho 20,6 % mužů a 12 % žen). Elektronické cigarety v roce 2022 užívalo minimálně jednou měsíčně 10,2 % respondentů a z toho 5,1 % užívalo denně (Csémy a kol.,2023). Z

nejnovějších výsledků Národního výzkumu užívání návykových látek pro rok 2023, kouření tabáku alespoň jednou v životě uvedlo 62 % respondentů a denně nebo téměř denně (5x-7x týdně) kouřilo 22,5 % dotázaných. S e-cigaretami v roce 2023 mělo zkušenost v životě 22,2 % respondentů a denní nebo téměř denní užívání uvedlo 2,6 % (Dvořáková & Chomynová, 2024). Mé výsledky uvádí, že z uživatelů alternativ, které nejsou nikotinové sáčky, 57 % respondentů užilo alespoň jednou v životě cigaretu, z nichž pouze 9 % jsou každodenní kuřáci, což z celkového souboru jsou pouhá 4 %. U e-cigaret má zkušenost 71 % z respondentů, kteří užili nikotinové produkty, co nejsou sáčky z toho 8 % jsou každodenní uživatelé.

Rozdíly mezi výsledky mé bakalářské práce a národním výzkumem užívání tabáku a alkoholu v ČR (NAUTA 2022) a Národního výzkum užívání návykových látek 2023 mohou být způsobeny několika faktory. Za prvé, velikost a reprezentativnost vzorku respondentů v mé studii může být limitujícím faktorem. Moje studie zahrnovala menší počet respondentů, což může vést k odlišným výsledkům v porovnání s rozsáhlejším a reprezentativnějším vzorkem národního výzkumu. Dále, specifické zaměření mé studie na sportovce může také ovlivnit výsledky. Sportovci mají často odlišné životní návyky a hodnoty ve srovnání s běžnou populací, což může zahrnovat nižší míru například každodenního kouření cigaret. Dalším faktorem může být rozdílná formulace otázek v dotaznících. Pokud byly otázky v mém dotazníku formulovány odlišně nebo pokud byly odpovědi kategorizovány jiným způsobem než v národním výzkumu, může to vést k rozdílným výsledkům. Také může hrát roli časové rozmezí, kdy byl výzkum proveden.

Ve své bakalářské práci jsem se setkala s několika metodologickými problémy, které mohly ovlivnit výsledky mého výzkumu. Jedním z klíčových problémů bylo omezení vzorku respondentů na specifickou demografickou skupinu, konkrétně na sportovně aktivní jedince, kteří byli blízcí mému okolí. Toto omezení mohlo ovlivnit generalizovatelnost výsledků na širší populaci, ale i na celkovou skupinu sportovců, neboť respondenti v mém výzkumu mohou mít odlišné zkušenosti s užíváním nikotinových sáčků ve srovnání s obecnou populací. Tento faktor mohl vést ke zkreslení reprezentativity dat a snížení obecného významu získaných poznatků. Nicméně, sociální tlaky a omezení na specifickou skupinu sportovců představují výzvu pro interpretaci výsledků a jejich aplikaci na obecnější populaci.

Pokud bych mohla studii opakovat s odlišným metodologickým přístupem, zvažovala bych rozšíření vzorku na širší spektrum populace a zahrnutí dalších sociodemografických proměnných jako je širší pojetí kraje ve kterém respondent bydlí, sociální status, větší věkové rozpětí. Dotazník jsem především šířila mezi svými vrstevníky, což vedlo k tomu, že výzkum nezahrnoval dostatečný počet starších jedinců. Absence starších jedinců v mém výzkumu může být klíčovým faktorem, který omezuje zobecnění výsledků na celou populaci. Různé věkové skupiny mohou mít odlišné postupy, návyky a postoje vůči užívání nikotinových sáčků, což je důležité pro komplexní pochopení tohoto jevu. Starší jedinci by

mohli přinést perspektivu týkající se dlouhodobějších trendů, historické změny v užívání nikotinových produktů a jejich dopadů na zdraví. Takový přístup by umožnil lepší pochopení rozsahu a charakteristik užívání nikotinových sáčků napříč různými skupinami lidí.

Dalším nedostatkem výzkumu byla absence kvalitativního přístupu. Bylo by vhodné v této problematice začlenit kvalitativní metody, jako jsou rozhovory či focus group interview. Tyto metody by umožnily hlubší porozumění, proč sportovci volí nikotinové sáčky, jak se jejich užívání liší podle sportu, věku či osobních preferencích. Kvalitativní přístup by mohl také identifikovat sociální a kulturní faktory, které ovlivňují užívání nikotinových sáčků v tomto specifickém prostředí.

Celkově však lze konstatovat, že i přes metodologické výzvy, výsledky mé práce poskytují cenné poznatky o užívání nikotinových sáčků mezi sportovci, což může být podnětné pro další výzkum zaměřený na specifické skupiny.

8. ZDROJE POUŽITÉ LITERATURY

1. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
2. Benowitz, N. L. (2010). Nicotine addiction. *The New England Journal of Medicine*, 362(24), 2295–2303. <https://doi.org/10.1056/NEJMra0809890>
3. Bishop, E., East, N., Bozhilova, S., Santopietro, S., Smart, D., Taylor, M., Meredith, S., Baxter, A., Breheny, D., Thorne, D., & Gaca, M. (2020). An approach for the extract generation and toxicological assessment of tobacco-free ‘modern’ oral nicotine pouches. *Food and Chemical Toxicology*. <https://doi.org/10.1016/j.fct.2020.111713>
4. Csémy, L., Dvořáková, Z., Fialová, A., Kodl, M., Malý, M., & Skývová, M. (2023). *Národní výzkum užívání tabáku a alkoholu v České republice 2022 (NAUTA)*. Praha: Státní zdravotní ústav.
5. Drahokoupilová, D. (2020). *Užívání návykových látek u sportovců* (Bakalářská práce). Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové.
6. Dreher, J. (2017). *Psychofarmakoterapie: stručně, jasně, přehledně*. Praha: Grada Publishing.
7. Dvořáková, Z., & Chomynová, P. (2024). Národní výzkum užívání návykových látek 2023. *Zaostřeno*, 10(1), 1-32.
8. Gupta, R., Gupta, S., Sharma, S., Sinha, D. N., & Mehrotra, R. (2019). Risk of coronary heart disease among smokeless tobacco users: Results of systematic review and meta-analysis of global data. *Nicotine & Tobacco Research*, 21(1), 25-31. <https://academic.oup.com/ntr/article/21/1/25/4793346>
9. Hajek, P., Phillips-Waller, A., et al. (2019). A randomized trial of e-cigarettes versus nicotine-replacement therapy. *The New England Journal of Medicine*. <https://www.nejm.org/doi/pdf/10.1056/NEJMoa1808779>
10. Hejlová, D., Schneiderová, S., Klabíková Rábová, T., & Kulhánek, A. (2021). "Užívání necigaret není bez rizika" aneb Diskurz o zahříváných tabákových produktech v médiích. *Naše řeč*, 104(3), 167-183.
11. Horn, T. S. (2008). *Advances in sport psychology* (3rd ed.). United States: Human Kinetics Publishers.

12. Chomynová, P., Dvořáková, Z., Grohmannová, K., Orliková, B., Galandák, D., Černíková, T., Dékány, L., Franková, E., & Lucký, M. (2024). *Zpráva o tabákových a nikotinových výrobcích v České republice 2023* [Report on Tobacco and Nicotine Products in the Czech Republic 2023]. Praha: Úřad vlády České republiky.
13. Chomynová, P., Dvořáková, Z., Grohmannová, K., Orliková, B., Rous, Z., & Černíková, T. (2023). *Souhrnná zpráva o závislostech v České republice 2022* [Summary Report on Addictions in the Czech Republic in 2022]. Praha: Úřad vlády České republiky.
14. Kalina, K. (2015). *Klinická adiktologie*. Praha: Grada Publishing.
15. Kmeťová, A., & Králíková, E. (2013). Novinky v léčbě závislosti na tabáku. *Medicína pro praxi*. <http://www.medicinapropraxi.cz/pdfs/med/2013/08/08.pdf>
16. Kolomazník, L. (2023). *Zkušenosti středoškolských studentů s užíváním nikotinových sáčků: online dotazníkový výzkum* [Experience of the use of nicotine pouches among the student of secondary grammar school: an online questionnaire survey] (Diplomová práce). Univerzita Karlova, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie. Vedoucí závěrečné práce: Kulhánek, A.
17. Králíková, E. (2015). *Diagnóza F17: závislost na tabáku*. Praha: Mladá fronta.
18. Králíková, E., & kolektiv. (2013). *Závislost na tabáku: epidemiologie, prevence a léčba*. Břeclav: Adamira.
19. Krtíl, J., Zima, T., & Králíková, E. (2013). *Závislost na tabáku: epidemiologie, prevence a léčba*. Břeclav: Adamira.
20. Kulhánek, A. (2023, February 20). Co jsou nikotinové sáčky a proč se staly „dětským“ fenoménem? *Šance dětem*. <https://sancedetem.cz/co-jsou-nikotinove-sacky-proc-se-staly-detskym-fenomenem>
21. Kulhánek, A., Baptistová, A., & Orliková, B. (2022). Nikotinové sáčky: nový fenomén na trhu nikotinových a tabákových výrobků v České republice. *Adiktologie v preventivní a léčebné praxi*, 5(1), 26–33. <https://doi.org/10.35198/APLP/2022-001-0003>
22. Lee, P. N., Fry, J. S., & Ljung, T. (2022). Estimating the public health impact had tobacco-free nicotine pouches been introduced into the US in 2000. *BMC Public Health*, 22(1), 1025. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13441-0>

23. Mayer, B. (2014). How much nicotine kills a human? Tracing back the generally accepted lethal dose to dubious self-experiments in the nineteenth century. *Archives of Toxicology*, 88(1), 5-7. <https://doi.org/10.1007/s00204-013-1127-0>
24. Ministerstvo financí. (2024). Spotřební daň z tabáku – co se mění od 1. dubna 2024. *Tiskové zprávy*. <https://www.mfcr.cz/cs/ministerstvo/media/tiskove-zpravy/2024/spotrebni-dan-z-tabaku-co-se-meni-od-1-dubna-2024-55399>
25. Nešpor, K., Csémy, L., & Pernicová, H. (1999). *Zásady efektivní primární prevence*. Praha: Sportpropag.
26. Nutt, D. J., Phillips, L. D., Balfour, D., Curran, H. V., Dockrell, M., Foulds, J., Fagerstrom, K., Letlape, K., Milton, A., Polosa, R., Ramsey, J., & Sweanor, D. (2014). Estimating the harms of nicotine-containing products using the MCDA approach. *European Addiction Research*, 20(5), 218–225. <https://doi.org/10.1159/000360220>
27. Pilařová, L. (2003). Problematika závislosti na nikotinu. *Psychiatrie pro praxi*, 2003(5). <https://www.solen.cz/pdfs/psy/2003/05/04.pdf>
28. Robichaud, M. O., Seidenberg, A. B., & Byron, M. J. (2020). Tobacco companies introduce 'tobacco-free' nicotine pouches. *Tobacco Control*, 29(e1), e145–e146. <https://doi.org/10.1136/tobaccocontrol-2019-05532>
29. Rom, O., Pecorelli, A., Valacchi, G., & Reznick, A. Z. (2015). Are E-cigarettes a safe and good alternative to cigarette smoking?. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1340(1), 65-74. <https://doi.org/10.1111/nyas.12609>
30. Slepíčka, P., Slepíčková, I., & Mudrák, J. (2018). *Rizikové chování ve sportu dětí a mládeže*. Praha: Karolinum.
31. Společnost pro léčbu závislosti na tabáku. Užívání tabáku – základní pojmy. *NZIP – Národní zdravotnický informační portál*. <https://www.nzip.cz/clanek/431-uzivani-tabaku-zakladni-pojmy>
32. St Helen, G., Jacob III, P., Nardone, N., & Benowitz, N. L. (2018). IQOS: examination of Philip Morris International's claim of reduced exposure. *Tobacco Control*, 27(Suppl 1), s30–s36. https://tobaccocontrol.bmj.com/content/tobaccocontrol/27/Suppl_1/s30.full.pdf
33. Šatochinová, K. (2022). *Vzorce užívání žvýkacího tabáku a nikotinových sáček u sportovců: on-line dotazníková studie* [Patterns of chewing tobacco and nicotine pouches usage among athletes: an online survey] (Bakalářská práce). Univerzita

Karlova v Praze, 1. Lékařská fakulta, Klinika adiktologie. Vedoucí práce: Kulhánek, A.

34. U.S. Department of Health and Human Services. (2010). *How Tobacco Smoke Causes Disease: The Biology and Behavioral Basis for Smoking-Attributable Disease: A Report of the Surgeon General*. Atlanta. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK53017/pdf/Bookshelf_NBK53017.pdf
35. Úřad vlády České republiky. (2022). Návrh poslanců Marka Nováka, Věry Adámkové a dalších na vydání zákona, kterým se mění zákon č. 40/1995 Sb., o regulaci reklamy a o změně a doplnění zákona č. 468/1991 Sb., o provozování rozhlasového a televizního vysílání ve znění pozdějších předpisů (sněmovní tisk č. 257). <https://odok.cz/portal/veklep/material/ALBSCFT8NCH1/>
36. ÚZIS ČR. (2018). *Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů. MKN-10* (2nd ed.). <https://www.uzis.cz/cz/mkn/index.html>
37. Vláda České republiky. (1997). *Zákon č. 110/1997 Sb. Zákon o potravinách a tabákových výrobcích a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů*. <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1997-110>
38. Vláda České republiky. (2003). *Zákon č. 353/2003 Sb. Zákon o spotřebních daních*. <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2003-353>
39. Vláda České republiky. (2013). *Nářízení vlády č. 463/2013 Sb. o seznamech návykových látek*. <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1997-110>
40. Vláda České republiky. (2023). *Vyhláška č. 141/2023 Sb. o nikotinových sáčkích bez obsahu tabáku*. <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2023-141>
41. Voldánová, M. (2023). Regulace nikotinových sáčků v České republice. *Epravo.cz*. <https://www.epravo.cz/top/clanky/regulace-nikotinovych-sacku-v-ceske-republice-116721.html>
42. Zvolská, K. (2021). Nikotinové sáčky - lék z trafiky?. *Hygiena*, 66, 137-140. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9123784/>

9. PŘÍLOHY

9.1. DOTAZNÍK

* Označuje povinnou otázku

1. Jaké je Vaše pohlaví? *

Vyberte jednu odpověď

- Muž
- Žena
- Jiné

2. Kolik Vám je let? *

Uveďte prosím celým číslem

Vaše odpověď

3. V jakém kraji provozujete sportovní aktivitu?*

Vyberte jednu odpověď

- Praha
- Středočeský kraj
- Jihočeský kraj
- Plzeňský kraj
- Karlovarský kraj
- Ústecký kraj
- Liberecký kraj
- Královéhradecký kraj
- Pardubický kraj
- Kraj Vysočina
- Jihomoravský kraj
- Olomoucký kraj
- Moravskoslezský kraj
- Zlínský kraj

4. Jaký sport děláte primárně?*

Vyberte jednu odpověď

- Atletika
- Baseball/Softbal
- Basketbal

- Běh
- Bojové sporty
- Cyklistika
- Florbal
- Fotbal
- Gymnastika (aerobic, pilates, sportovní gymnastika,...)
- Házená
- Hokejbal
- Jezdectví
- Jóga
- Kanoistika
- Lakros
- Lední Hokej
- Lezení/Bouldering
- Plavání
- Posilovna
- Ragby
- Tenis
- Veslování
- Volejbal
- Jiné:

5. Jak často se vybranému sportu věnujete alespoň jednu hodinu?*

Vyberte jednu odpověď

- max. 1x týdně
- 2x týdně
- 3x týdně
- 4x týdně
- 5x týdně
- 6x týdně
- Každý den

6. Užil/a jste někdy v životě nikotinové sáčky? *

Vyberte jednu odpověď

- Ano
- Ne

UŽIVATELÉ NIKOTINOVÝCH SÁČKŮ

1. Od kolika let jsou nikotinové sáčky prodejné?

Vyberte jednu odpověď

- Od 15ti let
- Od 16ti let
- Od 18ti let
- Věkově neomezeno
- Nevím

2. Kolik Vám bylo let, když jste poprvé užil/a nikotinové sáčky?

Uved'te prosím věk celým číslem

Vaše odpověď

3. Za jakých okolností jste poprvé užil/a nikotinový sáček?

Vyberte jednu odpověď

- Koupil/a jsem si je sám, protože mě zaujal v obchodě, trafice, benzínce
- Koupil/a jsem si je sám, protože mě zaujala reklama
- Od rodinných příslušníků
- Od kamarádů/známých (v mém sportu)
- Od kamarádů/známých (mimo můj sport)
- Jiné:

4. Jak často aktuálně užíváte nikotinové sáčky?

Vyberte jednu odpověď

- Každý den nebo téměř každý den (5x-7x týdně)
- Několikrát týdně (3x-4x týdně)
- Jednou nebo dvakrát týdně
- Méně než jednou týdně
- Méně často nebo pouze jednorázová zkušenost

5. Jaký je obsah nikotinu v mg v nikotinovém sáčku který nejčastěji užíváte?

Vyberte jednu odpověď

- 0-6 mg
- 7-10 mg
- 11-15 mg
- 16-22 mg
- 21-25mg

- 26-35mg
- Více než 35

6. Při jaké příležitosti nejčastěji užíváte nikotinové sáčky?

Vyberte jednu odpověď

- Když se potřebuji uvolnit
- Po sportovním výkonu
- Před sportovním výkonem
- Když se nudím
- Když se učím
- Když se potřebuji soustředit
- Když jsem ve stresové situaci
- Když piju alkohol
- Když jsem ve skupině (mimo Váš sport)
- Když jsem ve skupině (okolí Vašeho sportu)
- V práci/ve škole
- Když jsem po jídle
- Jiné:

7. Jaké jsou Vaše důvody užívání nikotinových sáčků?

Vyberte max. 3 odpovědi

- Stimulační účinky
- Méně škodlivé pro organismus
- Podpora sportovního výkonu
- Cena
- Snaha o odvykání kouření
- Rituál s přáteli
- Snadná dostupnost
- Jiné:

8. Jaké pozitivní účinky pocítíte nejvíce při užití nikotinových sáčků?

Vyberte max. 3 odpovědi

- Pocit uvolnění
- Zvýšení energie
- Zlepšení fyzického výkonu
- Zlepšení paměti
- Zlepšení nálady
- Lepší koncentrace a pozornost
- Jiné:

9. Jaké negativní účinky nejvíce pociťujete při užití nikotinových sáčků?

Vyberte max. 3 odpovědi

- Žádné
- Únava
- Bolest hlavy
- Závrať
- Nevolnost
- Pocení
- Zvýšená srdeční frekvence
- Průjem
- Zvýšený pocit žízně
- Jiné:

10. Vnímáte nějaká rizika u užívání nikotinových sáčků?

Vyberte jednu odpověď

- Ano
- Ne

RIZIKA

1. Pokud jste na předchozí otázku odpověděli ANO, jaká jsou podle Vás rizika užívání nikotinových sáčků?

- Vaše odpověď

NIKOTINOVÉ ALTERNATIVY

1. Užil/a jste někdy v životě nikotin v jiné formě než v nikotinových sáčcích?*

Vyberte prosím jednu odpověď

- Ano
- Ne

UŽÍVÁNÍ NIKOTINOVÉ ALTERNATIVY

2. V jaké jiné formě jste nejčastěji užil/a nikotin?

Vyberte prosím max. 2 odpovědi

- Elektronická cigareta (vape, ElfBar, Venix,...)
- Žvýkací tabák
- Cigareta
- Vodní dýmka
- Zahříváný tabák
- Šňupací tabák
- Nikotinová žvýkačka

3. Jak často užíváte nikotin v jiné formě než v nikotinovém sáčku?

Vyberte prosím jednu odpověď

- Každý nebo téměř každý den (5x-7x týdně)
- Několikrát týdně (3x-4x týdně)
- Jednou nebo dvakrát týdně
- Méně než jednou týdně
- Méně často nebo pouze jednorázová zkušenost

NIKOTIN V KOMBINACI SE SPORTOVNÍM VÝKONEM

1. Užíváte nikotin proto, abyste dosáhl/a ve sportu lepšího výkonu?*

Vyberte prosím jednu odpověď

- ANO
- NE
- Neužívám nikotin

NIKOTIN A JEHO VLIV NA VÝKON

1. Pokud ANO, jak má nikotin vliv na Váš výkon?

- Vaše odpověď

9.2. SEZNAM GRAFŮ

Graf 1 : Zastoupení uživatelů uživatelů nikotinových sáčků bez obsahu tabáku celkem a podle pohlaví (Csémy a kol. 2023).....	17
Graf 2: Zastoupení uživatelů nikotinových sáčků bez obsahu tabáku podle věkových skupin (Csémy a kol. 2023).....	17
Graf 3: Průměrné pořadí vnímané škodlivosti jednotlivých typů výrobků s obsahem nikotinu (Dvořáková & Chomynová, 2024)	18
Graf 4: Počet respondentů sportovně aktivních v daném kraji.....	28
Graf 5: Sportovní preference respondentů dle pohlaví.....	29
Graf 6: Frekvence sportovní aktivity respondentů	30
Graf 7: Užití nikotinového sáčku mezi respondenty dle pohlaví.....	30
Graf 8: Znalosti respondentů o legálním věku prodeje nikotinových sáčků dle věku prvního užití nikotinových sáčků	31
Graf 9: Okolnosti prvního užití nikotinového sáčku mezi respondenty	32
Graf 10: Četnost aktuálního užívání nikotinových sáčků dle pohlaví respondentů a typu sportu	33
Graf 11: Vnímání uživatelů nikotinových sáčků užívání pro zlepšení sportovní výkonnosti podle typu sportu	34
Graf 12: Příležitosti pro užívání nikotinových sáčků u respondentů.....	35
Graf 13: Primární důvody užívání nikotinových sáčků u respondentů	36
Graf 14: Pozitivní účinky užívání nikotinových sáčků u respondentů	36
Graf 15: Negativní účinky užívání nikotinových sáčků u respondentů.....	37
Graf 16: Subjektivně vnímaná rizika užívání nikotinových sáčků	38
Graf 17: Rozdíly v prevalenci užívání nikotinových sáčků a prevalenci jiných nikotinových alternativ mezi sportovně aktivními jedinci podle pohlaví.....	39
Graf 18: Užívání nikotinových alternativ a nikotinových sáčků mezi sportovci podle typu sportu	39

Graf 19: Prevalence užívání jiných nikotinových alternativ mezi uživateli a neuživateli nikotinových sáčků	40
Graf 20: Preferenze nikotinových výrobků podle pohlaví.....	41
Graf 21: Četnost aktuálního užívání nikotinových alternativ podle pohlaví a typu sportu .	42
Graf 22: Rozdíly v četnosti užívání různých nikotinových alternativ mezi uživateli.....	43
Graf 23: Vnímání uživatelů nikotinu bez uživatelů nikotinových sáčků užívání pro zlepšení sportovní výkonnosti podle typu sportu.....	44

9.3. ROZHODNUTÍ ETICKÉ KOMISE



VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ
NEMOCNICE V PRAZE



1. LÉKAŘSKÁ
FAKULTA
Univerzita Karlova

ETICKÁ KOMISE PRO POSUZOVÁNÍ STUDENTSKÝCH ZÁVĚREČNÝCH PRACÍ KLINIKY ADIKTOLOGIE 1. LF UK A VFN V PRAZE

Stanovisko etické komise č.j. EKSKAD-001/2024

Název práce: **Zkušenosti s užíváním nikotinových sáčků u sportovně aktivních jedinců: online dotazníková studie**

Druh práce: bakalářská

Student: **Julie Slavičková**

Vedoucí práce: Mgr. Jaroslav Vacek, Ph.D.

Předložená dokumentace:

- formulář žádosti EKS KAD
- informace o výzkumu
- informovaný souhlas
- dotazník

Rozhodnutí etické komise: **SOUHLASNÉ STANOVISKO**

Odůvodnění: Komise při posuzování předložené žádosti neshledala rozpor s etickými principy při realizaci adiktologického výzkumu pro účely výše specifikované závěrečné práce v oboru adiktologie.

Datum jednání EKS KAD: 9. ledna 2024

Členové EKS KAD přítomní při jednání: Hana Fidesová, Lenka Šťastná, Jaroslav Vacek (nehlasoval)

EKS KAD byla zřízena přednostou Kliniky adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze se souhlasem kolegia děkana 1. LF UK jako pilotní projekt za účelem zvýšení kvality závěrečných bakalářských a magisterských prací studentů adiktologie z hlediska výzkumné etiky.

Datum písemného vyhotovení stanoviska: 9. ledna 2024

Podpis vedoucího nebo pověřeného člena komise: Mgr. Hana Fidesová, Ph.D.

Klinika adiktologie
1. LF UK a VFN v Praze
Apolinářská 4, 128 00 Praha 2
E-mail: info.adiktologie@lf1.cuni.cz
Tel.: 224 968 270
www.adiktologie.cz / www.lf1.cuni.cz / www.vfn.cz



Klinika adiktologie