



3 DETERMINANTE ZDRAVJA – DEJAVNIKI TVEGANJA



3.5 KAJENJE TOBAKA

Kajenje tobaka škoduje tako rekoč vsakemu organu v človeškem telesu in škodljivo vpliva na zdravje skozi celotno življenje. Zaradi bolezni, pripisljivih kajenju, umreta dve tretjini kadilcev, ki v povprečju izgubijo okoli 10 let življenja. V Sloveniji je kajenje tobaka vodilni preprečljivi vzrok smrti in letno zaradi bolezni, pripisljivih kajenju tobaka, umre okoli 3.000 prebivalcev Slovenije, od tega dobrih 40 % pred 70. letom starosti. Po podatkih iz raziskave CINDI je leta 2016 kadilo 23 % prebivalcev Slovenije, v starosti od 25–74 let. Najvišji delež kadilcev je ugotovljen pri deležu prebivalcev v starostni skupini 25–39 let, in sicer 28 %.

Kajenje je vzročno povezano s številnimi vrstami raka, boleznimi dihal, boleznimi srca in ožilja ter mnogimi drugimi, kot so sladkorna bolezen, motnje erekcije, revmatoidni artritis idr. Kajenje matere med nosečnostjo ima škodljive učinke na zdravje še nerojenega otroka in na izide nosečnosti. Dolgotrajna izpostavljenost nekadilcev tobačnemu dimu prav tako privede do škodljivih učinkov na zdravje, podobnih tistim pri kadilcih.

S kajenjem pričnejo mladostniki in mladi odrasli, po 25. letu skoraj nihče več ne poroča o prvem kajenju. Mlajši ko je posameznik ob začetku kajenja, večja je verjetnost, da bo postal zasvojen, da bo napredoval do rednega kajenja in več kadil kot odrasla oseba, manjša pa je verjetnost, da bo kadarkoli opustil kajenje. Kadilske navade mladostnikov se še razvijajo, spreminjajo in so glede pogostosti, obsega in drugih značilnosti raznolike, v nasprotju s tistimi pri odraslih, ki imajo večinoma redne in utrjene kadilske navade.

Zaradi sprememb v vprašalniku in čiščenju baze podatkov primerjava s preteklimi leti ni možna.

3.5 Slika 1: **Umrli zaradi bolezni pripisljivih kajenju tobaka**, Slovenija



Viri: Koprivnikar H, Zupanič T: Tobaku pripisljiva umrljivost v Sloveniji, Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje, 2020 (v pripravi)



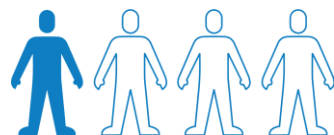
3.5 Tabela 1: **Delež kadilcev, bivših kadilcev in tistih, ki nikoli niso kadili, med prebivalci, starimi 25–74 let, po spolu, starosti in izobrazbi, Slovenija, 2016**

	Delež kadilcev ¹⁾	Delež bivših kadilcev	Nikoli nisem kadil
Spol			
Moški	25,2	29,7	45,1
Ženske	20,9	21,3	57,7
SKUPAJ	23,1	25,6	51,3
Starostna skupina			
25-39 let	27,9	19,3	52,8
40-54	25,2	23,5	51,4
55-64	20,6	34,1	45,3
65-74	11,8	31,5	56,7
Izobrazba			
Osnovna šola ali manj	23,4	22,5	54,1
Poklicna šola	27,2	28,6	44,2
Srednja šola	27,3	27,8	44,9
Višja šola ali več	16,8	22,8	60,4

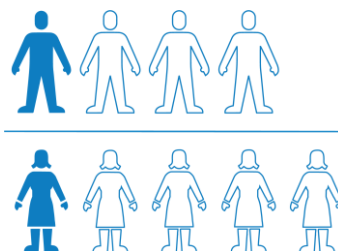
¹⁾ Trenutni redni kadilci in občasni kadilci skupaj.

Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2016

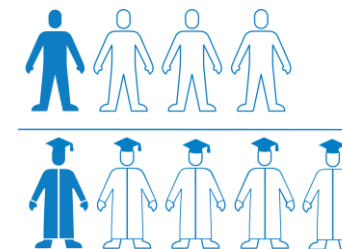
3.5 Slika 2: **Delež kadilcev, med prebivalci, starimi 25–74 let, po spolu in izobrazbi, Slovenija, 2016**



Kadi skoraj četrtna (23 %) odraslih prebivalcev.



Kadi višji odstotek moških: četrtna moških (25 %) in petina žensk (21 %).



Kadi višji odstotek prebivalcev z nižjo stopnjo izobrazbe (23 %), z višjo šolo ali več jih kadi 17 %.

Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2016

3.5 Tabela 2: **Delež kadilcev¹⁾, bivših kadilcev in tistih, ki niso nikoli kadili, med prebivalci, starimi 25–74 let, po spolu, Slovenija, 2016**

	Moški	Ženske	SKUPAJ
Kadilci	25,2	20,9	23,1
Bivši kadilci	29,7	21,3	25,6
Nekadilci	45,1	57,7	51,3

© NIJZ

Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2016

Deleža kadilcev in bivših kadilcev sta statistično značilno nižja med ženskami kot moškimi, medtem ko je delež tistih, ki niso nikoli kadili, statistično značilno nižji med moškimi kot ženskami.

3.5 Tabela 3: **Delež rednih kadilcev¹⁾, starih 25–74 let, glede na število pokajenih cigaret na dan, Slovenija, 2016**

Število cigaret na dan	Moški	Ženske	SKUPAJ
1-10	26,9	49,1	36,5
11-20	55,4	45,6	51,2
več kot 20	17,7	5,3	12,3

© NIJZ

¹⁾Trenutni redni kadilci.

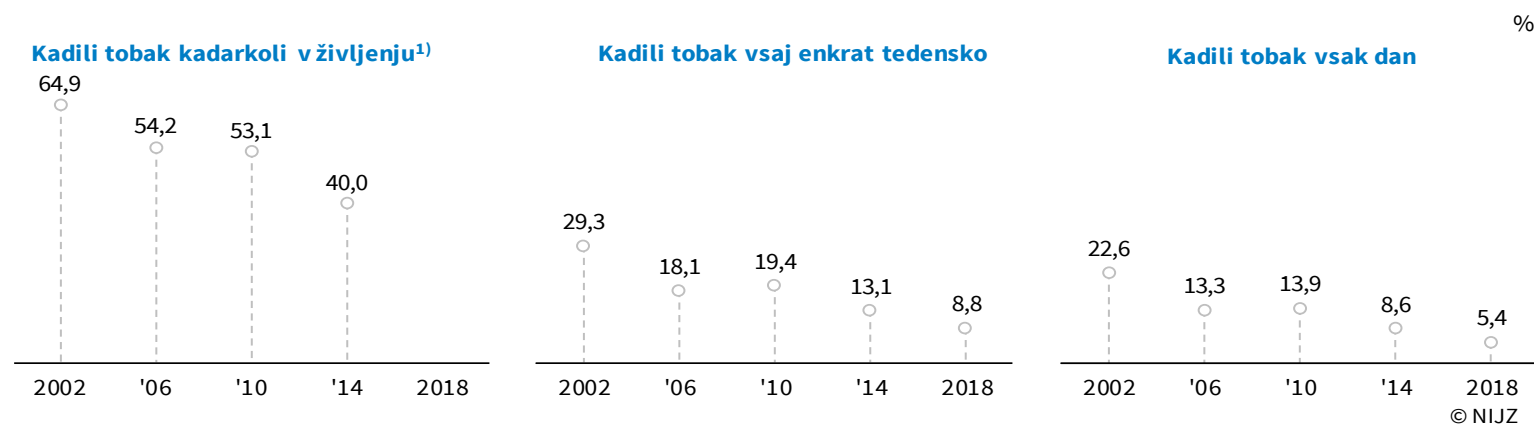
Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2016

3.5 Tabela 4: **Delež mladostnikov, ki kadijo vsaj enkrat tedensko**, po spolu, pri starostih 11, 13, 15 let, Slovenija, 2002, 2006, 2010, 2014, 2018

Starost	2002			2006			2010			2014			2018			%
	Fantje	Dekleta	SKUPAJ	Fantje	Dekleta	SKUPAJ	Fantje	Dekleta	SKUPAJ	Fantje	Dekleta	SKUPAJ	Fantje	Dekleta	SKUPAJ	
11 let	2,2	0,4	1,3	0,6	0,2	0,4	0,4	0,1	0,3	0,5	0,1	0,3	1,3	0,3	0,8	
13	6,3	4,1	5,1	2,5	2,7	2,6	3,1	3,1	3,1	3,0	1,0	2,0	2,3	1,3	1,8	
15	29,2	29,5	29,3	19,7	16,4	18,1	19,9	18,9	19,4	14,7	11,8	13,1	8,0	9,8	8,8	

© NIJZ

Viri: Raziskava Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju (HBSC), 2002, 2006, 2010, 2014, 2018

3.5 Slika 3: **Razširjenost kajenja med mladostniki starimi 15 let**, Slovenija, 2002, 2006, 2010, 2014, 2018

¹⁾ Podatka za leto 2018 ni možno prikazati zaradi sprememb vprašanja v zadnji izvedbi raziskave, novo vprašanje preverja samo kajenje cigaret kadarkoli v življenju.

Viri: Raziskava Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju (HBSC), 2002, 2006, 2010, 2014, 2018

Razširjenost kajenja med mladostniki, starimi 11, 13 in 15 let, narašča s starostjo. V letu 2018 je 27 % petnajstletnikov že kdaj kadilo cigarete, vsaj enkrat na teden ali pogosteje jih je kadilo tobak približno 9 % (večina vsak dan), približno 9 % jih je prvič kadilo v starosti 13 let ali manj. Med spoloma pri tem ni bilo razlik.

V obdobju 2002-2018 se je razširjenost tedenskega in dnevnega kajenja pomembno znižala med 13-letniki in 15-letniki skupno ter pri obeh spolih, z izjemo dnevnega kajenja med 13-letnimi fanti. Med 15-letniki se je skupno in pri obeh spolih pomembno znižal odstotek tistih, ki so prvič kadili v starosti 13 let ali manj.

3.5 Tabela 5: Delež nekadilcev¹⁾ (25–74 let), ki navajajo izpostavljenost cigaretnemu dimu, po spolu, starosti in izobrazbi, Slovenija, 2016

	%		
	Izpostavljenost v bivalnih prostorih	Izpostavljenost v prevoznem sredstvu	Izpostavljenost tobačnemu dimu drugih
Spol			
Moški	7,7	2,2	25,8
Ženske	8,5	3,4	18,6
SKUPAJ	8,1	2,8	22,1
Starostna skupina			
25-39 let	10,3	4,9	29,5
40-54	6,9	1,5	22,4
55-64	9,2	2,6	19,8
65-74	5,0	2,0	11,4
Izobrazba			
Osnovna šola ali manj	10,4	3,0	23,5
Poklicna šola	9,6	3,1	26,6
Srednja šola	7,9	2,9	25,7
Višja šola ali več	6,9	2,6	16,6

Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2016

3.5 Tabela 6: Delež nekadilcev¹⁾ (25–74 let), ki navajajo dnevno izpostavljenih tobačnemu dimu drugih, glede na čas izpostavljenosti, po spolu, Slovenija, 2016

	%		
	Moški	Ženske	SKUPAJ
manj kot 1 uro	20,5	14,6	17,5
1-5 ur	3,7	2,5	3,1
več kot 5 ur	1,6	1,4	1,5

© NIJZ

¹⁾ Nekadilci, ki niso nikoli kadili in bivši kadilci skupaj.

Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2016

Izpostavljenost prebivalcev Slovenije tobačnemu dimu se je po uvedbi prepovedi kajenja v vseh zaprtih javnih in delovnih prostorih znižala tudi v bivalnih prostorih, a je še vedno prisotna v znatnih deležih.



REGIONALNE PRIMERJAVE

3.5 Tabela 7: Delež kadilcev, bivših kadilcev in tistih, ki nikoli niso kadili, med prebivalci, starimi 25–74 let, po statističnih regijah, Slovenija, 2016

Statistična regija	Kadilci ¹⁾	Bivših kadilci	Nikoli nisem kadil	%
Pomurska	22,8	23,6	53,6	
Podravska	24,1	25,6	50,3	
Koroška	20,0	29,9	50,2	
Savinjska	22,1	22,5	55,3	
Zasavska	26,3	25,7	48,1	
Posavska	23,1	21,8	55,1	
Jugovzhodna Slovenija	24,5	26,2	49,3	
Osrednjeslovenska	21,8	26,4	51,8	
Gorenjska	25,4	25,3	49,4	
Primorsko-notranjska	23,0	35,0	42,0	
Goriška	21,8	24,9	53,4	
Obalno-kraška	25,6	26,4	48,0	
SLOVENIJA	23,1	25,6	51,3	

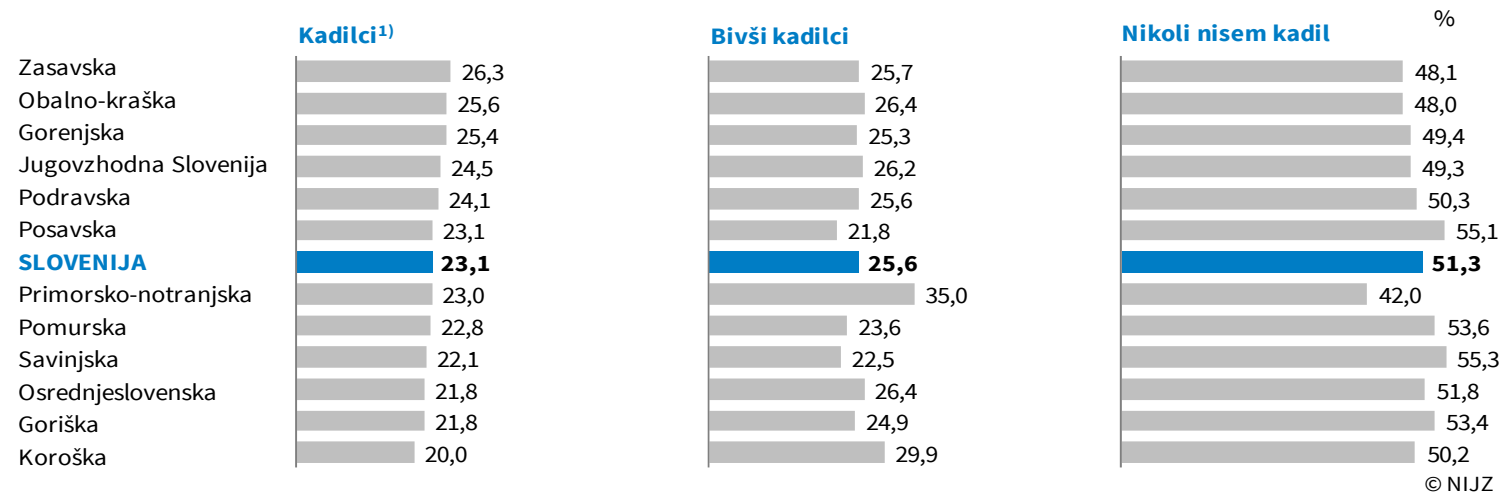
¹⁾Trenutni redni kadilci in občasni kadilci skupaj.

Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2016

Delež oseb, ki niso nikoli kadili, je statistično značilno najvišji v savinjski regiji (55 %). Delež bivših kadilcev je statistično značilno najvišji v primorsko-notranjski regiji (35 %) in delež trenutnih kadilcev je statistično značilno najvišji v zasavski regiji (26 %).



3.5 Slika 4: Delež kadilcev, bivših kadilcev in tistih, ki nikoli niso kadili, med prebivalci, starimi 25–74 let, po statističnih regijah, Slovenija, 2016



¹⁾ Trenutni redni kadilci in občasni kadilci skupaj.

Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2016

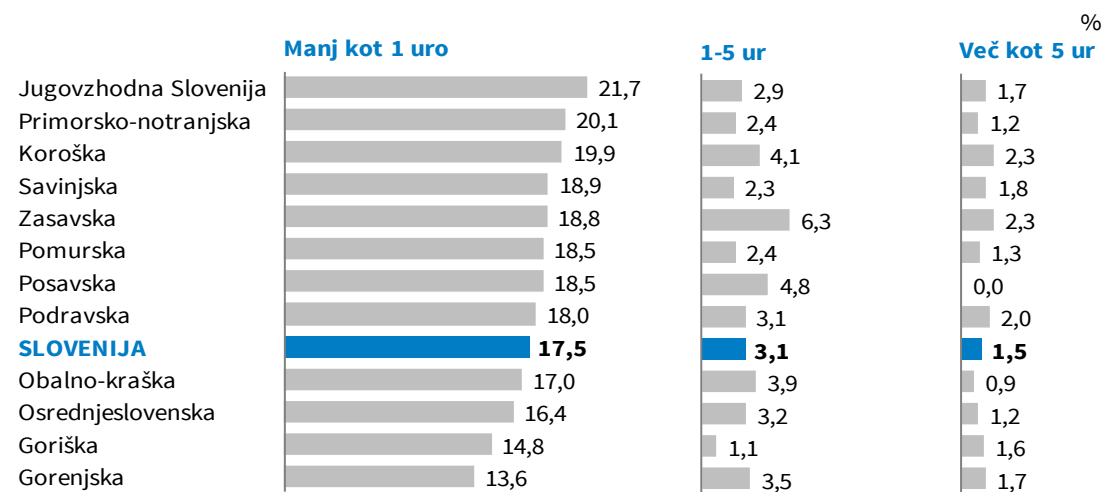
3.5 Tabela 8: Delež nekadilcev¹⁾ (25–74 let), ki navajajo izpostavljenost cigaretnemu dimu (25–74 let), po spolu, starosti in izobrazbi, po statističnih regijah, Slovenija, 2016

¹⁾ Nekadilci, ki niso nikoli kadili in bivši kadilci skupaj.

Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2016



3.5 Slika 5: **Delež nekadilcev¹⁾ (25–74 let), ki je dnevno izpostavljenih tobačnemu dimu drugih, glede na čas izpostavljenosti, po statističnih regijah, Slovenija, 2016**



© NIJZ

¹⁾ Nekadilci, ki niso nikoli kadili in bivši kadilci skupaj.

Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2016



MEDNARODNE PRIMERJAVE

3.5 Tabela 9: **Delež rednih kadilcev (15+ let)**, po številu pokajenih cigaret na dan, Slovenija in države EU, 2014

	Do 20 cigaret	20 ali več cigaret	SKUPAJ	%
Bolgarija	14,6	12,7	27,3	
Grčija	11,9	15,1	27,0	
Madžarska	19,6	6,2	25,8	
Ciper	13,1	12,1	25,2	
Hrvaška	12,7	11,8	24,5	
Latvija	16,5	7,6	24,1	
Avstrija	14,6	9,3	23,9	
Estonija	15,2	7,5	22,7	
Slovaška	17,6	5,0	22,6	
Španija	15,4	6,8	22,2	
Poljska	11,9	10,0	21,9	
Češka	15,2	6,0	21,2	
Francija	16,0	4,6	20,5	
Litva	13,4	6,8	20,2	
Romunija	14,9	4,9	19,8	
Malta	10,8	8,1	18,9	
EU ¹⁾	12,5	5,8	18,4	
SLOVENIJA	11,3	6,7	18,0	
Italija	11,8	5,6	17,4	
Nizozemska	13,1	4,1	17,2	
Belgija ²⁾	10,6	6,6	17,2	
Portugalska	10,4	6,0	16,3	
Nemčija	10,0	5,0	15,0	
Luksemburg	8,8	5,0	13,8	
Združeno kraljestvo	10,1	3,6	13,7	
Danska	8,3	3,9	12,3	
Finska	11,6	0,0	11,6	
Švedska	7,5	1,2	8,7	

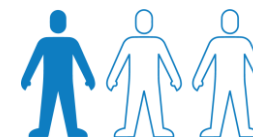
© NIJZ

¹⁾Ocena.

²⁾Nizka zanesljivost podatkov.

Viri: Anketa o zdravju in zdravstvenem varstvu (EHIS), 2014, povzeto po EUROSTAT
<http://ec.europa.eu/eurostat/data/database>, 29.08.2018

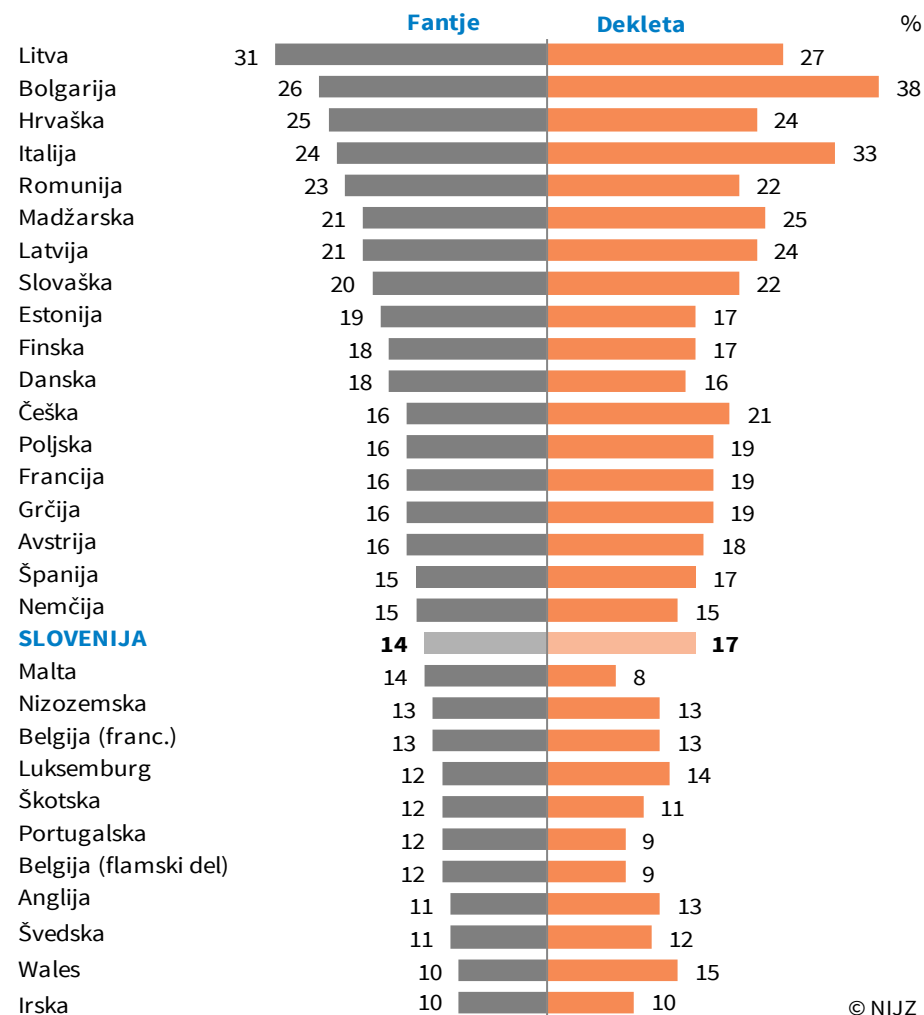
3.5 Slika 6: **Umrlj zaradi bolezni pripisljivih kajenju tobaka**



Zaradi bolezni pripisljivih kajenju tobaka umre 2/3 kadilcev. V povprečju izgubijo od 10 do 15 let življenja.

Viri: Banks E, Joshy G, Weber MF, Liu B, Grenfell R, Egger S, Paige E, Lopez AD, Sitas F, Beral V. Tobacco smoking and all-cause mortality in a large Australian cohort study: findings from a mature epidemic with current low smoking prevalence. BMC Med 2015; 13(1): 281.

Primerjava z državami članicami Evropske unije kaže, da je v 2014 Slovenija blizu povprečja držav članic Evropske unije.

3.5 Slika 7: Delež mladostnikov starih 15 let, ki so kadili cigarete v zadnjih 30 dneh, po spolu, Slovenija in države EU¹⁾, 2018

Po razširjenosti kajenja se slovenski mladostniki, stari 11, 13 in 15 let uvrščajo blizu povprečja vrstnikov iz držav, vključenih v raziskavo HBSC.

© NIJZ

¹⁾ Prikazane so samo tiste države, ki so članice EU, v raziskavo HBSC pa so bile vključene tudi države izven EU.

Viri: Raziskava Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju (HBSC), 2018, povzeto po HBSC Study: International report from the 2017/18 survey, <http://www.hbsc.org/publications/international/>



DEFINICIJE

Okrajšave in kratice	NAZIV	DEFINICIJA	DODATNA METODOLOŠKA POJASNILA	ANGLEŠKI IZRAZ
	Redni kadilci	Redni kadilci so tisti, ki kadijo vsak dan.		Regular smokers
	Občasni kadilci	Občasni kadilci so tisti, ki kadijo priložnostno, običajno ob določenih dogodkih.		Occasional smokers
CINDI	Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog	Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog je bila izvedena med odraslimi prebivalci Slovenije v letih 2001, 2004, 2008, 2012 in 2016. Njen namen je odkrivanje razširjenosti in medsebojne povezanosti dejavnikov tveganja za nenalezljive bolezni pri odraslih, in sicer glede kadilskih, pivskih, prehranjevalnih in gibalnih navad, pa tudi glede obnašanja v zvezi z varnostjo v cestnem prometu in glede koriščenja nekaterih zdravstvenih storitev. Na osnovi zbranih podatkov bo lažje oblikovati prihodnje programe za izboljšanje zdravja vseh prebivalcev Slovenije, podatki pa so v pomoč tudi pri smiselnem načrtovanju preventivnih zdravstvenih aktivnosti.	<p>Vzorčni okvir za pripravo vzorca je bil Centralni register prebivalstva (CRP). Vzorec je pripravil Statistični urad Republike Slovenije na podlagi stratificiranega enostavnega slučajnega vzorčnega načrta (stratifikacija po regijah in tipu naselja). V vzorec za raziskavo v letu 2016 je bilo vključenih 15.639 prebivalcev Slovenije, ki so bili na dan začetka anketiranja (15. maja 2016) stari od 25 do vključno 74 let. Terenska faza ankete je potekala od 15. maja 2016 do konca septembra 2016. Pri analizi trendov so bili prebivalci v starosti 65–74 let zaradi primerljivosti s podatki iz let 2001 in 2004 izključeni.</p> <p>Podatki za leto 2016 so objavljeni v publikaciji na spletni strani NIJZ: http://nijz.si/sites/www.nijz.si/files/publikacije-datoteke/kako_skrbimo_za_zdravje_splet_3007_kon_cna.pdf</p>	CINDI Health Monitor Survey



Okrajšave in kratice	NAZIV	DEFINICIJA	DODATNA METODOLOŠKA POJASNILA	ANGLEŠKI IZRAZ
HBSC	Raziskava Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju	Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju je mednarodna raziskava, ki poteka vsake štiri leta. Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) jo je izvedel v letih 2002, 2006, 2010, 2014 in 2018. Mednarodni vprašalnik obsega niz obveznih vprašanj o demografskih, vedenjskih in psihosocialnih vidikih zdravja. Poleg teh lahko sodelujoče države dodajo še določeno število opcijskih vprašanj, s pomočjo katerih je mogoče natančneje opazovati posamezna vsebinska področja. Obvezna vprašanja obsegajo naslednja vsebinska področja: demografija, prehranske navade, hujšanje in telesna samopodoba, telesna dejavnost, sedeča vedenja, tvegana vedenja, spolno zdravje, poškodbe in nasilje, družina, vrstniki, šola, zdravje in počutje, družbene neenakosti.	Uporabljena je bila kvantitativna metoda raziskovanja – anketa s standardiziranim mednarodnim vprašalnikom. Reprezentativni vzorec je zajel všolane slovenske enajst-, trinajst- in petnajstletnike. Enota vzorčenja je bil razred oziroma oddelek. Vzorčenje je bilo dvostopenjsko stratificirano. Anketiranje je bilo izvedeno v času pouka, in sicer v šolskih učilnicah izbranih šol. Mednarodna poročila so dostopna na tej povezavi: http://www.hbsc.org/publications/international/ Podatki za leta 2002, 2006, 2010, 2014 in 2018 so javno objavljeni v poročilih na spletni strani NIJZ: http://www.nijz.si/sl/publikacije	Health behaviour in school-aged children
EHIS	Anketa o zdravju in zdravstvenem varstvu	Anketa o zdravju in zdravstvenem varstvu, EHIS (angl. European Health Interview Survey), poizveduje o tem, kakšno je zdravstveno stanje prebivalcev, kako pogosto uporabljajo različne zdravstvene storitve in kakšen je njihov življenjski slog, povezan z zdravjem.	Zadnjo Anketo o zdravju in zdravstvenem varstvu v Sloveniji je leta 2014 izvedel Nacionalni inštitut za javno zdravje. Izsledki ankete so mednarodno primerljivi, saj se anketa izvaja v evropskih državah po skupni metodologiji, podatki pa se oddajo Eurostatu. Ciljna populacija so prebivalci, stari 15 let ali več, ki živijo v zasebnih gospodinjstvih (niso institucionalizirani). Leta 2014 so bili podatki v Sloveniji zbrani s spletnim anketiranjem in z osebnim anketiranjem na naslovih oseb, ki so bile izbrane v vzorec. Končna velikost vzorca je bila 6.262 oseb. Podatki so objavljeni na spletni strani NIJZ: http://www.nijz.si/sl/podatki/anketa-o-zdravju-in-zdravstvenem-varstvu	European Health Interview Survey (EHIS)



SEZNAM SLIK IN TABEL

SEZNAM SLIK

3.5 Slika 1: Umrli zaradi bolezni pripisljivih kajenju tobaka , Slovenija	3-2
3.5 Slika 2: Delež kadilcev, med prebivalci, starimi 25–74 let , po spolu in izobrazbi, Slovenija, 2016.....	3-3
3.5 Slika 3: Razširjenost kajenja med mladostniki starimi 15 let , Slovenija, 2002, 2006, 2010, 2014, 2018.....	3-5
3.5 Slika 4: Delež kadilcev, bivših kadilcev in tistih, ki nikoli niso kadili, med prebivalci, starimi 25–74 let , po statističnih regijah, Slovenija, 2016.....	3-8
3.5 Slika 5: Delež nekadilcev¹⁾ (25–74 let), ki je dnevno izpostavljenih tobačnemu dimu drugih, glede na čas izpostavljenosti , po statističnih regijah, Slovenija, 2016.....	3-9
3.5 Slika 6: Umrli zaradi bolezni pripisljivih kajenju tobaka	3-10
3.5 Slika 7: Delež mladostnikov starih 15 let, ki so kadili cigarete v zadnjih 30 dneh , po spolu, Slovenija in države EU, 2018	3-11

SEZNAM TABEL

3.5 Tabela 1: Delež kadilcev, bivših kadilcev in tistih, ki nikoli niso kadili, med prebivalci, starimi 25–74 let , po spolu, starosti in izobrazbi, Slovenija, 2016	3-3
3.5 Tabela 2: Delež kadilcev¹⁾, bivših kadilcev in tistih, ki niso nikoli kadili, med prebivalci, starimi 25–74 let , po spolu, Slovenija, 2016.....	3-4
3.5 Tabela 3: Delež rednih kadilcev¹⁾, starih 25–74 let , glede na število pokajenih cigaret na dan, Slovenija, 2016	3-4
3.5 Tabela 4: Delež mladostnikov, ki kadijo vsaj enkrat tedensko , po spolu, pri starostih 11, 13, 15 let, Slovenija, 2002, 2006, 2010, 2014, 2018.....	3-5
3.5 Tabela 5: Delež nekadilcev¹⁾ (25–74 let), ki navajajo izpostavljenost cigaretnemu dimu , po spolu, starosti in izobrazbi, Slovenija, 2016.....	3-6
3.5 Tabela 6: Delež nekadilcev¹⁾ (25–74 let), ki navajajo dnevno izpostavljenih tobačnemu dimu drugih, glede na čas izpostavljenosti , po spolu, Slovenija, 2016.....	3-6
3.5 Tabela 7: Delež kadilcev, bivših kadilcev in tistih, ki nikoli niso kadili, med prebivalci, starimi 25–74 let , po statističnih regijah, Slovenija, 2016	3-7
3.5 Tabela 8: Delež nekadilcev¹⁾ (25–74 let), ki navajajo izpostavljenost cigaretnemu dimu (25–74 let) , po spolu, starosti in izobrazbi, po statističnih regijah, Slovenija, 2016.....	3-8
3.5 Tabela 9: Delež rednih kadilcev (15+ let) , po številu pokajenih cigaret na dan, Slovenija in države EU, 2014	3-10