

**Univerzita Karlova**

**1. lékařská fakulta**

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: Adiktologie



**Bc. Denisa Houdková**

Kvalitativní analýza vzorců užívání IQOS mezi uživateli tabáku v České republice

A qualitative analysis of IQOS usage patterns among tobacco users in the Czech Republic

Diplomová práce

Vedoucí závěrečné práce: Mgr. Adam Kulháněk

Praha, 2019

**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: 25. 4. 2019

DENISA HOUDKOVÁ

Podpis:.....

**Identifikační záznam:**

HOUDKOVÁ, Denisa. *Kvalitativní analýza vzorců užívání IQOS mezi uživateli tabáku v České republice. [A qualitative analysis of IQOS usage patterns among tobacco users in the Czech Republic]*. Praha, 2019. 74 s., 6 příl. Diplomová práce (Mgr.). Univerzita Karlova, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie 1. LF UK 2019. Vedoucí závěrečné práce Mgr. Adam Kulháněk.

**Poděkování:**

Na prvním místě děkuji především Mgr. Adamu Kulhánkovi za spolupráci a vedení mé diplomové práce, děkuji také za odborné rady, předání zkušeností a spoustu času, který mi věnoval. Dále děkuji všem participantům, kteří se ochotně a nezištně zapojili do výzkumu. A v neposlední řadě děkuji svým blízkým za velkou podporu nejen při psaní této práce, ale také v průběhu celého studia.

## **Abstrakt:**

**Východiska:** Tabák a v něm obsažený nikotin se řadí mezi látky s nejvyšším potenciálem vyvolání závislosti. Škodlivost klasických cigaret je veřejně známým faktem. I to je jedním z důvodů, proč se výrobci snaží přijít na trh s jinými alternativami, jak užívat tabák. Jednou z nich je zahřívaný tabák IQOS, který se na trhu v České republice objevil teprve nedávno. Uživatelé IQOS jsou neprobádanou a blíže nespecifikovanou sociální skupinou, jejíž vzorce užívání a charakteristiky nejsou dostatečně popsány z odborného hlediska.

**Cíle:** Primárním cílem studie bylo popsat typické vzorce užívání IQOS mezi uživateli tabáku v České republice, kteří zanechali kouření klasických cigaret a přešli na užívání zahřívaného tabáku. Sekundárními cíli bylo popsat charakteristiky užívání IQOS, vztah uživatelů k parafernáliím, motivaci k přechodu na IQOS a vývoj vzorců užívání v časovém období dvou měsíců.

**Metody:** K získání dat byly použity kvalitativní výzkumné metody. Respondenti byli rekrutováni metodou záměrného výběru v kombinaci s metodou sněhové koule. Participanti byli osloveni pomocí sociálních sítí, proces tvorby dat proběhl pomocí semistrukturovaných interview a online dotazníků ve dvou vlnách sběru dat. Výzkumný soubor tvořilo 10 respondentů, 6 žen a 4 muži, průměrný věk byl 39 let (nejmladší 24 let a nejstarší 66 let), nejvyšší dosažené vzdělání bylo většinou středoškolské s maturitou a průměrný věk, od kterého respondenti užívají tabákové výrobky, byl 18,9. Výzkumná data byla zpracována pomocí kódování dat do segmentů a následně analyzována metodou zachycení vzorců.

**Výsledky:** Některé typické situace se zahřívaným tabákem se shodovaly se vzorci užívání, které měli participanti dříve s cigaretami. Například užívání IQOS v pauzách, u konzumace alkoholu, v sociálním okruhu přátel, rodiny či kolegů. Dále byly specifikovány nové vzorce užívání IQOS ve vnitřních prostorech, zanedbávání čištění zařízení IQOS, častých technických poruch, následných reklamací a další. V průběhu studie, konkrétně mezi první a druhou vlnou studie, dva respondenti zcela zanechali užívání IQOS.

**Závěr:** Byly popsány typické vzorce užívání zahřívaného tabáku IQOS mezi vybranými uživateli v České republice. Studie vzorců užívání může sloužit pro seznámení a lepší pochopení nového fenoménu, kterým je zahřívaný tabák. Zároveň práce může sloužit

k inspiraci pro další obdobné studie, či k rozšíření studie na jiné formy zahřívaného tabáku.

**Klíčová slova:** tabák, zahřívaný tabák, IQOS, vzorce užívání, závislost

## **Abstract:**

**Background:** Tobacco and nicotine contained in it belongs to the substances with the highest addiction potential. The harmfulness of conventional cigarettes is a publicly known fact, and this is one of the reasons why producers are trying to market other tobacco alternatives. One of them is heated tobacco IQOS, which has only recently appeared on the market in the Czech Republic. IQOS users are an unexplored and unspecified social group whose patterns of use and characteristics are not adequately described in terms of expertise.

**Aims:** The primary objective of the study was to describe the typical patterns of IQOS use among tobacco users in the Czech Republic, who left smoking conventional cigarettes and converted to the use of heated tobacco. The secondary objectives were to describe the characteristics of IQOS use, users' paraphernalia relationships, motivation to convert to the IQOS and the development of patterns of use over a two-month period.

**Methods:** Qualitative research methods were used. The respondents were recruited by the method of deliberate selection together with the snowball method. Participants were recruited via social networks; the process of data creation was done through semi-structured interviews and online survey using two waves design. The research group consisted of 10 respondents, 6 women and 4 men, the average age was 39 years (the youngest respondent was 24 years and the oldest was 66 years old), the highest educational attainment was high school with graduation and the average age from which they used tobacco products was 18.9. The research data was processed by coding data into segments and then analysed by the method of capturing patterns (gestalts).

**Results:** Some typical situations related to heated tobacco use coincide with patterns of use previously experienced by cigarettes. For example, IQOS use in pauses, alcohol consumption, social circle of friends, family or colleagues. In addition, new usage patterns have been specified that address the use of IQOS in indoor areas, neglect of cleaning IQOS device, frequent technical failures, subsequent claims, and more. During the study, specifically between the first and second wave of the study, two respondents left the use of IQOS completely.

**Conclusion:** Typical patterns of IQOS use among Czech tobacco users has been described. A study of patterns of using IQOS can serve to familiarize and better understand the new phenomenon of heated tobacco. At the same time, the work can serve

as inspiration for other similar studies or for extending the study to other forms of heated tobacco.

**Keywords:** tobacco, heat not burn, IQOS, patterns of use, dependence



## Obsah

ÚVOD .....	10
1. TEORETICKÁ ČÁST .....	12
1.1 Kouření a užívání tabáku – epidemiologie.....	12
1.2 Formy tabákových výrobků a elektronické cigarety .....	13
1.3 Závislost.....	17
1.4 Léčba závislosti na tabáku .....	18
1.5 IQOS .....	21
1.6 Vzorce užívání .....	28
2. VÝZKUMNÁ ČÁST .....	30
2.1 Výzkumný problém a cíle .....	30
2.2 Výzkumné otázky .....	30
2.3 Výzkumný soubor .....	30
2.4 Metody tvorby dat.....	33
2.5 Metody zpracování a analýzy dat.....	34
2.6 Etické aspekty výzkumu .....	38
3. VÝSLEDKY .....	40
3.1 Počátek užívání .....	40
3.2 Motivace k přechodu na IQOS.....	41
3.3 IQOS .....	42
3.4 HEETS .....	43
3.5 Čištění, nabíjení .....	46
3.6 Technické problémy.....	47
3.7 Typické situace .....	48
3.8 Změny v užívání (IQOS/klasické cigarety).....	51
3.9 IQOS a okolí .....	52
3.10 Výhody/nevýhody IQOS.....	52
3.11 Novinky o IQOS .....	54
3.12 Druhá vlna výzkumu .....	54
3.13 Souběžné užívání jiných tabákových výrobků.....	57
3.14 Vzorce užívání IQOS .....	57
4. DISKUZE A ZÁVĚR.....	59
5. SEZNAM ZDROJŮ .....	61
POUŽITÁ LEGISLATIVA .....	64
SEZNAM ZKRATEK.....	65
SEZNAM PŘÍLOH.....	65
6. PŘÍLOHY .....	66

## ÚVOD

Zahřívání tabák – nový trend v užívání tabáku, jehož popularita ve světě stále roste (Caputi et al., 2017). Na českém trhu se tato forma užívání tabáku objevila poprvé na podzim roku 2017, tedy přibližně tři roky poté, co tuto formu tabáku výrobci představili na zahraničních trzích, konkrétně v Japonsku a Itálii. V této práci se zabýváme jednou z forem zahřívání tabáku, který je známý pod názvem IQOS. Tento tabákový výrobek je primárně určen osobám, které kouří cigarety a chtějí v užívání tabáku pokračovat. Není tedy určen lidem, kteří neužívají žádné tabákové výrobky. Co se týče prevalence užívání tohoto typu zahřívání tabáku v České republice, byl v půli roku 2018 uveden prodejci odhadovaný počet 130 000 uživatelů IQOS s tím, že počet uživatelů tohoto zahřívání tabáku, stále roste (ČTK 2018).

Je tedy zřejmé, že se jedná o nový fenomén, který je prozatím velmi málo prozkoumaný. Zároveň studie, jež jsou veřejnosti dostupné, pocházejí nejčastěji od samotného výrobce IQOS, tedy od společnosti Philip Morris International, či jejich konkurentů. Tématem, které je nejvíce diskutované okolo zahřívání tabáku IQOS je jeho škodlivost. Výrobci totiž uvádějí až o 95 % nižší škodlivost, než u klasických cigaret, ve kterých na rozdíl od zahřívání tabáku, probíhá proces spalování. Proto je zahřívání tabák prezentován, jako méně riziková alternativa užívání tabáku (Králiková & Zvolská, 2017). V České republice byl zrealizován nezávislý test na množství toxických látek v tabákových náplních HEETS (jež jsou používána v zařízeních IQOS), který byl prezentován v médiích (A DOST!, 2019). Tento nezávislý test proběhl v laboratořích Vysoké školy chemicko-technologické v Praze (VŠCHT) pod vedením profesorky Jany Hajšlové. Výsledkem bylo potvrzení nižší koncentrace toxických látek, konkrétně benzoapyrenu, což je karcinogen 1A třídy, tedy karcinogen nejvyšší nebezpečnosti. Pro potřeby naší práce se tímto tématem škodlivosti budeme zabývat pouze okrajově, a to z pohledu našich participantů, kteří vyjádřili svůj názor na toto téma, případně uvedli, jaké zdravotní změny pocítují sami na sobě. Z výše uvedené studie VŠCHT je pro nás jediným důležitým zjištěním, že IQOS obsahuje přibližně stejné množství nikotinu, jako klasické, tedy zápalné, cigarety. Nikotin je vysoce návyková látka, která společně s behaviorální složkou, vytvoří komplex tzv. závislosti na tabáku.

Pro účel této studie bylo zvoleno téma zacílené na chování uživatelů IQOS, tedy specifické charakteristiky a vzorce užívání IQOS, u vybraných uživatelů tabáku v České

republice. Téma vzorců chování bylo zvoleno s ohledem na neznalost typického charakteru v užívání zahřívaného tabáku, oproti společensky známým a odborně popsaným, typickým vzorcům užívání zápalných cigaret.

Primárně je zahřívaný tabák určen osobám od 18 let, které již jsou kuřáky tabáku, ale mají zájem přejít na velmi podobnou formu užívání tabáku, jež by měla být „méně rizikovou“. Proto se lidé, mající zájem si IQOS zakoupit, musejí zaregistrovat na oficiálních stránkách IQOS a k registraci předložit občanský průkaz. Ani tímto opatřením však nemůžeme vyloučit vznik nové závislosti na tabáku u osob, neužívajících před tím žádný tabákový výrobek a to i vzhledem k dostupnosti zařízení IQOS na internetu od jiných, než oficiálních dealerů IQOS.

V teoretické části této práce se nejdříve zaměříme na epidemiologii kouření a užívání tabáku, formy všech druhů tabáku, závislost na tabáku a možnosti léčby této závislosti. Dále představíme samotné zařízení IQOS, přiblížíme dostupné typy tohoto zařízení a tabákových náplní HEETS, které se v současnosti vyskytují na českém trhu a ukotvíme vztah IQOS k parafernáliím. Dalším ústředním tématem pro teoretickou část jsou vzorce užívání IQOS, ale i ve vztahu ke klasickým cigaretám, se kterými budeme následně, ve výzkumné části, srovnávat nově zjištěné vzorce užívání zahřívaného tabáku.

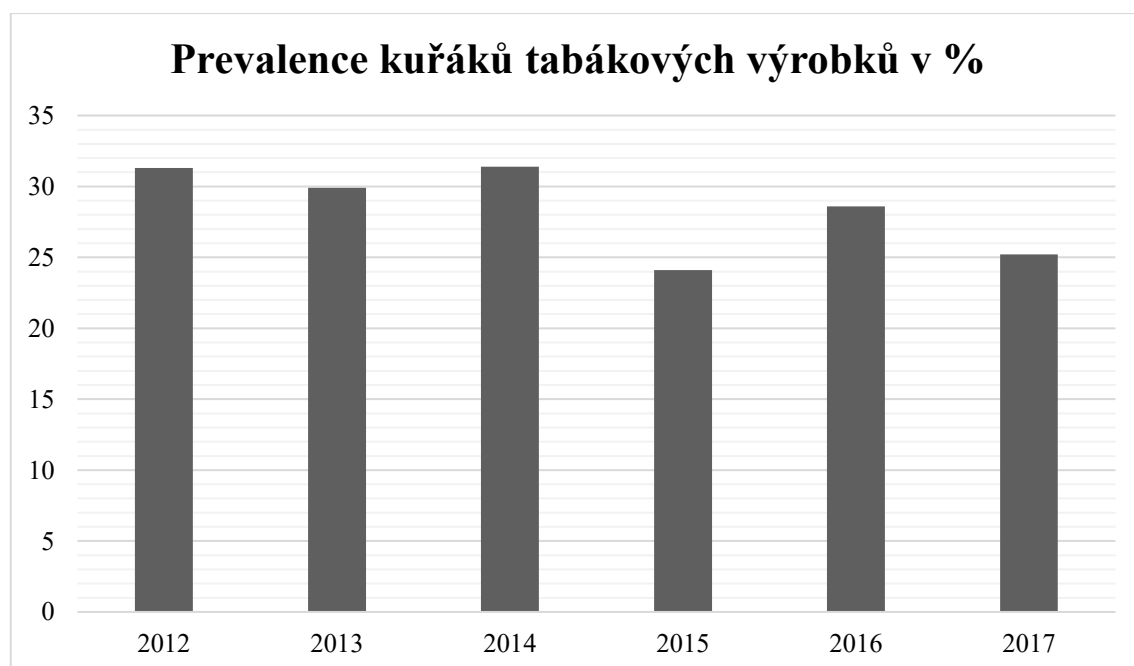
Očekávaným výstupem k dosažení cílů této studie je výčet typických vzorců užívání IQOS, které vyplynuly z rozhovorů s participanty. Tyto výstupy prezentujeme ve výzkumné části v kapitole Výsledky, kterou jsme, pro lepší přehlednost, rozdělili do více podkapitol. Tyto kapitoly vznikaly na základě informací od respondentů, zapojených do výzkumu.

# 1. TEORETICKÁ ČÁST

## 1.1 Kouření a užívání tabáku – epidemiologie

Tabákové výrobky jsou celosvětově známý fenomén, který se neustále vyvíjí. Přesto, že spousta odborníků na tabákovou problematiku se snaží prevalenci kouření snižovat, je ve světě přes 1,1 miliardy osob, které kouří tabák (WHO, 2018). Jedná se o velmi nebezpečný, život ohrožující trend, na jehož následky dle WHO (2018) umírá přes 7 miliónů lidí ročně. Z toho největší část, přibližně 6 miliónů osob, umírá na samotné následky kouření a dalších, asi 890 tisíc osob, umírá z důvodu pasivního kouření. Tato tabáková epidemie průměrně zkracuje kuřákovi život o patnáct let (WHO, 2018). Prevalence kouření v České republice je přibližně 25,2 % příležitostných a denních kuřáků, z toho tři čtvrtiny jsou každodenní kuřáci (Váňová, Skývová & Malý, 2018). Co se týká úmrtnosti na následky kouření, v České republice zemře dle Králíkové (2015) ročně okolo 16 000 osob, což je přibližně každý pátý člověk.

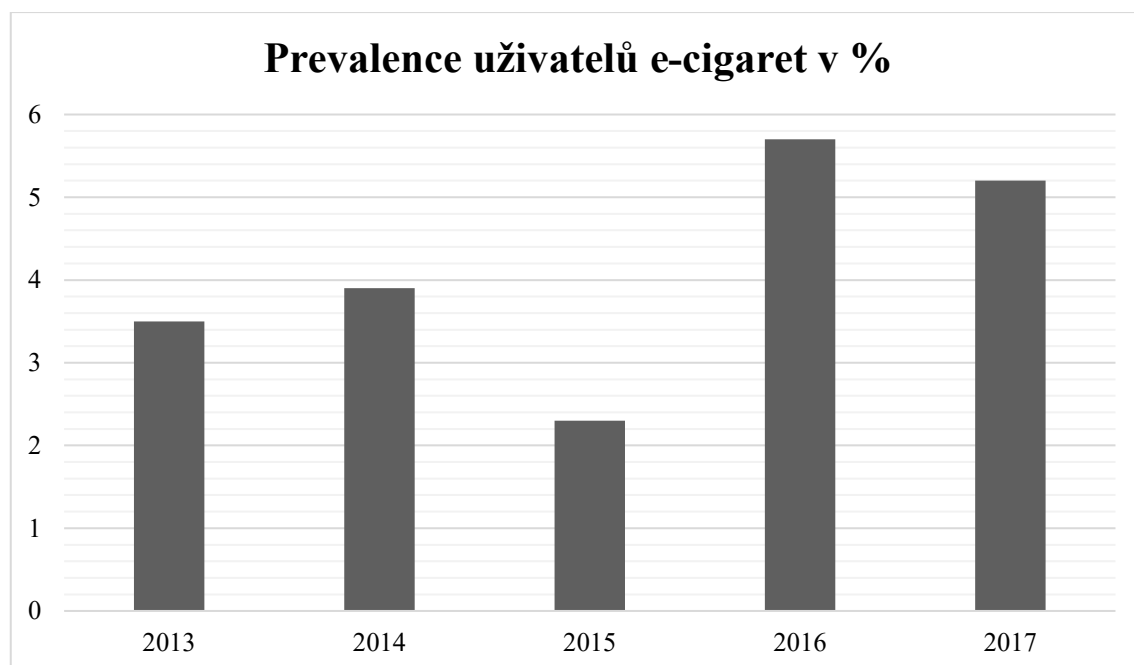
*Graf 1 – Vývoj prevalence příležitostných a denních kuřáků v České republice v letech 2012 – 2017 (zpracováno dle populační studie Státního zdravotního ústavu, 2018)*



Co se týká prevalence každodenních a příležitostných uživatelů elektronických cigaret, byla v roce 2017 v České republice – 5,2 % (Váňová, Skývová & Malý, 2018). Což je oproti předešlému roku mírný pokles. Výzkumná statistická data o počtu uživatelů zahřívaného tabáku v České republice, nejsou prozatím žádná dostupná, máme pouze

odhady, které jsme uvedli v Úvodu. Tyto odhady vyplývají z počtu prodaných zařízení IQOS.

Graf 2 – Prevalence užívání elektronických cigaret v České republice v letech 2013 – 2017 (zpracováno dle populační studie Státního zdravotního ústavu, 2018)



## 1.2 Formy tabákových výrobků a elektronické cigarety

### 1.2.1 Cigarety

Tato forma tabáku, který se užívá pomocí kouření, je u nás nejběžnější. Je všeobecně známo, že cigarety jsou škodlivé, obsahují více než čtyři tisíce chemikálií. Přesto je spousta osob, které se tuto závislost nedokáží odnaučit. Dle studie přibližně 70 % z kuřáků, by raději nekouřilo (Králíková et al., 2013). Látka, na které vzniká závislost je nikotin, kterého se z jedné cigarety dostane do organismu kolem 1 – 3 miligramů, podle způsobu kouření a pH. Cigarety mají pH kyselé, kouř se tedy vstřebává v plicích a do desítek sekund se vstřebá nikotin do krevního oběhu (Králíková in Kalina, 2015).

### 1.2.2 Doutníky, dýmky

Doutníky jsou ubaleny z celých listů usušeného tabáku a ten je následně ubalen do smotku, který je zapalován a kouřen. Tento kouř není třeba vdechovat do plic, protože tabák doutníku má vyšší pH, tedy zásadité, díky němuž se vstřebává již v dutině ústní. Zároveň doutníky obsahují větší množství tabáku než běžné cigarety, které mají méně

než jeden gram tabáku. Doutníky mají různé velikosti, od malých doutníků, které obsahují 1,3 – 2,5 gramu tabáku, až po doutníky, mající 17 gramů tabáku. Ve společnosti je velmi podceňováno zdravotní riziko doutníků. To může být sice u některých typů onemocnění nižší, ale onemocnění dutiny ústní a jícnu je na podobné úrovni, či dokonce vyšší, jako u cigaret (Králíková et al., 2013).

Dále je specifickým typem užívání tabáku dýmka, do jejíž hlavičky se vkládá tabák, který je určen ke kouření. Tento způsob kouření tabáku se u nás již příliš nevyskytuje. Za to velmi oblíbeným typem kouření tabáku je vodní dýmka. Nejvíce oblíbená je u mladých lidí, kteří mnohdy podceňují její rizika. Přitom vliv na zdraví je spíše vyšší, než u klasických cigaret a navíc je zde zvýšené riziko infekčních onemocnění, díky sdílení náustku, pomocí kterého se vodní dýmka kouří (Králíková et al., 2013).

Co se týká prevalence současných kuřáků dýmek, doutníků a vodních dýmek dle Váňové et al. (2018) jedná se o 4,7 % každodenních a příležitostných kuřáků v České republice za rok 2017. S tím, že vyšší prevalence je jednoznačně u mužů ve věkové skupině 15 – 24 let.

### **1.2.3 Bezdýmný tabák**

Tabákové výrobky všeobecně bychom mohli rozdělit do dvou skupin – tabák, který hoří a tabák bezdýmný. Mezi bezdýmný tabák řadíme tabák žvýkací, šňupací a nově i tabák zahříváný. V těchto formách je stejně, jako v zápalných formách tabák, akorát je zpracován odlišným způsobem. V elektronických cigaretách se tabák nenachází, proto se neřadí mezi tabákové výrobky.

### **Orální tabák**

Orální tabák můžeme rozdělit na žvýkací tabák a porcovaný tabák („snus“ – Švédsko, „moist snuff“ – Spojené státy americké). Žvýkací tabák je užíván ve formě smotků tabákových listů, které jsou sušeny vzduchem a vkládají se do dutiny ústní a žvýkají po dobu několika hodin (Králíková, 2013). Porcovaný tabák se vyrábí pomocí sušení tabáku vzduchem či nad ohněm a poté je buď rozdrcen či nařezán nadrobno. Je balen do malých sáček, které si uživatel vkládá za ret (Remešová, 2014). V Evropské unii je tato forma tabáku zakázána, vyjma Švédska, kde díky povolení porcovaného tabáku klesla prevalence kouření (Králíková, 2013). Přes zákaz je porcovaný tabák k dostání i v České republice, ať už na internetu či v trafikách. Dle zahraničních studií je prevalence užívání

porcovaného tabáku v České republice odhadována na 2,1 % u osob nad 15 let. Nejvyšší prevalence je ve Švédsku 12,3 %, s tím, že výrazně vyšší prevalence je u mužů 20,7 % než u žen 3,5 % (Leon et al., 2016).

### **Šňupací tabák**

Tento druh tabáku se užívá pomocí šňupání nosní dutinou. Je vyráběn fermentací, která zdůrazňuje chuť a vůni tabáku a následného sušení tabáku kouřem, který je rozdrcen na prášek (Remešová, 2014). Králíková et al. (2013) udává, že tento druh tabáku je sice méně rizikový než kouření, ale stále není bez rizika. Šňupací tabák působí nejvíce negativně na nosní sliznici, kterou je tabák užíván.

### **Zahříváný tabák**

Zahříváný tabák je nejnovější formou užívání tabáku jak ve světě, tak v České republice. Řadí se mezi bezdýmny tabák, protože tabák není spalován, ale zahříván. Proto tabáková náplň nevytváří kouř, ale aerosol (Broose et al., 2018). V užívání je velmi odlišný od jiných forem tabákových výrobků. Zároveň je k užívání zapotřebí mnoho parafernálií, která jsou u každé konkrétní značky zahříváného tabáku specifická. Jedno však mají společné, a to je princip zahřívání tabáku. V této práci se zabýváme pouze jednou značkou zahříváného tabáku, a to je IQOS od společnosti Philip Morris International. Tato značka byla v ČR uvedena jako první v segmentu zahříváného tabáku. Na Českém trhu se nachází ještě jeden typ zahříváného tabáku, a to je glo. Glo pochází od výrobce British American Tobacco a na českém trhu se poprvé objevil na podzim roku 2018, což je přibližně rok po příchodu IQOS. Zde krátce popíšeme pouze zahříváný tabák glo.

### **Zahříváný tabák Glo**

Glo se vyrábí ve čtyřech barevných provedeních: černá (Black), šedá (Grey), růžová (Rose) a zlatá (Gold). Co se týká tabákových náplní, jsou rozdílné od IQOS, jehož tabákové náplně se jmenují HEETS a vypadají jako „malá cigareta“, zatímco glo má tabákové náplně neo, které vypadají spíše jaké „tenká cigareta“. Tabákové náplně neo jsou dostupné ve čtyřech barevných provedeních s různými příchutěmi Navy Blue, ta by podle výrobce měla mít čistě tabákovou chuť, Electric Yellow má citrusovou příchut', Electric Green jsou mentolovo-mátové a Electric Purple mají příchut' lesního ovoce (IQOSmag, 2018). Tato poslední příchut' se velmi blízce podobá příchuti HEETS (Purple Label), která by měla být borůvková. Na českém trhu však není k dostání, z důvodu

zákazu ochucování cigaret, které je považováno za nabádání nezletilých ke kouření. Dále se zařízení glo částečně liší skrze parafernália a nabíjení. Výrobce udává, že glo vydrží na jedno nabití nahřívat až 30 tabákových náplní neo. Skrze parafernália je k užívání glo zapotřebí pouze samotné zařízení glo, do kterého se přímo vkládají tabákové náplně neo. Proto uživatel glo musí po celou dobu užívání držet celé zařízení. Dále je zapotřebí nabíječky, kterou se toto zařízení dobíjí a kartáček na čištění od zbytků z tabákových náplní. Dalším rozdílem od IQOS je, že glo nemá topný hrot, ale žhavicí komoru, která nahřívá tabákové náplně zevnějšku pouze na 240°C, což je skoro o sto stupňů méně, než u IQOS. Rozdíl je také v době potahování, která je u glo sice neomezená, ale vydrží pouze po dobu 3,5 minuty (Myglo, 2018). Další typy zahřívání tabáku, které zatím nejsou dostupné v České republice, jsou Ploom od firmy Japan Tobacco a Pax od výrobce PAX Labs (WHO, 2018).

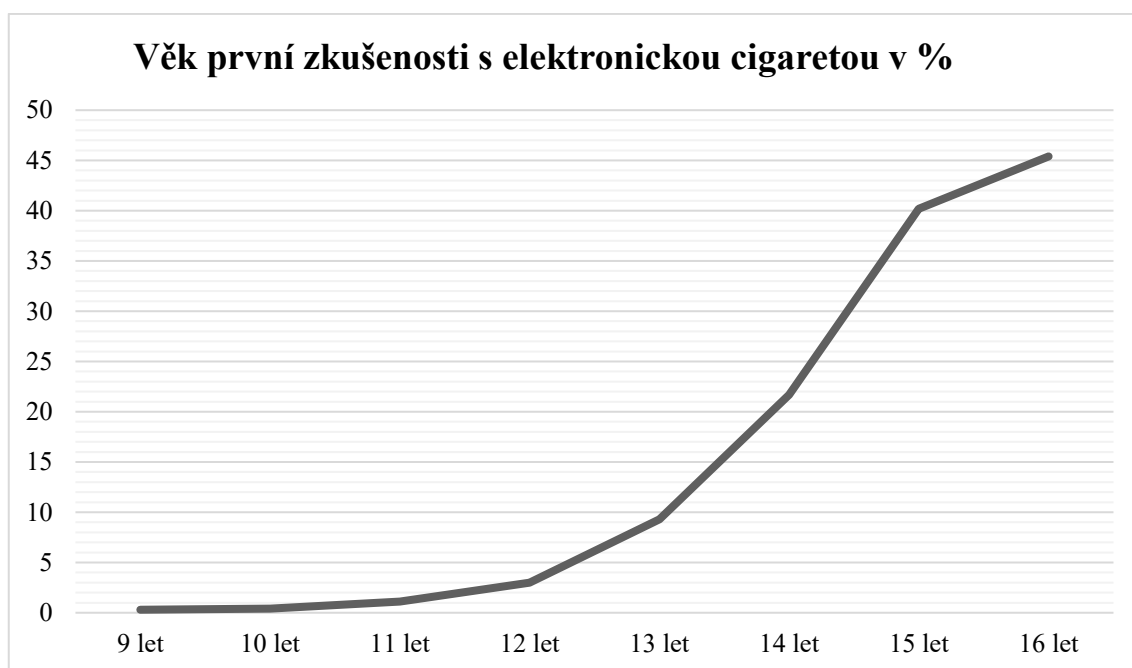
#### **1.2.4 Elektronické cigarety (e-cigarety)**

Elektronické cigarety patří mezi systémy, které nikotin dodávají elektronicky do organismu. Anglicky se tedy označují zkratkou „ENDS“ – Electronic Nicotine Delivery Systems (Leigh et al., 2016). Na rozdíl od zahřívání tabáku, se kterým jsou často zaměňovány, nemusejí obsahovat nikotin. Zároveň však neobsahují ani tabák, ale kapalinu (e-liquid), kterou elektronická cigareta nahřívá (WHO, 2018). Elektronické cigarety zaujaly své místo na českém trhu od roku 2007, tedy o deset let dříve než zahřívání tabáku. Přesto, že výrobce prezentoval e-cigarety, jako tzv. zdravější alternativu kouření, jedná se stále o velmi kontroverzní téma.

V názvu sice vidíme název cigareta, ale uživatelé elektronických cigaret kapalinu nekouří, nýbrž inhalují (slangově nazýváno vaping). E-liquid je zahříván na přibližně 60°C (Králíková et al., 2013). Na rozdíl od klasických cigaret i zahřívání tabáku, uživatel elektronických cigaret vydechuje velké množství páry. Z tohoto důvodu se tento trend stal velmi populární u nezletilých, kteří dělají pomocí e-cigarety spousty triků, s nimiž se prezentují na internetu. Tento trend tedy nesplnil své poslání přechodu k „méně rizikové“ formě dodání nikotinu do organismu, ale zapříčinil vznik nových závislostí a vzorců chování u nezletilých, a to nejen v České republice. Dle Výroční zprávy o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2017, zkušenost s elektronickou cigaretou u nezletilých nejvíce narůstá mezi třináctým a patnáctým rokem (Mravčík et al., 2018). To znázorňujeme v následujícím grafu.



Graf 3 – Zkušenosti s elektronickou cigaretou ve věku 9 – 16 let dle studie ESPAD 2016



### 1.3 Závislost

Látka, která vyvolává závislost na tabáku je alkaloid nikotin. Nikotin se nachází ve všech částech rostliny tabáku, proto je vždy obsažen v tabákových výrobcích, rozdíl je pouze v množství nikotinu, které obsahují. Průměrně se v jedné cigaretě nachází 10 – 15 mg nikotinu, s tím, že do organismu kuřáka, se vstřebá přibližně 1 – 2 mg. Dávka nikotinu, která může být pro člověka smrtelná je 50 – 100 mg. K předávkování prakticky nedochází, protože člověk začne dříve, než k předávkování dojde, pociťovat nepříjemné pocity jako je slabost, nevolnost a může dojít i ke zvracení (Krtíl, Zima in Králíková et al., 2013). Co se týká množství nikotinu v zahřívaném tabáku, z testu, který byl proveden na VŠCHT je patrné, že v zahřívaném tabáku IQOS je množství nikotinu na podobné úrovni, jako u zápalných cigaret, zatímco v zahřívaném tabáku značky glo, se vyskytuje nižší koncentrace nikotinu. Zároveň nikotin velkým dílem přispívá k toxicitě tabákového kouře, který obsahuje okolo čtyř až pěti tisíc plynných a pevných chemických látek v cigaretovém kouři. Závislost na nikotinu vzniká díky působení na tzv. acetylcholin-nikotinové receptory nacházející se v centrální nervové soustavě. K těmto receptorům se po vdechnutí tabákového kouře, nikotin dostane do sedmi až deseti sekund (Pilařová, 2003). Po navázání nikotinu na tyto receptory dojde k vyplavení neurotransmiteru dopaminu, díky němuž má kuřák pocit větší bdělosti. Dále nikotin působí na centrum

odměny (nucleus accumbens ), které navozuje kuřákovi libé pocity (Lincová & Farghali, 2007).

Závislost na tabáku je rozdělována na dva typy tzv. fyzickou závislost a psychosociální závislost. Kuřáci tabáku nemusejí mít vždy nutně oba dva typy závislosti. Většina kuřáků má však psychosociální závislost. Tento druh závislosti si osoby závislé na tabáku vytvářejí od prvního užití tabákových výrobků. Jedná se o naučené rituály či situace, ve kterých je kuřák zvyklý stereotypně sáhnout po cigaretě. Jako rituál mohou mít kuřáci například zapalování cigarety, linutí kouře z cigarety, odklepávání a jiné. Další typické situace, ve kterých si kuřáci obvykle zapalují cigaretu, jsou velmi individuální. Ale jako nejtypičtější bychom uvedli například: zapalování cigarety společně s popíjením kávy po jídle, při konzumaci alkoholu, při nervozitě či stresu a velmi často ve společenství dalších kuřáků. Co se týká fyzické závislosti, nemusejí ji mít všichni kuřáci. Mezi odborníky na tabákovou problematiku stále panuje nejistota v tom, kolik procent kuřáků má fyzickou závislost. K tomu, aby mohla fyzická závislost vůbec vzniknout, jsou zapotřebí nikotinové receptory, o kterých jsme již mluvili. Na tyto receptory se navazuje nikotin a dochází k pocitům, které jsme již popisovali výše.

## **1.4 Léčba závislosti na tabáku**

Závislost na tabáku je chronické onemocnění, ke kterému je zapotřebí přistupovat komplexně. Důležité je tedy zaměřit se nejen na fyzickou závislost na tabáku, ale i na její psychosociální složku (Králíková et al., 2013). Ke každému jednotlivému typu závislosti se váže specifický typ léčby. Co se týká léčby, fyzickou závislost nemusejí mít vytvořenu všichni uživatelé tabáku, ale i přesto jim může léčba pomocí farmakoterapie usnadnit odvykání od tabáku. Je ale důležité nezapomínat ani na psychosociální závislost, která je na odvykání mnohdy náročnější a o to více se s ní musí pracovat. Léčba probíhá pomocí kognitivně-behaviorálních intervencí, jež v některých případech, mohou být v léčbě závislosti na tabáku, dostačující. To znamená, že nemusí být vždy, nezbytně nasazena i farmakoterapie.

### **1.4.1 Farmakoterapie**

Jak již bylo řečeno, tento typ léčby závislosti na tabáku je primárně určen osobám, které mají vytvořenou fyzickou závislost. Tuto závislost jsme podrobněji rozebírali v předešlé kapitole. To však nemusí nutně znamenat, že lidem, kteří užívají tabákové výrobky a

nemají vytvořeny nikotinové receptory, nemůže od závislosti pomoci. Farmakoterapie je založena na třech lécích první linie, které prokazatelně pomáhají v odvykání od tabáku. V první řadě se jedná o Náhradní nikotinovou terapii (NNT). Tato jako jediná z farmakoterapie obsahuje nikotin a je volně dostupná v lékárnách. Na trhu v České republice je náhradní nikotin dostupný ve formách spreje, žvýkaček, pastilek a náplastí. Všechny tyto formy jsou rozepsány v další podkapitole. Poté jsou v léčbě závislosti dostupné dva léky – Vareniklin a Bupropion, které nikotin neobsahují. Fungují tedy na jiném principu, který blíže přiblížíme v samostatných podkapitolách.

### **Náhradní nikotinová terapie**

Náhradní nikotinová terapie (NNT) je založena na principu dodávání nikotinu, do organismu uživatele tabáku, ve „zdravější“ formě, bez dalších toxických látek, které se v tabákových výrobcích nacházejí. Máme různé druhy NNT, které se liší v typu aplikace a množství nikotinu, které obsahují a rozdílnou dobou, za kterou se nikotin vstřebá do lidského organismu a tím uleví uživateli tabáku od abstinčních příznaků. V současné době máme na českém trhu dostupné dva typy NNT – orální a transdermální. Všechny formy NNT je možné zakoupit v lékárně bez předpisu. Mezi orální formy řadíme nikotinový sprej, jehož jedna dávka obsahuje 1 mg nikotinu, což by přibližně mělo být srovnatelné množství jako jedna vykouřená cigareta. Z praxe víme, že u těžší fyzické závislosti to nemusí být dostačující množství, proto si tyto osoby mohou aplikovat dvě dávky nikotinového spreje hned za sebou několikrát za den. Další formou jsou nikotinové žvýkačky, které se prodávají buď s obsahem nikotinu 2 mg nebo 4 mg. Osoby užívající nikotinové žvýkačky si musejí dát pozor na správné užívání, protože přesto, že se jedná o žvýkačky, nemohou se žvýkat jako klasické žvýkačky bez nikotinu. Nikotinová žvýkačka se párkrát nakousne, to uvolní nikotin a poté se nechá volně ležet v ústech (pod jazykem, za tváří). Poslední formou orálně dodávaného nikotinu jsou nikotinové pastilky, které se rozpouštějí v ústech, jako bonbón (Králiková et al., 2013). V současné době jsou na českém trhu dostupné pouze pastilky s množstvím 4 mg nikotinu.

Transdermální forma obsahuje pouze nikotinové náplasti, které uvolňují nikotin odlišným způsobem, než orální NNT. Nikotinový sprej, žvýkačky i pastilky, uvolní nikotin v ústech uživatele bezprostředně po užití. Oproti tomu nikotinová náplast uvolňuje množství nikotinu, jež obsahuje, kontinuálně, po celou dobu, co ji má uživatel nalepenou na kůži. Důležité je náplast lepit na neochlupené, suché místo na těle a místa aplikace střídát. Na

českém trhu jsou dostupné nikotinové náplasti buď na 24 hodin (obsah nikotinu: 7 mg, 14 mg, 21 mg), které si uživatel nemusí odlepovat ani na spaní, nebo na 16 hodin (obsah nikotinu: 10 mg, 15 mg, 25 mg).

Uživatelé NNT mohou obě formy střídat či kombinovat podle toho, kolik miligramů nikotinu užívali před zahájením léčby pomocí NNT. Počet miligramů si mohou jednoduše vypočítat. Doporučuje se počet vykouřených cigaret vynásobit dvěma (přibližně dva miligramy nikotinu totiž kuřák z cigarety do organismu dostane). A výsledné množství nikotinu přepočítat na náhradní nikotinovou terapii. Zezačátku se doporučuje stejné množství nikotinu a postupně snižovat. Léčba NNT by měla trvat 3 – 6 měsíců, ale je to velmi individuální, kratší doba se nedoporučuje, delší však ano s tím, že by si měli odvykající dát pozor na výměnu závislosti na tabáku za závislost na NNT. Závislost může častěji vzniknout na orálních formách NNT, pro rychlé dopravení nikotinu k nikotinovým receptorům. Proto bychom doporučili každou léčbu NNT konzultovat s odborníky, ať už v Centrech pro závislé na tabáku, Certifikovaných lékárnách či na Národní lince pro pomoc v závislostech.

### **Vareniklin**

Je lék první linie, který byl speciálně vytvořen k léčbě závislosti na tabáku. Vareniklin je účinná látka, ale lék, který ho obsahuje, se jmenuje Champix a na českém trhu je dostupný pouze na lékařský předpis. Může ho předepsat jakýkoliv lékař a je určen k léčbě fyzické závislosti. Neobsahuje nikotin, jako NNT, ale funguje na principu zablokování nikotinových receptorů (Králíková et al., 2013). Zjednodušeně řečeno, jakmile uživatel tabáku začne Champix užívat, lék se naváže na nikotinové receptory. Než je ale zcela obsadí, trvá to přibližně dva týdny. Proto se doporučuje přestat s užíváním tabáku až ve druhém týdnu užívání Champixu. Díky tomu, že obsadí nikotinové receptory, tak kuřák přestane tabák potřebovat. Nikotin se totiž nemá kam navázat, tím pádem uživatel nemá z tabáku žádnou odměnu – nevyplaví se mu látky, které jsme popisovali v kapitole 1.3 Závislost. Odvykající poté popisují, že jim subjektivně přestane tabák chutnat. To ale neznamená, že pokud má uživatel fyzickou závislost na tabáku a lékař mu předepíše Champix, tak přestane tabák užívat. Léčba Vareniklinem by měla trvat nejméně 3 měsíce (Králíková et al., 2013), ale spíše déle a je k tomu zapotřebí nezapomenout i na psychosociální závislost. Proto se úspěšnost léčby zvyšuje při současném užívání farmakoterapie a docházení do Centra pro závislé na tabáku nebo spolupráci s Národní

linkou pro pomoc v závislostech či jinými odbornými službami, kde proběhnou i kognitivně-behaviorální intervence.

### **Bupropion**

Bupropion je primárně antidepresivum, které lékaři, nejčastěji psychiatr, předepisují psychiatrickým pacientům s depresivní poruchou. Dále se předepisuje i při odvykání od tabáku a v České republice je k dostání pod názvem Wellbutrin a Elontril (Králíková et al., 2013). Nejedná se tedy o lék, který by byl vynalezen speciálně na odvykání od tabáku, ale díky jeho účinkům – potlačování chuti na cigaretu a zmírnění abstinenčních příznaků, se předepisuje i osobám, které chtějí odvyknout od kouření. Mnohdy se jedná o uživatele tabáku, kteří mají současně i psychiatrickou komorbiditu. Stejně jako u Vareniklinu je důležitá paralelně probíhající kognitivně-behaviorální intervence.

#### **1.4.2 Kognitivně-behaviorální intervence**

Jak již bylo řečeno, farmakoterapie je určena k léčbě fyzické závislosti na tabáku a kognitivně-behaviorální intervence jsou k léčbě psychosociální závislosti, kterou má vytvořenou naprostá většina uživatelů tabáku. Proto by tyto intervence měli být součástí každého odvykání od tabáku. Vzhledem k potřebám naší práce budeme popisovat, jak se kognitivně-behaviorální intervence využívají u odvykání od kouření. K tomu jak účinně nastavit tyto intervence, potřebujeme znát vzorce užívání, konkrétně typické situace s cigaretou. Osoby, které kouří nebo užívají tabák, si vytvoří rituály, které je zapotřebí zvědomovat. Proto je zde kognitivní složka. Dále musejí tyto rituály změnit nebo se jim alespoň zpočátku odvykání, vyhýbat. Například se může jednat o velmi častou typickou situaci u kuřáků – cigareta a káva, odvykající může buď kávu na určitou dobu úplně přestat pít či vyměnit za čaj, nebo kávu nadále pít, ale jinou, než byl doteď zvyklý. Například pokud pil kávu s mlékem, začne pít černou kávu. Pomoci může i pití kávy na místě, kde se nesmí kouřit. Mnoho osob, které odvykají, psychosociální závislost podceňují. To může být jedním z důvodů, proč s užíváním tabáku neskončují.

### **1.5 IQOS**

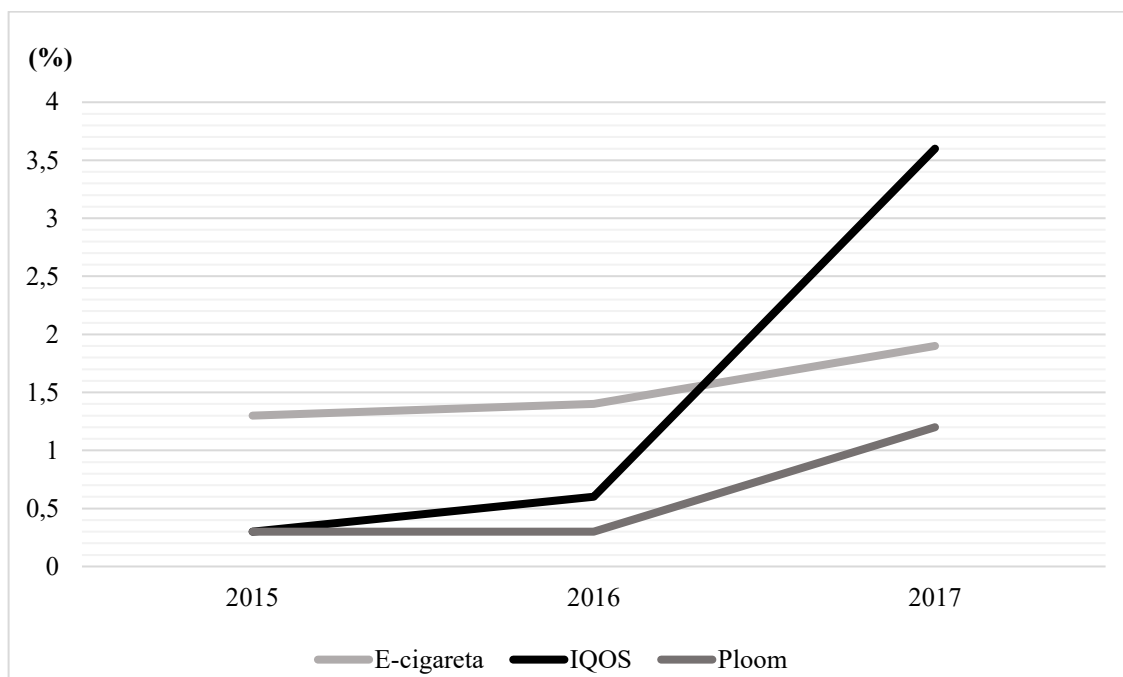
„I Quit Ordinary Smoking“ neboli IQOS je jedna z forem zahřívání tabáku („Heat-not-burn“, „Heets“ či „Heated tobacco“), která je v současné době dostupná ve 43 zemích po celém světě (PMI, 2018). Do skupiny zahřívání tabáku se řadí proto, že tabák v tomto zařízení není spalován, ale zahříván, pomocí topného hrotu, na který se tabáková náplň

nasunuje. Přesto studie Davis et al. (2018) zaznamenala, že je důležité zařízení IQOS správně čistit, aby nedocházelo ke spalování zbytků tabáku v zařízení. Jak už jsme uvedli výše, je IQOS řazen mezi takzvaný bezdýmny tabák, poněvadž se udává, že to, co vychází z úst uživatele zahřívaného tabáku, není kouř, ale aerosol (Broose et al., 2018). Proto v této práci nehovoříme o užívání IQOS jako o kouření, ale o užívání. Díky takzvanému bezdýmnému tabáku by mělo být zamezeno pasivnímu kouření. Nicméně byly realizovány studie na analýzu obsahu chemických látek v aerosolu zahřívaného tabáku, které poukázaly na škodlivé látky, nacházející se v tomto vydechovaném aerosolu (Bekki et al., 2017).

### **1.5.1 Epidemiologie užívání IQOS**

Tento specifický typ tabáku je podle dostupných zahraničních dat, reakcí tabákového průmyslu na škody způsobené kouřením cigaret. První, kdo přišel s touto novou formou tabáku je nejznámější výrobce tabáku – Philip Morris International (Auer et al., 2017). Konkrétně vyvinul zahřívaný tabák pod názvem IQOS. Výrobce spustil pilotní studii s IQOS v roce 2014 v Japonsku a Itálii (Hair et al., 2018). Nejvýznamnější je prevalence užívání IQOS v Japonsku, kde rychle roste oblíbenost tohoto trendu. V lednu roku 2015 byla prevalence užívání IQOS v Japonsku 0,3 %, za jeden rok prevalence narostla na 0,6 % a v roce 2017 byla prevalence v Japonsku již 3,6 %. Pokud tuto prevalenci srovnáme například s elektronickou cigaretou, která je na trhu déle a je více známá, tak IQOS je jednoznačně ve vedení, oproti prevalenci elektronické cigarety, která v roce 2017 byla v Japonsku 1,9 %. IQOS se od října roku 2017 rozšířil na dalších třicet trhů po celém světě včetně České republiky (Tabuchi et al., 2018). Pro lepší představivost přikládáme graf s prevalencí užívání elektronických cigaret a dvou typů zahřívaného tabáku v Japonsku. Co se týká zahřívaného tabáku glo, v Japonsku od roku 2016 jsou dostupná statistická data pouze za rok 2017, kde byla jeho prevalence v Japonsku 0,8 % (Tabuchi et al., 2018).

Graf 4 – Prevalence užívání elektronických cigaret, zahříváného tabáku IQOS a Ploom v Japonsku v letech 2015 – 2017 (zpracováno dle Tabuchi et al., 2018)



### 1.5.2 Typy modelů IQOS v České republice

Tento produkt, konkrétně model IQOS 2.4 Plus od společnosti Philip Morris, je na českém trhu od podzimu roku 2017. V té době bylo zařízení dostupné ve třech barevných variantách – bílá (White), tmavě modrá (Navy) a limitovaná edice ve vínové barvě (Ruby), která se v současné době na našem trhu již nenachází. Od prosince roku 2018 na českém trhu přibyly další dva modely, a to IQOS 3 a IQOS 3 MULTI (IQOSmag, 2018), které mají nejen nový design, ale i nové funkce. IQOS 3 a IQOS 3 MULTI jsou na našem trhu dostupné v barvách – bílá (Warm White), zlatá (Brilliant Gold), modrá (Stelar Blue) a hnědá (Velvet Grey). V těchto barvách je možné si také objednat IQOS 3 COMBO, což je set, který obsahuje IQOS 3 i IQOS 3 MULTI. Dále výrobce nabízí různé doplňky, které si uživatelé mohou pořídit, jako například dóza na vyhození spotřebovaných tabákových náplní (ve variantách do domu či do auta), barevné kryty a pouzdra v různých barvách, či možnost nechat si na zařízení IQOS, pomocí gravírování, vyrýt například své iniciály či obrázek.

*Obrázek 1 – IQOS 2.4 Plus White (IQOSmag, 2018)*



*Obrázek 2 – IQOS 3 Brilliant Gold (IQOSmag, 2018)*



### **1.5.3 IQOS a parafernália**

IQOS zařízení se skládá z několika parafernálií, která jsou k jeho užívání nezbytná. Stěžejní je držák, který obsahuje kontrolovaný zdroj tepla. Do tohoto držáku se vkládá tabáková náplň (HEETS), jež by měla být pomocí topného hrotu zahřívána na 320 až 350°C. Tyto tabákové náplně (HEETS) jsou v České republice aktuálně dostupné ve čtyřech barvách, které mají svou specifickou příchut'. Oranžové (Amber Label), u kterých výrobce udává, že mají lehce oříškovou příchut' a jsou silnější než žluté (Yellow Label), které jsou naopak nejslabší ze všech tabákových náplní a měli by mít citrusovou příchut'.



Dále jsou na českém trhu dostupné tyrkysové (Turquoise Label) tabákové náplně mající mentolovou příchuť a od podzimu roku 2018 jsou na trhu také červené (Sienna Label) tabákové náplně, které jsou bez příchutě a jsou prezentovány jako nejsilnější z tabákových náplní a nejvíce podobné klasickým cigaretám (IQOSmag, 2018). Jedna tabáková náplň, uživateli IQOS vydrží přibližně na 14 potáhnutí, nejdéle však 6 minut. Poté musí tabákovou náplň vyjmout a držák (tzv. holder) vložit do kapesní nabíječky (tzv. charger), která vydrží na přibližně 20 nabití. I tuto nabíječku je potřeba následně dobíjet pomocí elektrické nabíječky do zásuvky či nabíjecí stanice (PMI, 2017). U nových modelů IQOS 3 a IQOS 3 MULTI se udává větší výdrž baterie na jedno nabití.

Jak již bylo řečeno, tabáková náplň HEETS obsahuje stejně jako cigareta nikotin, s tím, že tabák je do těchto náplní zpracováván odlišným způsobem než do běžných cigaret. U cigaret je tabák nasekaný, ale u IQOS je tabák rozemletý na prášek, z něhož je poté vytvořena plachta, a ta je na sebe následně velmi natěsno vrstvena. Takto je tabák zpracováván proto, aby se tabáková náplň dala snadno nasunout na tepelný hrot uvnitř držáku (PMI, 2017).

#### **1.5.4 Marketing a trh se zahříváním tabákem v České republice**

Když na podzim roku 2017 uvedla tabáková společnost Philip Morris na český trh zahřívání tabák IQOS, spousta osob zaujal spíše obrázek modrozeleného kolibříka, kterého mají ve svém logu. Málokdo však tušil, k čemu slouží to zařízení, se kterým je na obrázcích zobrazován. Od počátku příchodu IQOS na český trh byla reklama masivní. Přesto, že se na IQOS vztahuje stejný zákon o regulaci reklamy, jako na tabákové výrobky tedy zákon č. 40/1995 Sb. Proto lidé nejvíce reklam zaznamenávají v blízkosti trafik, nebo tam, kde se tabákové výrobky prodávají, tudíž je zde reklama povolena. I z našeho výzkumu je patrné, že velká část participantů viděla poprvé reklamu na IQOS právě v trafice, či na benzínce. Rychle začali vznikat i IQOS Story, z jehož designu se dalo velmi snadno odhadnout, na jakou sociální skupinu je IQOS orientován – jedinci z vyšších příjmových skupin, dominantně z městské populace, kteří mají kladný vztah k technologiím a záleží jim na tom, aby dobře vypadaly a nezapáchali kouřem od cigaret. Zároveň hlavním reklamním tahem IQOS je od počátku jeho slibovaná, mnohem nižší škodlivost, než u zápalných cigaret. Výrobce uvádí škodlivost nižší u zahřívání tabáku o 90 – 95 %. K tomuto výroku je spousta osob skeptická skrze minulost tabákových korporací. Nebylo by poprvé, co tabákový průmysl neuvedl pravdu. Výzkumy, které

hodnotili škodlivost ještě před příchodem IQOS, byli od samotného výrobce. Dalším specifickým reklamou na IQOS, bylo vymezení, že zahřívání tabáku je od 18 let, pro kuřáky, kteří chtějí přejít na méně škodlivou alternativu kouření. Zde budeme doslovně citovat oficiální české internetové stránky pro IQOS: „*Tabákové náplně, které se používají se zařízením IQOS, obsahují nikotin, který je návykovou látkou. Používání zařízení IQOS proto není bez rizik. Nejlepším způsobem, jak snížit zdravotní rizika spojená s užíváním tabákových výrobků, je úplně přestat tabákové výrobky užívat.*“

### **Ambasadoři, sociální sítě a reklama**

Významná část reklam IQOS v České republice vznikla díky jejich ambasadorům. Spousta lidí, kteří sledují slavné osobnosti, IQOS poprvé uviděli právě u nich. Jako příklad ambasadorů můžeme uvést Libora Boučka, Simonu Krainovou, Matěje Rupperta, Nikol Moravcovou, Kamila Bartoška alias Kazmu, Veroniku Arichtevu a spousta dalších. Tito ambasadoři jsou k vidění hlavně na sociální síti Instagram, kde se používají hashtagy (#), pod kterými se dají příspěvky dohledat, fungují tedy jako klíčová slova. Můžeme zde uvést příklady hashgtagů k IQOS od ambasadorů, například: #iqos, #iqosambassador, #myiqos, #iqoscz, #prodospela, #lepsivolba, #iqosfriendly a mnoho dalších. Ale ambasadoři jsou samozřejmě k vidění i na akcích, které IQOS pořádá nebo se jich účastní, ať už v České republice nebo v jiných zemích, kam své ambasadorů zve. Největší událost, která se konala v České republice a IQOS byl jejím partnerem, byl 53. Mezinárodní filmový festival Karlovy Vary. Konal se v létě roku 2018 a Libor Bouček, zde měl svoji Talk show v IQOS Lounge, kterou provozovala společnost Philip Morris. Lounge sloužila také jako prodejní místo IQOS a relaxační zóna, která byla určena plnoletým návštěvníkům festivalu.

Obrázek 3 – Ukázka z Instagramu Libora Boučka z 53. Mezinárodního filmového festivalu Karlovy Vary, pozvánka do IQOS Lounge (Instagram, 2018)



Co se týká sociálních sítí, provedli jsme dílčí tématickou analýzu a paralelně je sledovali v rámci naší studie. Do českých sociálních skupin IQOS jsme se přidali již na začátku studie. Naši žádost o přidání do skupin na Facebooku IQOS CZ/SK a HEETS, musel schválit jejich správce, který do druhého dne žádost schválil. Na Instagramu nebylo potřeba schválení, protože skupina iqos\_czech\_republic je otevřená, tedy volně přístupná všem lidem, kteří používají Instagram. Tyto dvě sociální skupiny jsou rozdílné v tom, že Facebook je založen na příspěvcích členů, kteří mohou přidávat na tuto stránku příspěvky, zatímco na Instagramu příspěvky přidávají ti, kteří stránky spravují. Veliký rozdíl je i v počtu členů na těchto stránkách, na Facebooku je v současnosti skoro osmnáct tisíc členů, kdežto na Instagramu je sledujících okolo dvou a půl tisíce. Zároveň na Facebooku jsou členy, ale i správci stránek přidávány příspěvky každý den, ale na Instagramu pouze pár příspěvků za měsíc. To může být tím, že skupina na Instagramu je spíše informační, sledující se zde mohou dozvědět o novinkách, zatímco Facebooková skupina je více pro uživatele, mohou zde hledat IQOS partnery, sdílet své zkušenosti/problémy, komentovat ostatní příspěvky a přesto, že v pravidlech je stanoveno, že pokud někdo z členů bude

nabízet osobní prodej, musí být uvedena přesná cena IQOS, ve většině případů se tak neděje. Stejně tak, jako prodej tabákových náplní HEETS, které se v této skupině nemají poptávat ani nabízet, protože mají vlastní Facebookovou skupinu HEETS, ale přesto se tak neděje a správci skupiny tyto příspěvky schvalují. Každý příspěvek na skupině musí být první schválen správcem, než je přidán na zeď, reakce správců i členů jsou velmi rychlé, zpravidla do pár minut.

### **Cena zahřívání tabáku**

Co se týká ceny těchto dvou zařízení zahřívání tabáku IQOS a glo, tak při prvním zakoupení se cena pohybuje velmi podobně. Teda alespoň při prvním pohledu na stránky, kde je u obou zařízení cena okolo 2 700 Kč. Tato cena, ale neobsahuje pouze samotné zařízení, obsahuje i nabíječky, příslušenství k čištění a jeden karton tabákových náplní (10 krabiček). Při bližším zkoumání slev může konečná cena u uživatele glo klesnout až na cenu 1 200 Kč. Co se týká IQOS, pokud si zájemce zavolá IQOS partnera, u kterého zaplatí kartou přes platební terminál – je cena již o 1 000 Kč nižší. Poté mu IQOS partner vrátí 500 Kč přímo na ruku osobně a dostane kupón 300 Kč na další nákup, ať už dalšího zařízení či tabákových náplní na eshopu či v IQOS Store. Dále díky registraci u IQOS může uživatel IQOS získat ještě 600 Kč za doporučení dalšímu člověku, který si IQOS zakoupí. Vyhláška č. 261/2016 Sb. o tabákových výrobcích, zakazuje ekonomické výhody, jako poukázky, slevy a další na tabákové výrobky, ale vzhledem k tomu, že zahřívání tabáku prozatím není v legislativě jednoznačně ukotven, je komplikované na ně tuto vyhlášku aplikovat.

### **1.6 Vzorce užívání**

Termín vzorce užívání nezahrnuje pouze technickou stránku aplikace návykové látky, v tomto případě tabáku, ale zahrnuje také rituální, sociální a psychologickou stránku. Tyto další roviny jsou v užívání určité látky velmi důležité, pro pochopení širších souvislostí. Dokonce je význam těchto rovin u některých látek větší, než samotné farmakologické vlastnosti (Gabrhelík et al., 2008). Proto v této práci nezkoumáme pouze, jak respondenti IQOS užívají a jak se o něj starají po technické stránce (nabíjení, čištění apod.), ale zaměřujeme se hlavně na typické situace, které mají s užíváním zahřívání tabáku spojené (např. u kávy, u popíjení alkoholu, v práci, na pauze apod.)

Na aplikaci tabáku jsme se ve studii neptali, protože tabák v této formě lze do těla dopravit jediným způsobem, a to je potahováním do plic, kdy pomocí držáku IQOS a tabákové náplně, kterou držák nahřívá, uživatel tabák vdechuje. Zajímali nás spíše způsob užití v tom smyslu, jaké tabákové náplně respondenti užívají, kolik tabákových náplní za den spotřebují, a také jsme užívání IQOS srovnávali s jejich dřívějším kouřením zápalných cigaret. Dále, kde koupili IQOS, kde nakupují tabákové náplně HEETS a z jakého důvodu si zvolili barvu zařízení a typ tabákových náplní. Také jsme se zajímali jak o zařízení IQOS a jeho parafernalia pečují a kde je mají uložené, když jsou v domácím prostředí a když jsou mimo domov.

V neposlední řadě jsme se zajímali o sociální prostředí (Kalina, 2015), které může mít na vzorce chování také velký vliv. Například kdo v jejich okolí užívá IQOS a kdo zůstal u klasických cigaret a zda to má na užívání respondenta nějaký vliv, kterého si všimnul.

### **1.6.1 Vzorce užívání – klasické cigarety**

Mezi typické situace, kdy kuřáci cigaret sahají automaticky po cigaretě, patří neodmyslitelně káva. Většina kuřáků má kouření spojené právě s kávou, ať už tou ranní nebo jakoukoliv jinou. Když bychom zůstali u pití a jídla, tak spousta kuřáků si typicky zapaluje cigaretu k alkoholu, například k pivu, nebo také po jídle. Dříve kouřili cigarety přímo v restauračních zařízeních, ale díky zákonu č. 65/2017 Sb., který vešel v účinnost 31. 5. 2017, nemohou v těchto veřejných vnitřních prostorech kouřit cigarety, ale na elektronické cigarety se zákaz kouření v provozovnách stravovacích služeb, nevztahuje. Co se týče zahřívání tabáku, platí pro něj stejné podmínky, jako pro elektronické cigarety, tudíž si může provozovatel sám určit, zda se tam zahřívání tabáku může užívat či nikoliv.

Další rituál, který je velmi častý u kuřáků je kouření v pauzách, ať už v zaměstnání či ve škole. Dále si kouřením zkracují dobu čekání například na autobus a sdružují se s dalšími kuřáky, což také patří mezi typické vzorce chování. Kouřit tedy klasicky mohou ve větších skupinkách osob s přáteli, kolegy či blízkými, anebo naopak mají kouření spojené s chvilkou pro sebe, jako odpočinek či relax.

Někteří kuřáci mají cigaretu spojenou s pozitivní událostí, ať už jak bylo řečeno s odpočinkem nebo také s odměnou, třeba po vykonané práci. Stejně tak, ale mohou mít cigaretu spojenou naopak s negativními emocemi – smutek, stres, nervozita, nuda a další.

## **2. VÝZKUMNÁ ČÁST**

### **2.1 Výzkumný problém a cíle**

Výzkumným problémem této práce je užívání zahřívaného tabáku, což je v České republice nový a doposud nezmapovaný fenomén. Co se týká vzorců chování uživatelů IQOS a také prevalence užívání v České republice od příchodu zahřívaného tabáku na český trh, nejsou o tomto tématu dostupná žádná výzkumná data.

Proto je ústředním cílem této studie zmapovat a popsat typické vzorce užívání IQOS a jejich vývoj ve stanoveném období u vybraných uživatelů tabáku v České republice. Dílčími cíli je popsat charakter užívání IQOS, specifika uživatelů zahřívaného tabáku k parafernáliím IQOS a nalézt co bylo hlavní motivací uživatelů IQOS ke změně od užívání jiných forem tabáku k zahřívanému tabáku.

### **2.2 Výzkumné otázky**

Na základě stanovených cílů bylo stanoveno pět výzkumných otázek:

- 1) Jaké jsou vzorce užívání IQOS u sledovaného vzorku uživatelů zahřívaného tabáku?
- 2) Objevila se u respondentů ve stanoveném období změna v užívání IQOS? Pokud ano, jaká?
- 3) Jaký je charakter (frekvence, množství tabákových náplní za den, barva IQOS, typ tabákových náplní) užívání IQOS?
- 4) Jaká jsou specifika uživatelů zahřívaného tabáku ve vztahu k parafernáliím IQOS?
- 5) Co uživatele IQOS motivovalo k přechodu od jiných forem tabáku k užívání zahřívaného tabáku?

### **2.3 Výzkumný soubor**

#### **2.3.1 Základní soubor**

Základní soubor tvoří současní kuřáci tabákových výrobků v České republice. Šetření za rok 2017 (Váňová, Skývová & Malý, 2018), které bylo provedeno v populaci osob České republiky ve věku 15-65 let a více poukázalo na prevalenci kuřáctví 25,2 %, s tím, že denní kuřáci představovali více než dvě třetiny současných kuřáků. Z hlediska užívání elektronických zařízení určených k inhalování Státní zdravotní ústav (2018) monitoruje

od roku 2013 prevalenci užívání elektronických cigaret, která v roce 2017 dosáhla 5,2 % denních a příležitostných uživatelů, z nichž 56,3 % uživatelů elektronických cigaret současně užívá i klasické cigarety. Národní data o užívání zahříváného tabáku nejsou v České republice dostupná.

### 2.3.2 Výběrový soubor

Výzkumný soubor jsme vybrali metodou záměrného (účelového) výběru a následně metodou sněhové koule (Miovský, 2006). Studii jsme provedli v dospělé populaci (18+) u občanů s českou příslušností. Jednalo se o výlučné uživatele IQOS, to znamená, že v době první vlny sběru kvalitativních dat nebyli každodenními uživateli jiných tabákových výrobků, či elektronické cigarety. Další podmínkou byla perioda soustavného užívání IQOS po dobu minimálně třech týdnů, a to proto, aby si respondenti stihli adaptovat vzorce chování, které jsme touto prací zkoumali. Posledním kritériem bylo, aby osoby, které do studie vstupovaly, byly do tohoto výzkumu motivovány.

Co se týče počtu účastníků, nebyl počet předem určen, odvíjel se od saturace dat. Saturace jsme dosáhli ve chvíli, kdy se začali stejné vzorce užívání IQOS opakovat u více participantů. V tomto případě se jednalo o 10 účastníků studie, z toho 6 žen a 4 muži. Věkový průměr vzorku činil 39 let, nejstarší respondent měl 66 let (žena) a nejmladší 24 let (muž).

*Tabulka 1 – Participanti studie dle pohlaví a věku*

<b>Kód respondenta</b>	<b>Pohlaví</b>	<b>Věk</b>
R1	žena	25
R2	žena	27
R3	žena	66
R4	muž	27
R5	muž	27
R6	žena	25
R7	žena	46
R8	žena	63
R9	muž	24
R10	muž	60

Všichni participanti byli českého původu a v současné době pobývají v České republice, kde jsou zaměstnáni nebo studují. Vzhledem k možnosti interview (formou osobního setkání či přes Skype), byli účastníci studie z různých míst, polovina z nich byla z větších měst. Nikdo z dotazovaných neměl pouze základní vzdělání, největší část respondentů měla střední školu s maturitou.

*Tabulka 2 – Respondenti výzkumu podle nejvyššího dosažené vzdělání a velikosti místa trvalého bydliště*

<b>Kód respondenta</b>	<b>Nejvyšší dosažené vzdělání</b>	<b>Počet obyvatel místa bydliště</b>
R1	Střední s maturitou	Více než 100 001
R2	Vyšší odborné	Více než 100 001
R3	Vysokoškolské	Více než 100 001
R4	Střední s maturitou	50 001 - 100 000
R5	Vysokoškolské	Více než 100 001
R6	Vysokoškolské	Více než 100 001
R7	Střední s maturitou	10 000 - 50 000
R8	Střední s maturitou	10 000 - 50 000
R9	Střední s maturitou	50 001 - 100 000
R10	Střední bez maturity	50 001 - 100 000

Průměrný věk od kolika let respondenti užívají jakékoliv tabákové výrobky, byl neobvykle vysoký 18,9 let. Přitom víme, že závislost na tabáku u velké části kuřáků vzniká již před osmnáctým rokem života. Proto je překvapivé, že v našem výzkumném souboru pouze polovina osob udala užívání tabákových výrobků před osmnáctým rokem. Co se týká počtu odvykacích pokusů, tři z našich respondentů se ještě nikdy nepokoušeli s kouřením tabáku přestat. Nejvyšší počet odvykacích pokusů byl deset.



*Tabulka 3 – Účastníci studie podle počtu let, od kolika užívají tabákové výrobky a kolik za sebou mají odvykacích pokusů*

<b>Kód respondenta</b>	<b>Od kolika let užívají tabákové výrobky</b>	<b>Počet odvykacích pokusů</b>
R1	17	0
R2	14	0
R3	30	2
R4	20	10
R5	21	6
R6	14	2
R7	17	0
R8	20	5
R9	15	7
R10	21	5

## **2.4 Metody tvorby dat**

Data pro potřeby této případové studie sociální skupiny byla získávána pomocí souboru nástrojů, které se skládají z informovaného souhlasu, informace pro účastníka výzkumu, krátkého dotazníku na sociodemografické údaje a základní kuřáckou anamnézu, tento dotazník byli respondenti povinni vyplnit před zahájením samotného rozhovoru. Dalšími nástroji bylo semistrukturované interview, ve kterém se výzkumník dotazoval respondenta na charakteristiky užívání IQOS, vzorce užívání a parafernália. Všechny dokumenty, které jsme k získávání dat použili, jsou zařazeny na konci práce, jako přílohy. Rozhovor proběhl v kombinaci se zúčastněným pozorováním, které bylo zaznamenáváno pomocí terénních poznámek do výzkumného deníku (Hendl, 2016). Při pozorování si výzkumník všiml především reakcí respondenta na jednotlivé otázky (tj. zejména nonverbálních projevů komunikace).

Prvním krokem před zahájením samotného výzkumu bylo pilotní interview, které se uskutečnilo podle pracovní verze osnovy rozhovoru. Tato osnova sloužila tazateli ke kontrole, aby nebyla opomenuta témata, která jsou pro potřeby této studie důležitá. Dle pilotního interview byla osnova rozhovoru upravena. Osoby, které splňovali daná kritéria (dospělý, občan České republiky, výlučný uživatel IQOS po dobu minimálně 3 týdnů), byly osločovány prostřednictvím sociálních médií, na doporučení jinou osobou či přes participanty, se kterými již byly rozhovory uskutečněny.

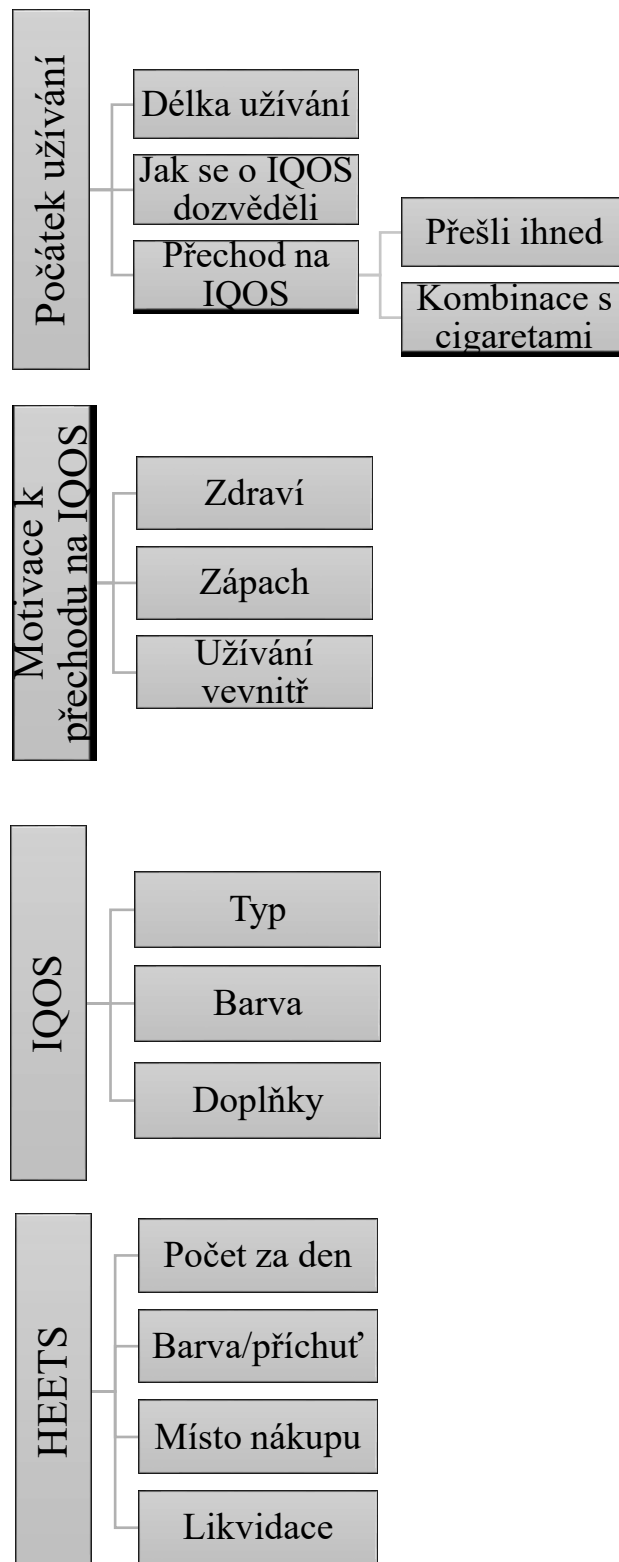
Polostrukturované rozhovory, které byly zvoleny k tvorbě dat, jsou podle Miovského (2006) pro získávání kvalitativních dat nejvýhodnější. Rozhovory se uskutečnily dvěma možnými způsoby, buď prostřednictvím Skype či formou osobních setkání na neutrálním místě. Jak pro výzkumníka, tak pro účastníka studie a byly nahrány pomocí audiozáznamu na diktafon.

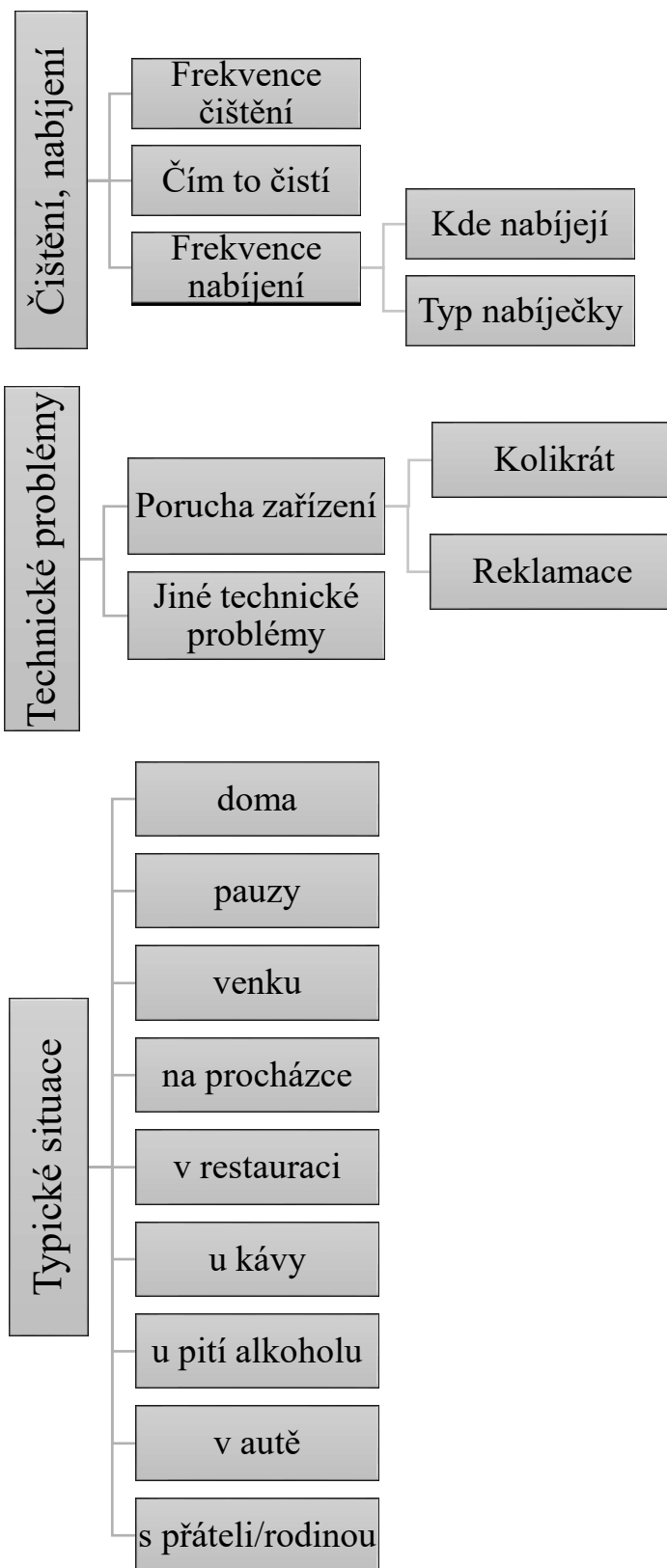
Výzkum byl rozdělen do dvou částí, v první vlně výzkumu dostal participant písemně informovaný souhlas, který po schválení účastníkem podepsal výzkumník, informaci pro účastníka, dotazník na sociodemografické údaje, základní kuřáckou anamnézu a posledním krokem první vlny bylo uskutečnění samotného interview. Druhá vlna výzkumu probíhala s odstupem dvou měsíců od prvního interview. Tato vlna studie byla provedena prostřednictvím krátkého online dotazníku, vytvořeného v Google Forms (vycházejícího ze struktury interview). Dotazník byl zaslán účastníkům na e-mail, který uvedli do informovaného souhlasu. Tento dotazník byl zaměřen na samotné vzorce užívání IQOS, zda se tyto vzorce užívání IQOS v uplynulém čase změnily, či se změnil charakter užívání, popřípadě zda respondent tento zahříváný tabák přestal užívat.

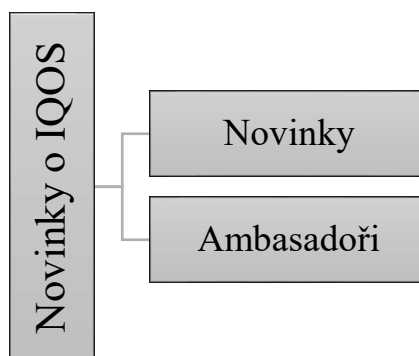
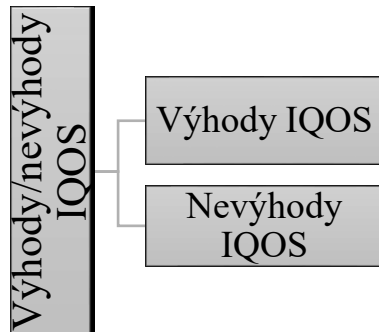
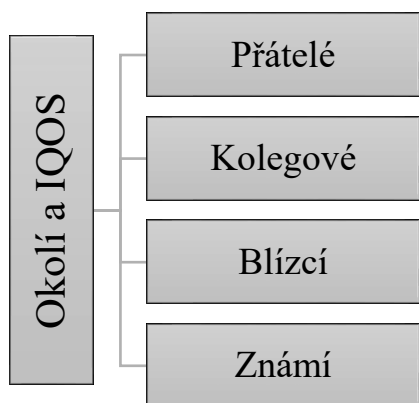
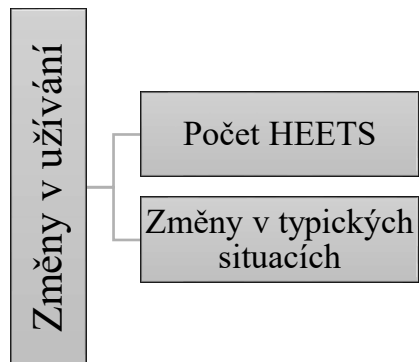
## **2.5 Metody zpracování a analýzy dat**

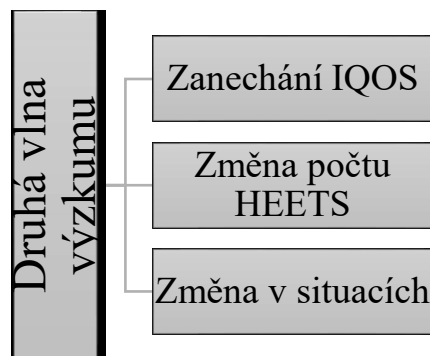
Data z rozhovorů byla fixována pomocí audiozáznamu na diktafon. Získané rozhovory byly přepsány pomocí doslovné transkripce (Hendl, 2016) do textového editoru Microsoft Office Word. Poté byla kvůli potřebám této práce a lepší přehlednosti provedena redukce prvního řádu. A na závěr zpracování proběhlo kódování dat do segmentů, kterým byly přiřazeny názvy (Miovský, 2006). Tyto názvy vyplynuly z rozhovorů již při přepisu, ale v rámci potřeb práce se v průběhu zpracování dat měnily a vznikaly tak podskupiny. Pro lepší představivost zde přikládáme diagram s názvy segmentů a podskupinami, které vznikly.

Diagram 1 – Segmenty a podskupiny témat vzniklých z interview s respondenty









Druhá vlna výzkumu byla vyhodnocena prostřednictvím vygenerování dat skrze webové prostředí aplikace Google Forms a analyzována s pomocí popisných statistických metod.

Aby byl výzkum validní, je podle Strausse & Corbinové (1999), důležité mít dovednost odstupů, kriticky analyzovat situaci a díky tomu rozeznat a vyhnout se zkreslení studie. Proto byl celý proces zpracování a analýzy dat triangulován (Hendl, 2016). Použita byla triangulace metod (Čermák & Štěpaníková, 1998) za pomoci dvou nástrojů – semistrukturované interview a online dotazník s odstupem času. Dále byla použita triangulace analyzantů (Čermák & Štěpaníková, 1998) společně s vedoucím závěrečné práce.

K analýze dat byla použita metoda dle Miovského (2006) zachycení vzorců („gestaltů“). To znamená, že ve zpracovaných segmentech jsme analyzovali a zachycovali opakující se vzorce užívání IQOS a jejich specifika. Tyto vzorce jsou očekávaným výstupem studie a jsou prezentovány ve výsledcích.

## 2.6 Etické aspekty výzkumu

Účastníci této výzkumné činnosti byli obeznámeni s účelem sběru informací pomocí představení studie výzkumníkem a písemného informovaného souhlasu, který dostali před samotným zahájením studie. Jakmile s podmínkami studie a s účastí v ní souhlasili, tazatel vyplnil místo konání interview, datum a informovaný souhlas podepsal (skrze zohlednění kritérií GDPR). Respondenti byli povinni vyplnit email, na který jim byl zaslán online dotazník ve druhé vlně studie. Tento email sloužil pouze k zaslání online dotazníku a po skončení studie byly informované souhlasy, obsahující emaily participantů uloženy na Klinice adiktologie. V informovaném souhlasu byly uvedeny

všechny důležité informace pro účastníka, jako například k čemu budou získaná data sloužit, jak budou sesbírané informace chráněny a na koho se obrátit v případě stížnosti. Dále byli respondenti informováni, že účast ve výzkumu je dobrovolná a mohou ji kdykoliv ukončit bez udání důvodu (Hendl, 2016). Informovaný souhlas se nachází v přílohách, společně s ostatními dokumenty, které byli k výzkumu používány.

Dle Miovskeho (2006) byli chráněni nejen účastníci výzkumu, před újmou či poškozením, ale také výzkumník. Který si mohl zvolit vhodné místo pro realizaci rozhovoru a předem stanovil hranice, nejen v kontaktu s účastníky, ale také ve výzkumném vztahu.

### 3. VÝSLEDKY

Výsledky této kvalitativní studie jsou prezentovány ve struktuře, která jsou identická se segmenty. Pro zodpovězení všech výzkumných otázek vznikly v rámci kompletnosti výsledků další kapitoly, které zde popisujeme.

#### 3.1 Počátek užívání

##### Jak dlouho IQOS užívají

Všichni respondenti se v době konání rozhovoru označovali za výlučné (tj. každodenní uživatele IQOS) s tím, že zahřívání tabák užívají déle než tři týdny. Nejkratší doba užívání IQOS byla pět týdnů, zatímco nejdelší doba byla rok a tři měsíce. Dále jeden z účastníků udal dobu užívání IQOS pět měsíců, další uvedl půl roku, čtyři z respondentů se nacházeli v rozmezí sedm až devět měsíců a dva respondenti užívali IQOS přesně jeden rok. Průměrná doba výlučného užívání IQOS u účastníků výzkumu činí přibližně osm měsíců.

##### Kde se o IQOS poprvé dozvěděli

Nejčastěji se o IQOS respondenti dozvěděli od někoho v okolí, ať už od kamaráda/kamarádky, od známé či známého anebo od spolupracovníků v zaměstnání. *„Prvně jsem se o tom dozvěděla, když jsem byla s kamarádem v hospodě. Samozřejmě už byla zima, fungoval zákaz kouření a nějaký jeho známý mi to tam nabízel s tím, že jsem to párkrát zkusila a řekla jsem si, že to není nic pro mě. Prostě cigáro je cigáro a potom na Novej rok jsme byly s mamkou na nějaký pobyt na víkend a tam jsme byly hodně zavřený vevnitř, byl tam různý program a vevnitř ten IQOS právě povolenej byl. A potkaly jsme tam partu lidí, kteří všichni ten IQOS kouřili a my s mamčou jsme to právě jako zkusily a už nám to zachutnalo.“* (R2) Tři z účastníků se poprvé o IQOS dozvěděli prostřednictvím internetu, na benzínce či v trafice a dva respondenti dostali IQOS darem od rodiny. Z jejich rodiny již někdo IQOS užíval a díky vlastní zkušenosti se rozhodli zařízení IQOS pořídit i svým blízkým.

##### Přechod na IQOS

Všech deset účastníků studie před přechodem na IQOS kouřilo klasické zápalné cigarety. Přibližně polovina z nich využila možnosti vzít si zařízení IQOS na týdenní zkušební dobu za dvě stě korun českých, po tomto týdnu se sami rozhodli, zda si zařízení koupí či



nikoliv. Jeden z respondentů zařízení po tomto zkušebním týdnu vrátil, ale po čtvrt roce si zařízení zakoupil díky tomu, že jeho přítelkyni začala IQOS užívat a když to od ní vyzkoušel, zachutnalo mu to. Přitom zařízení, které si půjčoval od IQOS partnera na týden, tak mu tolik nechutnalo. Je možné, že se jednalo o vadné zařízení IQOS, nebo o špatnou techniku užívání, ať už nasazení tabákové náplně do IQOS holderu nebo frekvence potahování či jiné.

Ihned na IQOS přešlo šest z deseti respondentů. Dokonce to nekombinovali, na začátku užívání, s běžnými cigaretami. Zatímco čtyři účastníci přecházeli postupně, tudíž zpočátku kouřili i běžné cigarety a do toho užívali občasně IQOS. *„Motala jsem si cigarety a kombinovala jsem to s tím IQOSEM, že jsem třeba měla za ty čtyři měsíce tři dny, kdy jsem kouřila jenom IQOS, ale většinou jsem kouřila tabák a třeba jednou za dva dny jednu IQOSKU. Nosila jsem to v baťohe a spíš když jsem si vzpomněla nebo když jsem šla někam do kavárny a tam se nesmělo kouřit, tak to jsem potom vytáhla ten IQOS, ale primární pro mě byl tabák.“* (R6) Tato respondentka kombinovala zahřívání tabák s cigaretami čtyři měsíce, další respondentka využívala IQOS přibližně deset měsíců pouze do restaurací, jinak kouřila klasické cigarety a dva účastníci kombinovali IQOS s cigaretami přibližně první týden. Při první vlně studie, všichni respondenti primárně užívali IQOS.

### **3.2 Motivace k přechodu na IQOS**

Jako nejčastější motivace respondentů k přechodu z běžných cigaret na IQOS byla zdravotní stránka, tedy předpoklad toho, že zahřívání tabák méně zatěžuje organismus. Druhým nejčastějším důvodem byl zápach, účastníci udávali, že pro ně bylo velmi důležité, že IQOS nezapáchá a nevytváří kouř, kterým by mohli načichnout nejen oni samotní, ale i okolí (oblečení, byt, auto a další). *„Největší motivace pro mě asi byla, že nebudu smrdět. Že to eliminuje zápach z cigaret a nic od toho nesmrdí, oblečení, byt a tak dále“* (R8) Dále pro ně bylo rozhodující, že se IQOS smí užívat vevnitř, nejen v restauracích, které se nazývají „IQOS Friendly“ a tedy užívání IQOS uvnitř povolují, ale také že IQOS mohou užívat doma. V současné době je v České republice přibližně 2 288 restauračních zařízení, které se označují, jako IQOS Friendly. Poznáme je díky nálepce IQOS na dveřích provozovny.

Jako další motivaci respondenti uváděli, že chtěli vyzkoušet něco nového, co je velmi podobné klasickým cigaretám, jako alternativa kouření. Dále, že z toho není žádný nepořádek, například popel a nejsou tam látky ze spalování. Jedna účastnice uvedla, že motivaci k přechodu na IQOS neměla, vlastně do užívání tak nějak samovolně vplula, nejspíše skrze přítele, který s IQOS začal již dříve a ona se přidala, přesto, že původně IQOS nechtěla. Dokonce jeden z respondentů uvedl, že pro něj byla motivací manipulace s IQOS, která je podle něj jednodušší „*Manipulace je snadnější, nepotřebuji zapalovač, mám k tomu jenom nabíječku a náhubek.*“ (R4)

### 3.3 IQOS

#### Typ

Vzhledem k počátku výzkumu v době, kdy na českém trhu byl pouze typ IQOS 2.4 Plus měla převážná většina účastníků výzkumu tento typ, pouze dva respondenti měli jiný typ. Jeden z nich měl IQOS 2.4 Plus Motor Edition a jedna účastnice si ke svému IQOS 2.4 Plus pořídila i IQOS 3 a to nejen kvůli novému designu, ale také kvůli potřebě dát si dvě tabákové náplně ihned po sobě, což jedno zařízení IQOS neumožňuje kvůli nabíjení holderu. Zároveň dle názoru účastnice není od věci mít dvě zařízení, kdyby se jedno z nich porouchalo.

#### Barva zařízení IQOS

V době, kdy studie začala, byla v Česku dostupná tři barevná provedení IQOS, a to tmavě modrá (Navy), bílá (White) a limitovaná edice vínová (Ruby). Poté přibyla limitovaná edice Motor Edition, která je černá a skrze rozšíření trhu o IQOS 3 a IQOS 3 MULTI přibýly barvy: zlatá (Brilliant Gold), černá (Velvet Grey), modrá (Stellar blue) a bílá (Warm White). Pět účastníků studie mělo barvu zařízení bílou (White), k této bílé měla jedna účastnice ještě zlatou (Brilliant Gold), protože měla dvě zařízení. Dále měli tři respondenti tmavě modrou (Navy), která má matný vzhled. „*Já jsem si vybrala tu tmavě modrou, protože jsem si ze začátku myslela, že je praktičtější, takže kvůli tomu jsem šla do tmavý, ale postupem času jsem zjistila, že ne. Ale bohužel už to nejde vyměnit. Jak je matná, tak se na ni fakt každý otisk prstu přilepí a je to tam strašně vidět.*“ (R2) Dále jeden účastník měl vínovou limitovanou edici (Ruby) a jeden měl černou limitovanou edici (Motor Edition). Bílou barvu zařízení měly pouze ženy, ale tmavě modrou měly jak ženy, tak i muži.

## Doplňky

Jako nejčastější doplněk účastníci uváděli vrchní kryt na nahřívač (tzv. holder). Vrchní kryty se dají měnit a v současnosti jsou dostupné ve dvaceti čtyřech barevných provedeních. Z účastníků výzkumu si nikdo z mužů nepořídil žádný vrchní kryt, za to všechny ženy, kromě dvou účastnic, měly barevné vrchní kryty. Dvě z účastnic měly oranžový vrchní kryt, jedna účastnice měla dva vrchní kryty, a to růžový a zlatý a jedna měla dokonce čtyři vrchní kryty: růžový, modrý, zlatý a žlutý. Co se týče obalu na zařízení, měly ho dvě respondentky, jedna měla oranžový obal a druhá růžový a modrý s tím, že měla i růžové pouzdro, do kterého se vejde nejen zařízení, ale i krabička HEETS. Tato účastnice výzkumu měla jako jediná i gravírování „*Mám na tom i to gravírování, to mi udělali zadarmo v IQOS storu. Mám tam napsané anglicky anděl s d'ablem v těle a iniciály.*“ (R7) Co se týče speciální hliníkové dózy s keramickým potahem, mezi uživateli IQOS známá jako heetelník od slova popelník, která je určena na spotřebované tabákové náplně, měli ho pouze tři respondenti. „*Třeba ten popelník, ten jsem si koupila, ten úplně miluju. Je to taková vášeň pro mě.*“ (R8) Polovině účastníků připadal tento designový popelník zbytečný a dvě respondentky udávaly, že by si ho koupily, kdyby byl v akci, protože jim přijde příliš drahý, ale na druhou stranu podle nich pěkně vypadá.

## 3.4 HEETS

### Počet HEETS za den

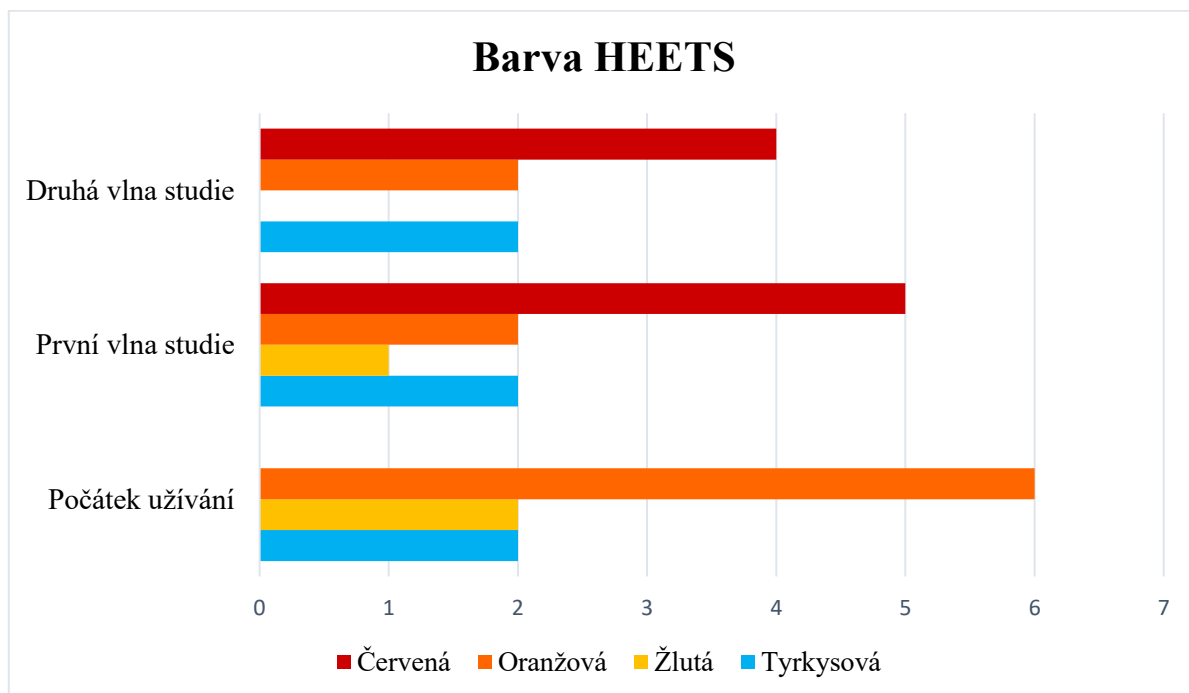
Počet užitých tabákových náplní za den byl velmi individuální a mnohdy se v počtu nacházela specifika, která tento počet ovlivnila. Například zvyšující se spotřeba HEETS u pití alkoholu, ale tato specifika jsou podrobně rozebrána v kapitole 3.7 Typické situace. Tady je tedy uveden průměrný počet spotřebovaných HEETS při běžném dni. Podle počtu spotřebovaných tabákových náplní za den, byli respondenti rozděleni do čtyř skupin. Do první skupiny, kde se počet HEETS za den pohyboval v rozmezí 5 – 9 tabákových náplní za den, spadali tři účastníci studie. Do další skupiny spadali také tři účastníci, kteří uvedli, že za den spotřebují 10 – 15 HEETS a pouze jeden respondent v průměru spotřebuje 16 – 20 tabákových náplní. Poslední, tedy čtvrtá skupina, kde se nacházejí zbývající tři respondenti výzkumu, mají průměrnou denní spotřebu 20 tabákových náplní, což znamená jedna krabička HEETS. Nikdo z dotazovaných neuvedl počet vyšší než 20 HEETS a nikdo neužíval v době sběru dat méně než 5 tabákových náplní za den.

## Barva/příchuť tabákových náplní

Na českém trhu se v současnosti nacházejí čtyři barvy HEETS, a to červená (Sienna Label), oranžová (Amber Label), žlutá (Yellow Label) a tyrkysová (Turquoise Label). Co se týká příchutě, tak podle respondentů studie, jsou v chuti nejvíce podobné klasickým cigaretám červené HEETS (Sienna Label) „*Jsou nejvýraznější chuťově, nejvíc mi připomínaly cigarety a ta chuť je mi příjemná.*“ (R4) Polovina účastníků výzkumu, tedy pět osob z deseti, užívá červené HEETS, které na český trh přišly o chvíli později než ostatní tři příchutě. Díky tomu tito respondenti začínali na oranžových HEETS (Amber Label), které podle respondentů jsou sice podobné v chuti cigaretám, ale mají lehký nádech oříškové příchuti. V první vlně výzkumu tyto oranžové HEETS užívali dva účastníci výzkumu, kterým podle informací vyhovují nejvíce. Co se týče žluté barvy HEETS užíval je pouze jeden respondent. Tyto tabákové náplně se udávají, jako nejslabší ze všech, proto velká většina respondentů uváděla, že jim nevyhovují a mnohdy jim vadila i příchuť citrusů, kterou žluté tabákové náplně mají. Poslední dvě účastnice užívaly v době interview primárně tyrkysové HEETS (Turquoise Label), které jsou mentolové, ale obě to kombinují ještě s jinými barvami HEETS. Jedna z nich je kombinuje pouze s oranžovými náplněmi, ve chvíli, kdy tyrkysové nejsou v trafice k dostání a druhá je kombinuje nejen s oranžovými HEETS, ale také s tabákovými náplněmi, které nejsou na českém trhu dostupné, a to s fialovými (Purple Label), které jsou borůvkové a se zelenými (Green Zing), které mají, podle informací od respondentky, limetkovou příchuť. Co se týče vyzkoušení všech příchutí, které jsou na českém trhu, ochutnalo je osm z deseti respondentů, ale zahraniční příchutě ochutnali pouze tři z deseti respondentů. Uvedli tyto zahraniční HEETS: fialové (Purple Label), zelené (Green Zing), tmavě modré (Blue Label) a červené (Red Label).

Pro lepší přehlednost přikládáme graf (č. 5), který znázorňuje, se kterou barvou HEETS participanti začínali v počátku jejich užívání IQOS, jakou měli v době interview, tedy při první vlně studie a jakou uvedli následně ve druhé vlně výzkumu. Do grafu jsme započítávali u každého pouze jednu barvu tabákových náplní, i když někteří uváděli více příchutí, které užívají, ale vždy uvedli jednu, pro ně nejtypičtější. Počátek užívání i první vlna studie zahrnuje všech deset respondentů, ale druhá vlna pouze osm, vzhledem k zanechání užívání IQOS u dvou participantů. Zároveň jsme do grafu nezařadili zahraniční HEETS, které někteří z uživatelů pouze vyzkoušeli, nebo občasně užívají, ale oficiálně nejsou dostupné na českém trhu.

Graf 5 – Srovnání preferované barvy HEETS v počátku užívání, první a druhé vlně sběru dat



### Kde HEETS nakupují

Nejčastěji tabákové náplně kupují respondenti v trafikách. Poté často uváděli, že nakupují HEETS na benzínkách, méně často na e-shopu IQOS či v IQOS Store. Občas respondenti zmiňovali, že je kupují ve vietnamských večerkách či si nechávají vozit HEETS ze zahraničí. Uváděli, že zahraniční tabákové náplně mají z Koreji, Ukrajiny, Ruska a z Polska. „*Já si to vozím z ciziny, protože přítel jezdí hodně často po světě a tam za prvý mají i ty příchutě, což mi vyhovuje, protože tady nejsou a za druhý je to levnější. Takže poslední dobou kouřím ty náplně, co mi doveze z Ruska nebo z Koreji, ale jinak normálně si kupuju v trafice.*“ (R6) Ojedinele se objevil i název nějakého konkrétního obchodu, ve kterém si HEETS kupují, například Makro.

### Kam spotřebované tabákové náplně vyhazují

Všichni respondenti uvedli, že v situaci, pokud mají jednu půlku krabičky od HEETS prázdnou, vracejí spotřebované náplně do krabičky zpět, ale obráceně a po spotřebování celé krabičky ji vyhodí do odpadků. Dále je vyhazují do popelníku či Heetelníku, do koše, do kanálu, někdy je jen někam odloží a až poté vyhodí do koše a jedna respondentka uvedla, že nosí v tašce uzavíratelný pytlíček, do kterého si spotřebované tabákové náplně dává a poté je vyhodí do koše. Různil se názor v tom, že někteří účastníci vyhazují

spotřebovanou náplň ihned do odpadků a někdo z toho má obavy. „*No taky se člověk bojí to hodit rovnou přímo do koše, když je to nahřátý, tak to házím do popelníku.*“ (R1)

### **3.5 Čištění, nabíjení**

#### **Jak často zařízení IQOS čistí**

Všichni respondenti věděli, že by se správně mělo zařízení IQOS čistit po každých dvaceti tabákových náplních, což je jedna krabička HEETS, ale pouze dvě účastnice tuto frekvenci čištění dodržovaly. Nejvíce respondentů čistilo IQOS po každých 2 – 3 krabičkách, celkově takto IQOS čistili čtyři respondenti. Dva respondenti IQOS čistili po 3 – 4 krabičkách a poslední dva respondenti dokonce po 4 – 5 krabičkách HEETS. Většinou potřebu vyčistit zařízení respondenti poznají při užívání IQOS díky tomu, že přestane správně táhnout, nebo jakmile jim nejde holder nabíjet, protože nejde zavřít do nabíječky, když je moc znečištěn.

#### **Čím IQOS čistí**

Výrobce k IQOS přikládá i IQOS čistící příslušenství, které obsahuje čistící sadu, ve které je větší a menší kartáček a černá plastová čistící tyčinka. Tato čistící sada slouží k mechanickému odstranění nečistot a zbytku tabáku. Pro vyčištění okolí nahřívacího hrotu slouží čistící tyčinky, které jsou napuštěny lihem. Všichni respondenti k IQOS toto čistící příslušenství dostali, ale pouze polovina z nich k čištění používá výhradně toto příslušenství. Někteří používají i klasické vatové tyčinky s lihem z lékárny, dokonce jedna respondentka používá k čištění kyselinu citrónovou, o které se dočetla, že čistí lépe. Co se týče čištění od mechanických nečistot, kromě dvou osob, všichni používají čistící sadu přiloženou k IQOS. Jedna účastnice k tomuto čištění používá špičaté párátko a jeden respondent, který IQOS čistí pouze od mechanických nečistot, používá mikro šroubovák a špejli. „*Přišlo mi, že když to vyčistím tou lihovou částí, úplně do čista, že to je jak nové, takže mi to nechutná potom. Nevím, zda tam byly nějaké zbytky toho lihu nebo něco, ale prostě mi to nechutnalo, takže od té doby, co jsem zjistil, že když to vyčistím jenom mechanicky, tak mi to chutná i po tom vyčištění, tak jsem přešel jenom na to mechanické čištění.*“ (R5)

#### **Jak často IQOS Charger nabíjí, kde ho nabíjí a jakou nabíječkou**

Vzhledem k tomu, že IQOS Charger respondentům vydrží nabitý na přibližně 20 – 25 tabákových náplní, nabíjejí ho podle počtu spotřebovaných HEETS. Každý den nabíjejí

IQOS Charger tři účastníci výzkumu, všichni tři IQOS nabíjejí doma, přes noc. Poté čtyři respondenti svůj IQOS nabíjejí jedenkrát za 1 – 2 dny, polovina z nich nabíjí pouze doma, a druhá polovina doma i v práci. Poté jedna účastnice nabíjí jednou za 3 – 4 dny, doma a jeden respondent nabíjí za 5 – 6 dní, doma přes noc. Velmi individuální bylo, jakou používají na nabíjení zařízení IQOS nabíječku. Někteří účastníci ho nabíjejí jakoukoliv nabíječkou, kterou mají zrovna po ruce, ale někteří si zakládají na tom, aby nabíjeli pouze originální nabíječkou IQOS. „*Je fajn, že to můžu nabíjet i normální nabíječkou na telefon. Což by se jako nemělo, protože ta nabíječka má jiný ampéry, ale když je nejhůř, tak to v práci píchnu normálně na nabíječku na telefon a nabiju aspoň ten základ, abych dojela domů, protože jsem zvyklá po cestě kouřit.*“ (R1)

### **3.6 Technické problémy**

#### **Porouchalo se jim IQOS zařízení, pokud ano, jakým způsobem, kolikrát a jak probíhala reklamace**

Co se týče technické poruchy, tak sedm z deseti respondentů, alespoň jednu poruchu s IQOS zařízením mělo. Nejvyšší počet reklamací u jednoho člověka byly čtyři. Nejčastěji se jednalo o zlomení topného hrotu uživatelem IQOS, buď při čištění nebo při nasouvání tabákové náplně do holderu, jako druhou velmi častou poruchu, respondenti udávali problém s nabíjením, kdy nabíječka buď zařízení nenabíjela vůbec, nebo jen velmi pomalu. Poté se ve třech případech respondentům stalo, že topný hrot tabákovou náplň nahříval příliš moc, až to uživatelům IQOS popálilo pusy a v jednom případě se objevil technický problém přímo s holderem „*Měnila jsem to proto, že mi začal ten holder vibrovat sám od sebe a svítit, nefungovalo to, tak jak mělo.*“ (R7) Co se týče reklamace, nikdo z respondentů neměl problém, že by mu zařízení nechtěli vyreklamovat, naopak vždy bez otázek jejich zařízení vyměnili za nové, ať už v IQOS Storu či v trafice. Jen jednomu účastníkovi nemohli vyreklamovat zařízení okamžitě, protože se jednalo o limitovanou edici, kterou u sebe neměli, proto museli IQOS zařízení poslat poštou a trvalo přibližně týden, než uživateli dorazilo nové zařízení.

#### **Jiné technické problémy, které nereklamovali**

Co se týče jiných technických problémů, které účastníci nereklamovali, objevili se u třech respondentů. Vždy se jednalo o špatnou funkčnost zařízení v nízkých, či naopak vysokých teplotách. Jakmile je zařízení IQOS v moc chladném prostředí, holder se jim

zaseknul a přestal fungovat, přesto, že ho měli plně nabitý. V takovém případě jim nestačilo zařízení restartovat, ale bylo potřeba holder zahřát „*Bud' to podržím v ruce a ještě na to dýchám, aby se to rychleji prohřálo, anebo to nechám prostě chvíli vevnitř v místnosti, kde je teplo, ono se to pak prohřeje a začne to fungovat, třeba za 15 minut.*“ (R5) A když je zařízení IQOS naopak v moc teplém prostředí, tak se jim holder přestane nabíjet „*Nestačí to pouze schladit, ono se to přehřeje a přestane to nabíjet, takže se to musí vyndat a zandat a ono to znova začne nabíjet, a pak to třeba na dvakrát na třikrát už nabije.*“ (R4)

### 3.7 Typické situace

Pro potřeby této závěrečné diplomové práce je tato kapitola o typických situacích, ve kterých respondenti užívají IQOS, rozdělena do devíti podskupin, které se v rozhovorech objevovaly nejčastěji.

#### **Doma**

Ze všech deseti respondentů udalo devět z nich, že IQOS užívají doma. Nejčastěji to mají spojené s pohodou, třeba když se dívají na televizi nebo pijí kávu. „*Sednu si k telce, protože kouřím vevnitř, mám to položený na stole a kdykoliv si vzpomenu, tak si můžu dát. Cca za celý den si jich dám šest a pak jenom během dvou hodin u televize třeba čtyři.*“ (R6) Jeden účastník to měl spojené s prací na internetu a jedna respondentka si IQOS doma dá, ale pouze s dcerou.

#### **Pauzy (v práci, ve škole)**

Převážná většina respondentů uvedla, že když jsou v práci či ve škole, chodívají o pauzách dát si IQOS ven s ostatními kuřáky klasických cigaret. Ve dvou případech zaměstnavatel umožňuje uživatelům IQOS zůstat ve vnitřních prostorách „*Chodím na pauzy kouřit ven, když jdu s kuřákem klasických cigaret, ale nemusím, můžeme IQOS kouřit i vevnitř v místnosti u toalety. V létě se chodí víc ven a v zimě zůstávám víc uvnitř.*“ (R7) Dále dva respondenti chodívají v práci na kuřárnu, kde mohou kouřit nejen uživatelé IQOS, ale i kuřáci cigaret. Pouze jeden respondent uvedl, že v práci nekouří vůbec. Je tedy zřejmé, že většina respondentů má užívání IQOS spojené s pauzami, ať už v práci či ve škole. Mnohdy si pauzu udělají, aby si dali IQOS, když jsou rozčilení nebo ve stresu. Ať už se jedná o nějaké vypětí ze špatné zprávy či očekávání náročné situace, jako zkoušky ve škole.



## Venku

Kromě jedné respondentky, pro kterou je užívání IQOS venku nepřípustné, všichni ostatní IQOS venku užívají. Často se jednalo o situaci, když někam jdou, například do práce či do školy, k autu, na oběd apod. Poté se objevovala situace, kdy čekají na MHD, ať už na autobus, tramvaj či jiné dopravní prostředky. A poslední situace, kterou uvedli skoro všichni účastníci studie, bylo užívání IQOS před restaurací či hospodou, pokud není užívání IQOS uvnitř povoleno, nebo je venku teplo a hezky, tak raději jdou ven.

## Na procházce

Nejvíce užívání IQOS na procházce mají spjaté respondenti, kteří chodívají venčit psy. Ti udávají, že jim neodmyslitelně k procházce se psem patří i užívání IQOS „*Když jdu na procházku se psem, to si dám tak dvě tabákové náplně, podle toho, na jak dlouhou jdeme procházku.*“ (R4) Jednalo se o tři účastníky výzkumu. Někteří respondenti naopak uváděli, že na procházce IQOS neužívají, například když jsou někde na horách. Mají IQOS spojené s pohodou, tudíž počkají, až si někde sednou a v klidu si budou moci IQOS dát.

## V restauraci

Pouze dva respondenti ze všech uvedli, že v restauračních zařízeních či hospodách, kde je užívání IQOS povoleno, přesto IQOS neužívají. „*Vím, že se to může užívat i v restauracích, ale toho nevyužívám, je mi to blbě vůči ostatním.*“ (R8) Zbylých osm účastníků výzkumu uvedlo, že pokud se jedná o restauraci či hospodu IQOS Friendly, rádi si tam IQOS dají „*Vždycky se zeptám, zda mi IQOS dovolej nebo ne, ve většině hospod to dovolujou, takže tam chodím moc ráda, protože se vysmívám všem kamarádům kuřákům, kteří musí ven do té zimy. Ale nedělá mi problém jít do hospody, kde IQOS není dovolenaj, tak ze mě zas na chvílku bude normální kuřák, který bude chodit kouřit ven.*“ (R2) Dokonce dva z nich uvedli, že restaurace, kde je IQOS povoleno aktivně vyhledávají „*V té restauraci to mám spojené s kouřením, patří mi to k tomu. Radši bych nechodila si do té restaurace sednout, když bych věděla, že tam nemůžu ani IQOS.*“ (R7)

## U kávy

Přibližně polovina respondentů má užívání IQOS spojené s pitím kávy „*Ráno když se probudím, udělám si kávu a dám si k tomu IQOS.*“ (R8) Nejen při ranní kávě, u které jedna respondentka uvedla, že si dá 2 – 3 HEETS, ale i při posezení v kavárnách, ve

kterých ej IQOS povoleno. Tři účastníci studie uvedli, že nikdy neměli kouření spojené s kávou a dvě respondentky, které měly cigaretu spojenou s kávou, tak s IQOS tento zvyk nemají, protože se jim IQOS ke kávě nehodí, nebo už nepocítují potřebu si dát ke kávě IQOS. „*Dříve jsem k rannímu kafi potřebovala cigáro, ale teď s tím IQOSEM nemám takovou potřebu, takže si dám normálně kafe, nasnídám se a jdu do práce.*“ (R2)

### **U pití alkoholu**

Všichni respondenti mají užívání IQOS spojené s popíjením alkoholu, nejčastěji v restauracích či hospodách. Nejvíce uváděli, že IQOS užívají u pití piva nebo vína. „*Pokud je nějaká akce a dem někam večer, tak si dám normálně třeba k pivu, vínu.* „*To je taková víc než běžná uživatelská konzumace IQOSU.*“ (R1) Někteří účastníci uváděli, že si při pití alkoholu dají i klasickou cigaretu, ať už proto, že nechtějí čekat až se IQOS holder nabije či se jim IQOS Charger vybijí, nebo proto, že se cítí „nedokouření“. Zároveň ale uváděli, že jim klasická cigareta už nechutná, tak jako dříve.

### **V autě**

Polovina respondentů uvedla, že v autě IQOS užívají, s tím, že dva z nich užívají IQOS v autě pouze na delších trasách. Dále jedna z účastníků by v autě IQOS užívala, ale nemá své auto a přítel jí užívání IQOS u něj v autě neumožňuje a další respondent se snaží užívání IQOS v autě vyhybat, ale jakmile nestíhá a má chuť na IQOS, tak si dá i v autě, ale snaží se foukat aerosol z okna, aby mu nenačichlo od IQOS auto. Tři účastníci výzkumu uvedli, že v autě neužívají IQOS vůbec, protože je IQOS dost složitý na obsluhu a oni se musejí plně věnovat řízení. „*To nekouřím, ani nikdy jsem nekouřila, věnuji se řízení.*“ (R8)

### **S přáteli/s rodinou**

Všichni respondenti uvedli, že když jsou s přáteli, užívají IQOS a je jim jedno, zda jejich přátelé mají IQOS či klasické cigarety. Zároveň řada z nich užívá IQOS s někým z rodiny, například s partnerem, s dětmi apod. Také často užívají IQOS se spolupracovníky v práci, tedy hlavně o pauzách.

### 3.8 Změny v užívání (IQOS/klasické cigarety)

#### Počet HEETS oproti počtu klasických cigaret

Všichni respondenti před užíváním IQOS kouřili klasické cigarety. V šesti případech se jim počet zápalných cigaret oproti počtu HEETS, které teď užívají, nezměnil. Ale všichni udávali, že si na IQOS museli nejdříve zvyknout. Někomu to trvalo pár dní, někteří udávali i několik týdnů, než se jim užívání IQOS ustálilo, či si na něj zvykli, protože IQOS nejenomže jinak chutná, ale také je jiná technika užívání IQOS než klasických cigaret. *„Ze začátku jsem kouřila daleko míň, ale jak jsem si na to zvykla, už kouřím stejně.“* (R8) Dále dva z respondentů uvedli, že s IQOS se jim snížila spotřeba tabákových náplní, v průměru o 2 – 3 HEETS, oproti klasickým cigaretám. To že užívají menší počet, si vysvětlují například tím, že si musejí dopředu rozmyslet, zda mají tolik času, přibližně pět minut, aby si stihli dát HEETS. Zároveň nemohou užívat jednu HEETS za druhou, skrze prodlevu při nahřívání, což může být také faktor, který vede ke snížení počtu spotřebovaných tabákových náplní za den. *„Jo i ta hlava si navykla, že si nemůžu kdykoliv zapálit, musím počkat, než se to nabije, často si to zapomenu strčit do té nabiječky, takže musím zase čekat. Proto se možná to tělo naučilo kouřit míň a získalo tu trpělivost, že si nemůže hned zapálit.“* (R2) Naproti tomu dvě účastnice studie udávají, že se jim spotřeba tabákových náplní oproti klasickým cigaretám naopak zvýšila. Dle jejich názoru to může být způsobeno tím, že IQOS je povoleno užívat na více místech, než cigarety a z IQOS mají někdy pocit, že není zcela uspokojena jejich potřeba, co se týče množství nikotinu v HEETS. *„Když jsem přešla na IQOS kouřila jsem mnohem víc, než tabáku. Tabáku do 10 cigaret za den a IQOS někdy celá krabička za den. Ale musím říct, že v posledním tejdnu se to začlo nějak ustalovat a přijde mi, že už teďka kouřím zase hodně podobnej počet, tomu co dřív, samozřejmě pořád třeba o jednu dvě navíc. Mě totiž přijde, jakoby v tom bylo míň nikotinu, ale nevím, jestli to je pravda.“* (R6)

#### Změny v typických situacích

Zvyk, který se změnil skoro všem respondentům je užívání IQOS v restauračních zařízeních a hospodách. Vzhledem k tomu, že kouření cigaret je v restauracích a hospodách zakázáno, ale IQOS se k tomuto zákazu nevztahuje, tak vzniká čím dál více restaurací, které se označují IQOS Friendly, tudíž je tam užívání IQOS povoleno a tohoto benefitu uživatelé IQOS hojně využívají, až na dva respondenty studie. Další situace, která se změnila více než polovině respondentům je užívání IQOS doma. *„Doma si IQOS*

*dám, opravdu to nesmrdí. Já bych nesnesla, aby mi můj aseptický byt smrděl, to je zkrátka smrad a hnůj, který tam nepatří.*“ (R3) Uváděli, že klasické cigarety by si doma nikdy nezapálili, ale IQOS vevnitř s klidem užívají, protože jim od toho nic nenačichá. Třetí již méně často uváděný rituál, který se jim změnil oproti klasickým cigaretám je užívání IQOS v autě. Někteří účastníci studie v autě kouřili i klasické cigarety, takže se pro ně tento zvyk nezměnil, ale téměř polovina respondentů uvedla, že cigarety v autě nekouřila, ale IQOS v autě užívají, ze stejného důvodu, jako ho začali užívat ve vnitřních prostorách – nenačichne okolí. Tady se nám potvrdilo, že typických situací s IQOS spíše přibývá, ale je zde i jeden zvyk, který dvěma respondentkám s IQOS vymizel, a to užívání IQOS u popíjení kávy. *„K rannímu kafi jsem klasicky potřebovala cigáro, ale teď s tím IQOSEM nemám takovou potřebu.*“ (R2)

### **3.9 IQOS a okolí**

Všichni respondenti kolem sebe mají někoho, kdo IQOS užívá. Nejčastěji se jedná o kamarády či kamarádky, kteří na IQOS přešli z klasických cigaret. Někteří z nich si IQOS pořídili poté, co to viděli u účastníků výzkumu, kteří udávají, že nikomu IQOS nevnucovali, spíše jim zařízení představili a řekli jim jeho výhody. *„Ano, mám spoustu přátel v okolí, ale nikomu to nevnucuju. Jen jim řeknu ty výhody, u mě je na prvním místě ten zápach. V mém okolí je tak pět lidí, co na to přešli.*“ (R8) Dále velmi často respondenti uváděli, že to má spousta jejich kolegů z práce, poté někdo v rodině či partner/ka a jako poslední skupinu uváděli známé. *„No myslím, že docela hodně. Doma to samozřejmě kouříme s přítelkyní, pak spousta mých známých, co jsou kuřáci, tak na to přešli, ale někteří zas ne, je to tak 50 na 50.*“ (R9)

### **3.10 Výhody/nevýhody IQOS**

#### **Výhody IQOS**

Jako největší výhodu skoro všichni respondenti uvedli to, že IQOS nezapáchá, tudíž jim nenačichají ruce, oblečení ani nábytek a lépe to tedy tolerují i osoby v okolí. Jako druhou nejčastější výhodu uváděli, že je podle nich IQOS méně škodlivé, někteří účastníci výzkumu si to pouze myslí, protože se to říká, ale tři respondentky to na sobě i pocítují, podle jejich slov to neškodí tak moc, jako klasické cigarety. *„Určitě, protože už jsem se dostala do stádia toho kuřáckýho kašle a jakmile jsem přešla na IQOS, během 14 dnů jsem přestala kašlat. I cítím, že se mi lépe dýchá, takže mi přijde, že je to znát.*“ (R8) Jako

další výhodou IQOS z pohledu respondentů je, že některé restaurační zařízení umožňují užívání IQOS uvnitř, stejně jako to umožňují někteří zaměstnavatelé. Celkově podle nich okolí více IQOS toleruje, než klasické cigarety, což je pro ně také výhodou. Poté se objevily i názory, že je výhodné je i to, že IQOS nehoří, tedy není z něj nepořádek, dále, že není potřeba zapalovač a že si uživatel IQOS nemůže dát dvě tabákové náplně hned po sobě. *„Nezapáchá to jako cigarety a není z toho žádný nepořádek v podstatě, žádný popel, nic. Takže i ta manipulace je snadnější, nepotřebuji zapalovač, mám k tomu jenom nabíječku a náhubek.“* (R4)

### **Nevýhody IQOS**

Nevýhody IQOS nejsou zcela jednoznačné, jak jeho výhody a někteří respondenti dokonce určitou věc u IQOS vidí jako výhodu, ale jiní jako nevýhodu, například, že si člověk nemůže dát dvě tabákové náplně za sebou. Pro někoho je to výhodou, ale někdo to udával jako nevýhodu. Dále byl rozpor v manipulaci s IQOS, která byla sice zmíněna i jako výhodou, ale více účastníků výzkumu uvedlo manipulaci s IQOS, jako nevýhodu. Hlavně tedy držení IQOS, ale i manipulace jako taková, byla udávána jako složitější než klasické cigarety. Zároveň se jedná o technologii, která se může pokazit, což je podle respondentů také nevýhoda. Dále se velmi často objevovala nevýhoda finanční, IQOS je podle respondentů příliš drahé, hlavně tedy ten počáteční vklad do zařízení IQOS, ale i HEETS, které stojí aktuálně sto korun, ale ještě se budou zdražovat kvůli spotřební dani, která prozatím není do ceny zahrnuta. *„Je to dražší, což je jediná věc, co mi na tom vadí. Dříve jsem kouřil cigarety za 86 korun, HEETS jsou za 100 korun a ještě na to chtějí dát daň, takže nevím, jak to bude.“* (R10) Jako poslední podstatná nevýhoda, bylo uváděno to, že se respondenti musejí o IQOS starat, nabíjet jej a čistit, což je pro většinu účastníků studie nepříjemné a často se jim i stává, že se jim zařízení vybije, když jej chtějí použít. Poté mají několik možností, jak se v takové situaci zachovat. Buď si zařízení nabijí, pokud mají nabíječku, nebo ji má někdo v okolí, nebo to mohou vydržet až domů či odejít dříve domů a poslední možností je sáhnout po klasické cigaretě, což ale uvedl velmi malý vzorek účastníků. Zároveň jedna respondentka uvedla, že se někdy setká s tím, že okolí IQOS smrdí více, než cigarety. *„Někdy se mi stane, že mi někdo řekne, že mu to smrdí víc jak cigarety, že to lidi přirovnávají ke kukuřici, k chlebu, dokonce i k prdům. A určitě je nevýhoda, že člověk se musí o to zařízení starat. Těch výhod je o tolik víc, že si člověk zvykne.“* (R7)

### 3.11 Novinky o IQOS

#### Zjišťují si o IQOS novinky, pokud ano, tak kde?

Aktivně si zjišťují novinky pouze dvě účastnice výzkumu, a to na oficiální internetové stránce IQOS pro Českou republiku nebo na sociální síti Facebook, kde je skupina IQOS CZ/SK, která sdružuje uživatele IQOS České i Slovenské republiky. Zde mohou uživatelé IQOS sdílet své zkušenosti, prodávat zařízení IQOS či dozvídat se o IQOS novinky. Poté šest respondentů odpovědělo, že si novinky aktivně nevyhledávají, ale docházejí jim emailem od IQOS, protože při koupi IQOS souhlasili se zasíláním Newsletteru na email, nebo se novinky dozvídají díky internetu a sociálním sítím, kde se jim sami nabízejí reklamy a novinky o IQOS. „*Spíš co na mě někde tak vyskočí na Instagramu nebo takhle, jelikož jsem samozřejmě cílová skupina.*“ (R2) Jedna respondentka se dozvídá novinky přímo v IQOS Store, kam dochází skoro každý čtvrtek, protože všechny čtvrtky je v IQOS Store akce, kde zdarma svým klientům vyčistí IQOS. „*Chodíme tam s kamarádkou ve čtvrtky, protože mají čistící čtvrtky, takže nám to tam vyčistěj zadarmo. Dáme si tam kafičko, popovídáme si, dozvíme se novinky a co se děje na trhu.*“ (R8) A zbývající dva účastníci uvedli, že si nevyhledávají novinky vůbec, ani jim to neposílají, protože se o to nezajímají, jsou s IQOS spokojeni.

#### Ambasadoři

Co se týče ambasadorek značky IQOS, tak pouze tři respondenti uvedli, že nějaké ambasadory znají. Tyto ambasadory sledují na sociální síti Instagram, ale nikdo z nich tyto osoby nesleduje proto, že jsou ambasadory IQOS. Sledovali je již dříve a až později se ukázalo, že mají IQOS a jsou jeho ambasadory. Zbytek účastníků studie udával, že nikoho takového nesleduje a vůbec je nic takového nezajímá. „*Nejsem do toho takhle ponořená, vůbec o nich nevím. Jen si všímám, že se to rozšiřuje, ale nesleduju nikoho a už vůbec ne cíleně. Nepřijde mi to, jako móda, na kterou bych měla být pyšná, naopak si občas přijdu ještě víc hloupě, že jako tahám něco z nějaký krabičky. To cigáro má aspoň nějakou tradici.*“ (R6)

### 3.12 Druhá vlna výzkumu

Druhá část výzkumu byla provedena za pomoci online dotazníku, který byl zaslán participantům na email uvedený v informovaném souhlasu. Doba mezi první a druhou vlnou studie byla přibližně dva měsíce, přesně tak, jak jsme plánovali na počátku studie.

Participantů uvedli do online dotazníku svůj unikátní kód, který jsme jim přidělili a zaslali společně s průvodní informací k dotazníku. Díky tomuto kódu jsme porovnali změny v užívání IQOS u účastníků studie po dvou měsících od interview. Návratnost dotazníku byla 100 %. Dotazník tedy vyplnili všichni participantů.

Výsledky jsme vyhodnotili u desíti participantů, s tím, že dva účastníci výzkumu během těchto dvou měsíců užívání IQOS, zcela zanechali. Jeden respondent přestal užívat IQOS, protože se snaží odvykat od tabáku všeobecně. V dotazníku uvedl, že si pouze výjimečně dá vodní dýmku, jinak tabák neužívá. Tento respondent již v interview uváděl, že užívá pouze pět tabákových náplní za den a HEETS měl žluté (Yellow Label), které jsou podle informací od respondentů, nejslabší ze všech dostupných HEETS. Druhý respondent, který užívání IQOS zanechal, užíval deset až patnáct tabákových náplní za den a měl červenou barvu HEETS, která je naopak považována za nejsilnější. Tento participant popisoval jeho průběh ukončení užívání IQOS tak, že mu IQOS přestávalo postupně chutnat. Zkoušel v té době všechny barvy a příchutě HEETS, ale žádné ho nezaujaly, a tak přestal přibližně před třemi týdny ze dne na den IQOS užívat. „*Po prvním dnu bez nikotinu, jsem začal užívat Nicorette Spray, ten jsem aplikoval po dobu 5 dnů. Další 4 dny jsem neužíval nikotin v žádné podobě. U toho jsem nedokázal vydržet a místo návratu ke spreji Nicorette jsem začal kouřit cigarety, vykouřím momentálně přibližně 5 cigaret denně.*“ (R4) Když tedy respondent skončil s užíváním IQOS, snažil se přestat s tabákem úplně pomocí Náhradní nikotinové terapie, konkrétně nikotinového spreje. Ale po přibližně devíti dnech bez IQOS, začal participant znova kouřit zápalné cigarety, které kouřil před užíváním IQOS. Dále v dotazníku uvedl, že k IQOS se již vracet nechce, ale rád by zanechal zcela i kouření pomocí Náhradní nikotinové terapie.

K vyhodnocení změn ve vzorcích užívání nám tedy zbylo osm respondentů, kteří se do obou částí studie zapojili a nadále IQOS užívají. V typu zařízení IQOS byly dvě změny, a to u účastnice studie, která měla při první vlně výzkumu dvě zařízení IQOS, a to typy 2.4 Plus a IQOS 3. V online dotazníku uvedla, že používá už pouze zařízení IQOS 3. Druhá změna typu byla u respondentky, která měla při interview zařízení IQOS typu 2.4 Plus a v online dotazníku zaznačila, že aktuálně používá nejen typ 2.4 Plus, ale i IQOS 3. V počtu tabákových náplní za den se objevily také dvě změny. U obou respondentek se tato změna týkala zvýšení spotřeby HEETS za den o 1 – 2 tabákové náplně, ostatních šest účastníků studie se v počtu shodovalo. Co se týče barvy a příchutě HEETS, dva

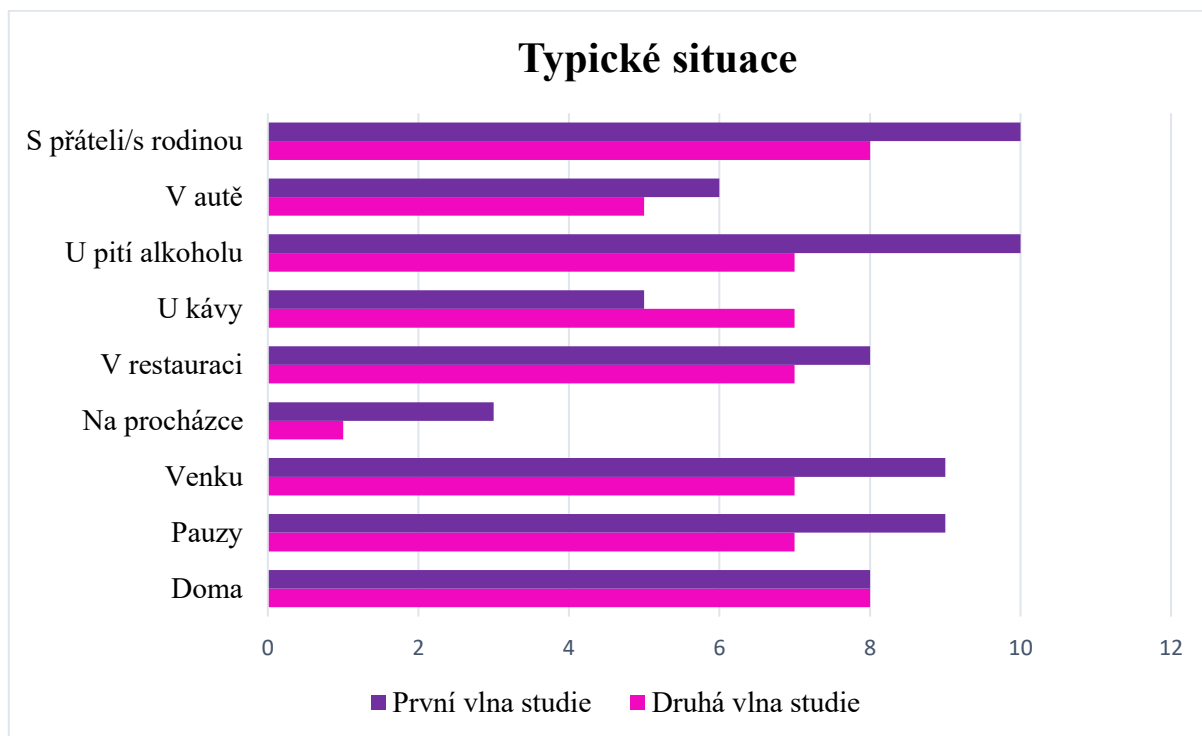
respondenti uvedli změnu. Jeden z nich přešel z červených HEETS (Sienna Label) na oranžové (Amber Label), s tím, že se mu červené zdají na něj příliš silné. A druhá účastnice přešla ze čtyř příchutí, které v době první vlny studie užívala nejčastěji, na dvě, s tím, že pouze jedna barva HEETS ji zůstala stejná – tyrkysová (Turquoise Label). V první vlně udávala, že užívá ještě fialové HEETS (Purple Label), zelené (Green Zing), které nejsou dostupné na českém trhu a oranžové (Amber Label). Ale v online dotazníku uvedla pouze tyrkysové (Turquoise Label) a nově červené HEETS (Sienna Label), které jsou oboje dostupné v České republice.

Poslední změny, které vyplynuly z druhé vlny studie, jsou změny v samotných typických situacích užívání IQOS, a to u pěti respondentů. Tyto změny jsme srovnávali s typickými situacemi, které udávali v interview a díky tomu jsme dospěli k závěru, že čtyřem respondentům nějaké nové situace přibyly a dvěma účastnicím z těchto pěti, typická situace naopak ubyla. Co se týká vzniku nových situací, dvě respondentky uvedly stejnou situaci – užívání IQOS u kávy, přitom v první vlně výzkumu udávaly, že se jim IQOS ke kávě nehodí. Poté dva z respondentů nově uvedli do dotazníku, jako typickou situaci – užívání IQOS v autě, jeden z nich v první vlně studie tuto situaci vyloučil, protože podle něj bylo užívání IQOS v autě příliš náročné a druhá účastnice uvedla, že sice v autě IQOS v době interview neužívá, ale kdyby měla své auto, tak by tam IQOS užívala. Dále jedna z respondentů uvedla, že v autě IQOS již neužívá a poslední změna v typických situacích se týkala změny v užívání IQOS u pití alkoholu, kdy při interview účastnice studie uvedla, že IQOS u alkoholu užívá, ale v dotazníku tuto typickou situaci neoznačila. Výsledky online dotazníku mohou být zkresleny nepochopením otázek, stejně tak mohlo dojít ke zkreslení u interview. Ale pracujeme s informacemi, které jsme získali a považujeme je za pravdivé.

Změny v typických situacích, které jsme zde popsali, přikládáme i v grafickém znázornění pro lepší přehlednost. S tím, že ve druhé vlně studie se ukázalo, že dva respondenti již IQOS neužívají, tudíž nemají žádné typické situace.



Graf 6 – Typické situace respondentů spojené s užíváním IQOS



### 3.13 Souběžné užívání jiných tabákových výrobků

Přesto, že kritériem pro vstup do studie bylo výlučné užívání IQOS, zjistili jsme v průběhu interview, že čtyři respondenti užívají i jiné tabákové výrobky. Mezi těmito čtyřmi účastníky byli i ti, kteří užívání IQOS zanechali. Nejčastěji se jednalo o kouření klasických cigaret, ty uvedli všichni čtyři participanti. S tím, že po cigaretě sáhnout ve chvíli, kdy se jim IQOS vybije a není možnost si jej dobít. Co se týká četnosti kouření cigaret, jednalo se spíše o sporadickou záležitost, přibližně jednou do měsíce. Dva respondenti z těchto čtyř uvedli navíc i jiné tabákové výrobky, než cigarety. V obou případech se jednalo o vodní dýmku a pouze jeden participant uvedl navíc ještě doutníky a dýmku. Užívání těchto výrobků uváděli méně často jak jednou za měsíc, většinou spíše když se jedná o nějakou zřídka se vyskytující událost.

### 3.14 Vzorce užívání IQOS

#### Vzorce užívání – typické situace s IQOS

Díky informacím, které jsme získali ze studie, zde můžeme uvést typické vzorce užívání IQOS. Některé vzorce u IQOS jsou oproti vzorcům užívání klasických cigaret, rozdílné. Celkem čtyři typické situace užívání IQOS se shodovaly se vzorci užívání zápalných

cigaret. Jedná se o užívání IQOS v pauzách, kdy byly uváděny pauzy v práci, ale i ve škole. Poté užívání IQOS spojené s pohodou, či naopak s nervozitou a stresem. Dalším vzorcem užívání je sdružování s dalšími uživateli IQOS, tuto situaci mají stejně tak kuřáci cigaret, s tím, že nedělají rozdíl v tom, zda osoby v okolí užívají IQOS či kouří cigarety. Dále je užívání IQOS významně spojeno s pitím alkoholu, stejně jako u cigaret, s tím, že uživatelé IQOS mají mnohem větší možnosti díky restauracím a hospodám, kde je užívání IQOS povoleno, tyto zařízení se označují – IQOS Friendly. Což je vzorec, který mají výlučně uživatelé IQOS, stejně jako užívání IQOS doma. Tento vzorec se respondentům vytvořil až díky IQOS. Cigarety dříve doma nekouřili stejně tak nekouřili ani v restauracích, kde je zákaz kouření. Další změnou ve vzorcích užívání, která nastala až díky IQOS je užívání v autě. Mnoho participantů uvedlo, že cigaretu by si v autě nezapálili, ale IQOS v autě užívají, díky absenci kouře, a tedy načichnutí automobilu. Toto jsou vzorce užívání týkající se typických situací a teď bychom se podívali na další specifické vzorce chování s IQOS.

### **Vzorce užívání – specifika IQOS**

Jako vzorec chování osob užívající IQOS bychom mohli uvést i jejich motivaci k užívání IQOS, nejčastěji se totiž objevila motivace – očekávaná nižší škodlivost IQOS, menší zápach díky aerosolu, který nahradil kouř a užívání IQOS ve vnitřních prostorách. Dále se vzorce chování týkají hlavně technických poruch IQOS, které museli účastníci výzkumu reklamovat. Jedná se o tak časté problémy, že to můžeme označit vzorcem chování stejně jako zanedbávání čištění zařízení IQOS. Čištění většina respondentů uvedla, jako nevýhodu, která je omezující, proto nedodržují předepsané postupy. To může způsobit technické problémy, které, jak jsme uvedli, jsou časté.

Další vzorce spatřujeme v nakupování HEETS v trafikách a v přecházení z oranžových HEETS (Amber Label) na červené (Sienna Label), které se na českém trhu objevily později, než základní trojice HEETS (oranžové, žluté, tyrkysové). Zároveň je u uživatelů IQOS velmi specifické vyhazování spotřebovaných HEETS tím způsobem, že je obracejí a vracejí do krabičky od HEETS, v případě, že mají jednu polovinu krabičky prázdnou. Toto je jiné oproti zápalným cigaretám, které nemají krabičku rozdělenou na dva oddíly.

## 4. DISKUZE A ZÁVĚR

Byla zrealizována kvalitativní studie s cílem popsat vzorce užívání IQOS u uživatelů tabáku. Provedli jsme deset rozhovorů s participanty, kteří splňovali podmínky pro účast ve výzkumu. Interview jsme kombinovali s online dotazníkem, který respondenti vyplnili s odstupem dvou měsíců. Identifikované vzorce užívání jsou následující – užívání IQOS v pauzách, v sociálním okruhu přátel, u konzumace alkoholu, ve vnitřních prostorách (doma, v restauračních zařízeních, v automobilu), při odpočinku či negativních emocích. Dále se jednalo o nakupování HEETS v trafikách, vracení spotřebovaných tabákových náplní do krabičky od HEETS, zanedbávání čištění IQOS, časté technické poruchy zařízení IQOS a s tím spojené následné reklamace.

Prezentovaná studie má také několik limitů, ale i silných stránek. Silné stránky spatřujeme v tom, že se nám podařilo zachytit uživatele IQOS v jejich přirozeném prostředí, tudíž se mohla uskutečnit tato studie, která je v České republice první svého druhu. Metodika výběru respondentů a tvorby dat byla zvolena adekvátně k co nejpřesnějšímu zodpovězení výzkumných otázek. Také analýza dat pomocí tvoření segmentů a následnému zachycování vzorců byla s ohledem na stanovené cíle vhodně zvolena. Co se týká naopak limitů práce, již při sběru dat mohlo nastat zkreslení, skrze pokládání otázek respondentům, zároveň vzorce chování nejsou vždy zcela jednoznačné. Mohou se měnit a vyvíjet, proto byla do výzkumu zařazena druhá vlna studie pomocí online dotazníku, který sice všichni účastníci vyplnili, ale mohlo dojít ke zkreslení výsledků skrze nepochopení otázek. Přesto se podařilo v souladu s cíli studie zachytit typické vzorce užívání IQOS. Zároveň od začátku výzkumu se zahříváný tabák IQOS značně vyvíjel, přibýly nové typy, jak modelů zařízení IQOS, tak tabákových náplní HEETS. I přesto, že jsme v naší studii analyzovali pouze IQOS a HEETS, které jsou dostupné na českém trhu, objevovalo se u respondentů užívání i zahraničních tabákových náplní, díky tomu bylo zpracování dat složitější. V neposlední řadě je nutné zmínit, že přesto, že dat ke zpracování nebylo příliš mnoho, nebylo lehké data z interview zachytit a vyhodnotit. Při replikaci výzkumu by bylo vhodné předem si určit vzorce užívání, které chceme zkoumat a na každý jednotlivý vzorec se doptávat velmi podrobně respondentů. Tímto způsobem bychom si velmi ulehčili zpracování dat a následné vyhodnocení.

Tato studie napomohla k vůbec prvnímu zmapování chování uživatelů zahříváného tabáku v ČR. Vzorce užívání s IQOS, které z výzkumu vplynuly, jsme srovnávali i

s dřívějšími vzorci, které měli participanti s klasickými cigaretami. Přesto, že nebylo přímo naším cílem srovnat vzorce užívání zahřívaného tabáku se vzorci užívání zápalných cigaret, do práce jsme toto srovnání zahrnuli. A to z toho důvodu, že u nás není dosud napsána žádná jiná obdobná práce na vzorce užívání zahřívaného tabáku, se kterou bychom mohli tyto vzorce užívání srovnávat. Jsou tedy potřebné další studie nejen vzorců užívání, jako takových, ale i tohoto nového fenoménu celkově. Rozsáhlejší výzkumy by mohly přinést více informací o charakteristikách uživatelů zahřívaného tabáku, specifikách chování v užívání, ale také o velmi diskutované škodlivosti. Téma škodlivosti je v této práci zmíněno pouze okrajově, ale jedná se o velmi důležitý námět výzkumu, nejen co se týká aktivního užívání, ale také pasivního, které výrobci udávají, že prakticky neexistuje. Zahřívaný tabák je řazen mezi bezdýmný tabák, proto se ho lidé užívající zahřívaný tabák nebojí užívat i ve vnitřních prostorách, ale již od pohledu je patrné, že tento tabák není zcela bezdýmný, díky aerosolu, který vychází z úst uživatelů. Bohužel škodlivost se nejlépe zkoumá z dlouholetých dopadů na osoby. Proto by uživatelé zahřívaného tabáku měli být více obezřetní, co se týká užívání ve vnitřních prostorách. Dále bychom doporučili výzkum rozšířit o další typy zahřívaného tabáku (např. zařízení Glo), o fokusní skupinu, která by pomohla toto téma objasnit více do hloubky, mohla by přinést nové informace, které by se díky dynamice skupiny objevily a dále například rozšíření výzkumu i na zahraniční uživatele zahřívaného tabáku.

Nejdůležitějším zjištěním je zachycená změna ve vzorcích užívání oproti kouření klasických cigaret. Tato změna se týká užívání zahřívaného tabáku ve vnitřních prostorách, ať už doma, v restauračních zařízeních či v automobilu. Z toho vyplývá, že pro uživatelé zahřívaného tabáku je důležité, že neprodukuje velké množství zapáchajícího kouře, jak je tomu u zápalných cigaret. Cíl studie byl tedy naplněn, téma, které však vyžaduje, další zkoumání, je vliv zahřívaného tabáku na rozvoj závislosti, případně proces zanechání kouření. Zařízení IQOS, ani jiný zahřívaný tabák sice není určen k odvykání, ale dva respondenti v průběhu studie přestali zcela užívat zahřívaný tabák a několik účastníků udávalo, že by dle subjektivních zkušeností mohli po užívání zahřívaného tabáku přestat kouřit úplně. V oblasti závislostního potenciálu užívání zahřívaného tabáku, aspektů harm reduction, ale také dopadů užívání v dlouhodobém horizontu je zapotřebí dalších studií na velkých vzorcích respondentů.

## 5. SEZNAM ZDROJŮ

- A DOST! (2019). *Velké nezávislé testy cigaret, IQOS, GLO a těch elektronických*. [online] Dostupné z: <https://www.stream.cz/adost/10031159-velke-nezavisle-testy-cigaret-iqos-glo-a-tech-elektronickych>
- Auer, R., Concha-Lozano, N., Jacot-Sadowski, I., Cornuz, J., Berthet, A. (2017). Heat-Not-Burn Tobacco Cigarettes: Smoke by Any Other Name. *JAMA Intern Med*, 177(7):1050-1052. doi:10.1001/jamainternmed.2017.1419
- Bekki, K., Inaba, Y., Uchiyama, S., & Kunugita, N. (2017). Comparison of Chemicals in Mainstream Smoke in Heat-not-burn Tobacco and Combustion Cigarettes. *Juoeh*, 39(3): 201-207. doi:10.7888/juoeh.39.201
- Broose, L. S., Simonavicius, E., & Cheeseman, H. (2018). Awareness and Use of 'Heat-not-burn' Tobacco Products in Great Britain. *Tobacco Regulatory Science*, 4(2): 44-50.
- Caputi, T. L., Leas, E., Dredze, M., Cohen, J. E., & Ayers, J. W. (2017). They're heating up: Internet search query trends reveal significant public interest in heat-not-burn tobacco products. *PLoS ONE*, 12(10). doi: 10.1371/journal.pone.0185735
- Čermák, I., Štěpaníková, I. (1998). Kontrola validity dat v kvalitativním psychologickém výzkumu. *Československá psychologie*, 1: 50-62.
- ČTK. (2018). *Zahříváný tabák iQOS je trend. V ČR má přes 130 000 uživatelů*. [online] Dostupné z: <https://www.echo24.cz/a/SVVvA/zahrivany-tabak-iqos-je-trend-v-cr-ma-pres-130-000-uzivatelu#disqusAnchor>
- Davis, B., Williams, M., & Talbot, P. (2018). iQOS: evidence of pyrolysis and release of a toxicant from plastic. *Tob Control*. doi:10.1136/tobaccocontrol-2017-054104
- Gabrhelík, R., Miovský, M., Zábranský, T., & Kubů, P. (2008). Vzorce užívání konopných drog a parafernália. *Adiktologie* 8(2): 98-111.
- Hair, E. C., Bennett, M., Sheen, E., et al. (2018). Examining perceptions about IQOS heated tobacco product: consumer studies in Japan and Switzerland. *Tobacco Control*, 27:70-73. doi:10.1136/tobaccocontrol-2018-054322

- Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace*. Praha: Portál.
- IQOSmag. (2018). *Nová příchut' HEETS SIENNA od září jako první na světě uvedena v České republice*. [online] Dostupné z: [https://www.my-iqos.cz/Nova-prichut-HEETS-SIENNA-od-zari-jako-prvni-na-svete-vedena-v-Ceske-republice--A\\_6514](https://www.my-iqos.cz/Nova-prichut-HEETS-SIENNA-od-zari-jako-prvni-na-svete-vedena-v-Ceske-republice--A_6514)
- IQOSmag. (2018). *Nový model IQOS 3 představen ve dvou verzích, IQOS 3.0 a MULTI*. [online] Dostupné z: [https://www.my-iqos.cz/Novy-model-IQOS-3-predstaven-ve-dvou-verzich-IQOS-30-a-MULTI-A\\_6532](https://www.my-iqos.cz/Novy-model-IQOS-3-predstaven-ve-dvou-verzich-IQOS-30-a-MULTI-A_6532)
- IQOSmag. (2018). *Recenze GLO s náplněmi Neo versus IQOS s HEETS, co je lepší ze zkušenosti?* [online] Dostupné z: [https://www.my-iqos.cz/Recenze-GLO-s-naplne-mi-Neo-versus-IQOS-s-HEETS-co-je-lepsi-ze-zkusenosti--A\\_6527](https://www.my-iqos.cz/Recenze-GLO-s-naplne-mi-Neo-versus-IQOS-s-HEETS-co-je-lepsi-ze-zkusenosti--A_6527)
- Kalina, K. (2015). *Klinická adiktologie*. Praha: Grada Publishing.
- Králíková, E., et al. (2013). *Závislost na tabáku: epidemiologie, prevence a léčba*. Břeclav: Adamira.
- Králíková, E. (2015). *Diagnóza F17: závislost na tabáku*. Praha: Mladá fronta.
- Králíková, E. (2015) in Kalina, K. (2015). *Klinická adiktologie*. Praha: Grada Publishing.
- Králíková, E., & Zvolská, K. (2017). Kardiovaskulární rizika kouření, nikotinu a jeho nových forem. *Kapitoly z kardiologie pro praktické lékaře*, 9(2): 64-68.
- Krtil, J., Zima, T. (2013) in Králíková, E., et al. (2013). *Závislost na tabáku: epidemiologie, prevence a léčba*. Břeclav: Adamira.
- Leigh, N. J., Lawton, R. I., Hershberger, P. A., Goniewicz, M. L. (2016). Flavourings significantly affect inhalation toxicity of aerosol generated from electronic nicotine delivery systems (ENDS). *Tobacco Control*, 25: 81-87. doi: 10.1136/tobaccocontrol-2016-053205
- Leon, M. E., Lugo, A., Boffetta, P., Gilmore, A., Ross, H., Schüz, J., La Vecchia, C., & Gallus, S. (2016). Smokeless tobacco use in Sweden and other 17 European countries. *European Journal of Public Health*, 26(5). doi: 10.1093/eurpub/ckw032
- Lincová, D., & Farghali, H. (2007). *Základní a aplikovaná farmakologie*. Praha: Galén.

Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada.

Mravčík, V., Chomynová, P., Grohmannová, K., Janíková, B., Černíková, T., Rous, Z., Tion Leštinová, Z., Kiššová, L., Nechanská, B., Vlach, T., Fidesová, H., Vopravil, J. (2018). *Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2017*. Praha: Úřad vlády České republiky.

Myglo. (2018). *Jak funguje glo*. [online] Dostupné z: <https://myglo.cz/jak-funguje-glo>

Pilařová, L. (2003). Problematika závislosti na nikotinu. *Psychiatrie pro praxi*, 5: 205-208. Brno: Psychiatrická klinika FN Brno.

PMI. (2017). *Heated Tobacco Products*. [online] Dostupné z: <https://www.pmi.com/smoke-free-products/iqos-our-tobacco-heating-system>

PMI. (2018). *In how many countries do you sell your cigarette brands?* [online] Dostupné z: <https://www.pmi.com/faq-section/faq/in-how-many-countries-do-you-sell-your-cigarette-brands>

Remešová, R. (2014). *Harm reduction a kouření tabáku*. Bakalářská práce. Praha: Univerzita Karlova.

Strauss, A., & Corbinová, J. (1999). *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Brno: Sdružení Podané ruce.

Tabuchi, T., Gallus, S., Shinozaki, T., et al. (2018). Heat-not-burn tobacco product use in Japan: its prevalence, predictors and perceived symptoms from exposure to secondhand heat-not-burn tobacco aerosol. *Tob Control*, 27:25-33. doi:10.1136/tobaccocontrol-2017-053947

Váňová, A., Skývová, M., & Malý, M. (2018). *Užívání tabáku a alkoholu v České republice 2017*. Státní zdravotní ústav. Staženo z: [http://www.szu.cz/uploads/documents/szu/aktual/uzivani\\_tabaku\\_2017.pdf](http://www.szu.cz/uploads/documents/szu/aktual/uzivani_tabaku_2017.pdf)

World Health Organization. (2018). *Heated tobacco products (HTPs) nformation sheet*. [online] Dostupné z: [https://www.who.int/tobacco/publications/prod\\_regulation/heated-tobacco-products/en/](https://www.who.int/tobacco/publications/prod_regulation/heated-tobacco-products/en/)

## **POUŽITÁ LEGISLATIVA**

Vyhláška č. 261/2016 Sb. o tabákových výrobcích

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

Zákon č. 65/2017 Sb. o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek



## **SEZNAM ZKRATEK**

apod.	a podobně
č.	číslo
ČR	Česká republika
ENDS	Electronic Nicotine Delivery Systems
IQOS	I quit ordinary smoking
mg	miligramů
MHD	Městská hromadná doprava
např.	například
NNT	Náhradní nikotinová terapie
pH	potential of hydrogen
PMI	Philip Morris International
Sb.	Sbírky
tj.	to je
tzv.	takzvaný
VŠCHT	Vysoká škola chemicko-technologická
WHO	World Health Organization

## **SEZNAM PŘÍLOH**

Příloha 1	Informace pro účastníka výzkumu
Příloha 2	Informovaný souhlas s poskytnutím a využitím výzkumného rozhovoru
Příloha 3	Dotazník na sociodemografické údaje a základní kuřácká anamnéza
Příloha 4	Osnova rozhovoru
Příloha 5	Online dotazník
Příloha 6	Prohlášení zájemce o nahlédnutí do závěrečné práce absolventa

## 6. PŘÍLOHY

*Příloha 1 – Informace pro účastníka výzkumu*

### **Kvalitativní analýza vzorců užívání IQOS mezi uživateli tabáku v České republice**

Tento výzkum probíhá pro účely zpracování diplomové práce vedené na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v oboru adiktologie.

Stěžejním cílem výzkumu je zmapovat a popsat Vaše typické vzorce užívání IQOS (typické situace a místa spojená s užíváním IQOS, zda užívá IQOS někdo ve Vašem okolí, technickou stránku užívání IQOS atd.) a jejich vývoj po přibližně dvou měsících od prvního rozhovoru. Mým dalším cílem je popsat charakter Vašeho užívání zahřívaného tabáku (frekvence, množství tabákových náplní za den, barva IQOS, typ tabákových náplní).

První vlna výzkumu zahrnuje polostrukturovaný rozhovor, druhá vlna po přibližně dvou měsících od tohoto rozhovoru se uskuteční pomocí krátkého dotazníku, který Vám bude zaslán na email, který jste uvedl/a do Informovaného souhlasu.

Svůj souhlas s účastí ve studii dáváte dobrovolně. Proto, můžete svůj souhlas kdykoli zrušit bez udání důvodů a nevznikne Vám žádná újma.

Všechny informace, které mi sdělíte, budou uchovány, zpracovány a publikovány anonymně, tak, aby nebyla možná identifikace Vaší osoby.

Pokud byste chtěla/a další podrobnosti o studii, můžete se obrátit na vedoucího projektu Mgr. Adama Kulhánka na e-mail [adam.kulhanek@lf1.cuni.cz](mailto:adam.kulhanek@lf1.cuni.cz). Na vedoucího projektu můžete směřovat i případné stížnosti.

Informovaný souhlas s poskytnutím a využitím výzkumného rozhovoru pro účely výzkumného projektu diplomové práce

**Kvalitativní analýza vzorců užívání IQOS mezi uživateli tabáku v České republice**

Výzkum probíhá pro účely zpracování diplomové práce vedené na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v oboru adiktologie.

Cílem výzkumu je zmapovat a popsat typické vzorce užívání IQOS a jejich vývoj ve stanoveném období u vybraných uživatelů tabáku v České republice.

Souhlasím se svou účastí ve výzkumu vzorců užívání IQOS.

Byl/a jsem informován/a o studii, dobře ji rozumím a souhlasím s:

- účastí ve výzkumu
- vyplněním dotazníku na sociodemografické údaje a základní kuřácké anamnézy
- nahrávkou interview
- možné oslovení k účasti na skupinové diskuzi s dalšími respondenty
- se zasláním krátkého online dotazníku na email po přibližně dvou měsících od prvního rozhovoru (email: \_\_\_\_\_)
- s uchováním emailu do konce studie

Svůj souhlas s účastí ve studii dávám dobrovolně. Víím, že svůj souhlas mohu kdykoli zrušit bez udání důvodů a, že mi z toho nevznikne žádná újma.

Beru na vědomí, že informace, které sdělím tazateli, budou uchovány, zpracovány a publikovány anonymně tak, aby nebyla možná identifikace mé osoby.

Byl/a jsem informován/a, že se žádostí o získání dalších podrobností o studii se mohou obrátit na vedoucího projektu Mgr. Adama Kulhánka na e-mail [adam.kulhanek@lf1.cuni.cz](mailto:adam.kulhanek@lf1.cuni.cz). Na vedoucího projektu mohu směřovat i veškeré stížnosti.

Tento informovaný souhlas je vyhotoven pouze jednou, a jakmile bude výzkum dokončen, tazatel jej předá vedoucímu projektu, který informovaný souhlas uschová na Klinice adiktologie.

### Prohlášení tazatele

Já, Denisa Houdková, jsem popsala výzkumný projekt a povahu a důsledky postupů, které zahrnuje. Mám za to, že účastník /účastnice tomuto vysvětlení porozuměl/a a dává svůj souhlas dobrovolně.

V \_\_\_\_\_ dne \_\_\_\_\_

---

podpis tazatele

*Příloha 3 – Dotazník na sociodemografické údaje a základní kuřácká anamnéza*

1) Pohlaví

- Muž
- Žena

2) Věk (uved'te pouze číslo)

\_\_\_\_\_

3) Jakého nejvyššího ukončeného vzdělání jste dosáhl/a?

- Nedokončená ZŠ
- ZŠ
- SŠ bez maturity
- SŠ s maturitou
- VOŠ
- VŠ

4) Kolik obyvatel má obec, ve které bydlíte?

- do 5 000 obyvatel
- 5 001 - 10 000 obyvatel
- 10 001 - 50 000 obyvatel
- 50 001 - 100 000 obyvatel
- Více než 100 001 obyvatel
- Jiné: \_\_\_\_\_

5) Z následujících možností vyberte, do jakého rozpětí hrubého měsíčního příjmu byste se zařadil/a?

- Do 5 000 Kč
- 5 001 - 10 000 Kč
- 10 001 - 20 000 Kč
- 20 001 - 50 000 Kč

více než 50 001 Kč

Nechci uvádět

5) Od kolika let užíváte tabákové výrobky?

\_\_\_\_\_

6) Počet odvykacích pokusů:

\_\_\_\_\_

7) Zaškrtněte, kdy jste naposledy užil/a tyto tabákové výrobky a elektronickou cigaretu:

	V posledním měsíci	V posledním roce	1x/život	Nikdy
Cigarety				
Doutníky				
E-cigareta				
IQOS				
Vodní dýmka				
Šňupací tabák				
Žvýkací tabák				

#### *Příloha 4 – Osnova rozhovoru*

- semistrukturované interview:
  - **IQOS:**
    - Jak dlouho užíváte IQOS?
    - Od koho/odkud jste se o IQOS dozvěděl/a poprvé?
    - Co bylo motivací k přechodu na zahříváný tabák?
    - Kde jste koupil/a zařízení IQOS a kde kupuje HEETS?
    - Jakou barvu má Vaše IQOS zařízení?
    - Jaké tabákové náplně HEETS užíváte a proč (chuť, zápach atd.)?
    - Kolik tabákových náplní za den spotřebujete?
    - Funguje Vaše IQOS zařízení bez potíží (technická porucha – nabíjení, nahřívání atd.)?
    - Zjišťujete si o IQOS novinky? Pokud ano, kde?
  - **vzorce užívání IQOS:**
    - Jak vypadá Váš typický den s IQOS (rozložení v celém dni)?
    - V jakých situacích užíváte IQOS (s čím to máte spojené)?
    - Změnily se Vaše návyky s IQOS, oproti bývalým návykům s tabákem (užíváte IQOS doma/v autě/na místech kde se nesmí kouřit?)
    - Jak se o IQOS staráte (čištění – čím, kolikrát za týden, jak; nabíjení – kdy, kde, jak dlouho)?
    - Kam vyhazujete tabákové náplně?
    - Užívá IQOS někdo ve Vašem okolí?

*Příloha 5 – Online dotazník studie vzorců užívání IQOS*

1. KÓD (vypište kód, který jste obdrželi emailem)

---

2. Užíváte stále IQOS?

- Ano
- Ne

3. Pokud jste v předešlé otázce označil/a Ne, z jakého důvodu jste přestal/a IQOS užívat? (vypište slovy) Pokud IQOS stále užíváte, pokračujte otázkou číslo 4.

---

4. Jaký typ IQOS v současnosti používáte? (můžete označit více odpovědí).

- IQOS 2.4 Plus
- IQOS 3
- IQOS 3 Multi
- IQOS neužívám
- Jiné:

5. Kolik tabákových náplní (HEETS) za den spotřebujete? (vypište číslicemi)

---

6. Jakou barvu má aktuálně Vaše zařízení IQOS? (vypište slovy)

---

7. Jakou příchuť/barvu tabákových náplní aktuálně užíváte? (vypište slovy)

---

8. V jakých situacích typicky IQOS užíváte? (můžete označit/vypsát více odpovědí).

- u kávy
- při konzumaci alkoholu



- venku
- doma
- v práci
- při pauze
- v restauraci (kde je IQOS povoleno)
- na procházce
- v autě
- s přáteli
- Jiné:

9. Užíváte aktuálně i jiné tabákové výrobky? Označte prosím, které (můžete označit/vypsát více odpovědí).

- cigarety
- doutníky
- e-cigaretu
- glo (zahříváný tabák)
- vodní dýmku
- šňupací tabák
- žvýkací tabák
- Ne
- Jiné:

