

# Tubaka- ja nikotiinitoodete tarvitamine Eestis



Tervise  
Arengu  
Instituut

## Tubakatööstus on ajaloo ühe suurima epideemia vallandaja



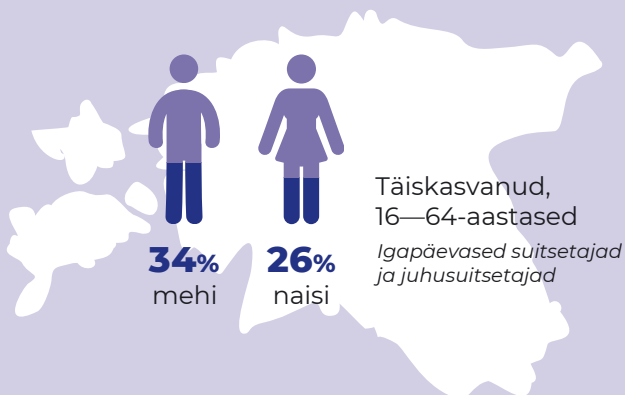
## Tubakatööstus üritab uusi tooteid arendades hoida inimesi sõltuvuses

Tavasigarette suitsetatakse üha vähem, samas tõuseb kiirelt uudsete tubaka- ja nikotiinitoodete tarvitajate arv. Leviv arusaam, et need on nikotiini ja tubaka tarvitamiseks tervislikumad alternatiivid, tõstavad nende populaarsust. Tihti ei teata, et alternatiivsete tubakatoodete arendamise ja tootmise taga on samad sigarette tootvad suured tubakatööstused, kes klientide hoidmiseks laiendavad oma tooteportfelli uute alternatiivsete tubaka- ja nikotiinitoodetega.

Maailma Terviseorganisatsioon ja Maailmapank juhivad tähelepanu, et uued tubaka- ja nikotiinitooted normaliseerivad suitsetamist ning hoiavad inimesi jätkuvalt nikotiinisõltuvuses.

*Tubakatööstuse manipulatsioonidest, tubaka tarvitamise tagajärgedest ning sekkumisvajadusest: Technical manual on tobacco tax policy and administration. WHO; 2021 ja Fact sheet on the SDGs: Tobacco control. WHO; 2019*

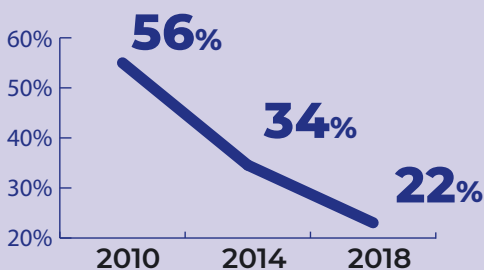
## Tubakatarvitamine Eestis



## Suitsetamise populaarsus kooliõpilaste seas langeb

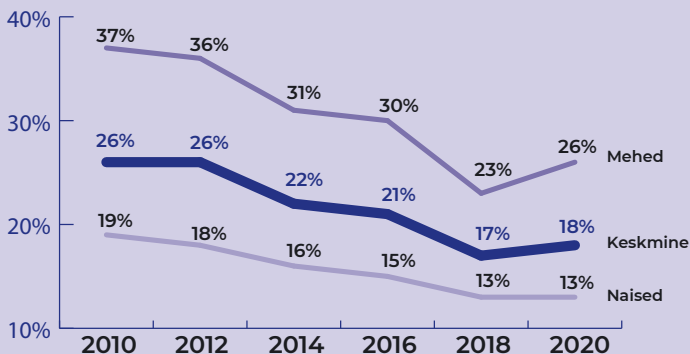


## Sigareti proovimist alustatakse keskmiselt 13-aastaselt



13-aastaselt sigaretti proovinute  
osakaal kooliõpilaste seas

## Igapäevasuitsetajate osakaalu langus on peatunud



**2010** keelati suitsetamine lasteaia, põhikooli, gümnaasiumi, kutseõppeasutuse ja huvikooli ruumides ning nende piiratud maa-alal.

**2016** võeti kasutusele pilthoiatused ja karmistusi nõuded sigaretipakendile. Keelati vitamiinide, kofeiini ja tauriini sisaldus tubakatoodetes ning filtrid ja paberid ei tohi enam sisaldada lõhna ega värvaineid.

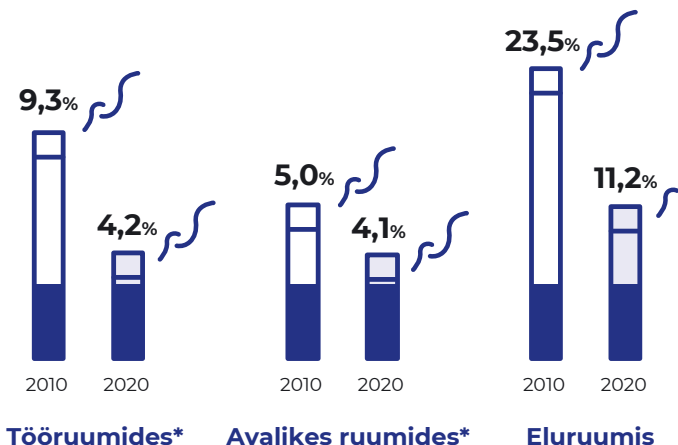
**2017** jõustus tubakast erineva maitse ja lõhnaga sigarettide ja tubaka müügi keeld (va mentooli maitse).

**2019** keelati tubakatoodete ja nende kaubamärkide väljapanek jaekaubanduse müügikohades ning tubakatoodete ja nendega seonduvate toodete kaugmüük.

**2020** jõustus mentoolimaitseliste sigarettide müügi keeld.

*Rohkem statistikat Eesti elanike suitsetamisharjumuste kohta: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring 2020. TAI; 2021*

## Passiivne suitsetamine on viimase 10 aasta jooksul vähenenud



\*Viibis suitsuses ruumis rohkem kui 1h päevas

## Endiselt ohustab tubakasuits inimesi kõige rohkem kodukeskkonnas

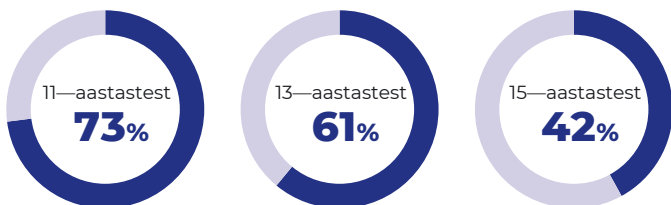
Avatud akna juures või köögi õhupuhasti all suitsetamine ei vii tubakasuitsu toast välja. 80% mürgisest sigaretsuitsust on nähtamatu ja kandub ruumi tagasi, mõjudes kahjulikult kõikidele toas viibivatele inimestele. Kortermajas levib suits ka naabriteni ning häirib oluliselt teisi elanikke passiivse suitsetamise tervisemõjude tõttu.

Suitsetamine eluruumis või selle akendel ja rõdudel on taunitav. Suitsetamiseks tuleb kortermajast väljuda ning valida sobiv koht, mis on akendest eemal. Inimestel, kes on valinud tubakavaba elu ja soovivad oma tervist kaitsta, on õigus puhtale õhule oma kodus.

Rohkem statistikat Eesti elanike suitsetamisharjumuste kohta: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring 2020. TAI; 2021

# Alternatiivsed tubakatooted on algus uue põlvkonna nikotiinisõltuvusele

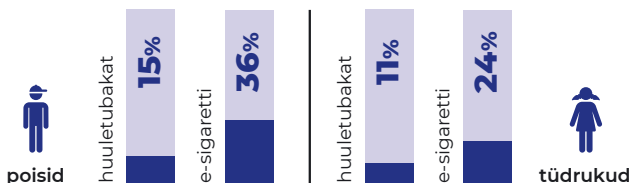
Neist, kes on kunagi suitsetanud, alustas suitsetamist e-sigaretist



Mida noorem vanuserühm, seda suurem osa neist on suitsetanud e-sigaretti enne tavasigarette. Oluline on teada, et mida nooremana inimene alustab, seda suurema tõenäosusega on ta ka tulevikus nikotiinisõltlane.

## E-sigareti ja huuletubaka tarvitamine on kooliõpilaste seas populaarne

Elu jooksul on proovinud



## Paralleelselt alternatiivsete toodete tarvitamisega suitsetatakse ka sigarette

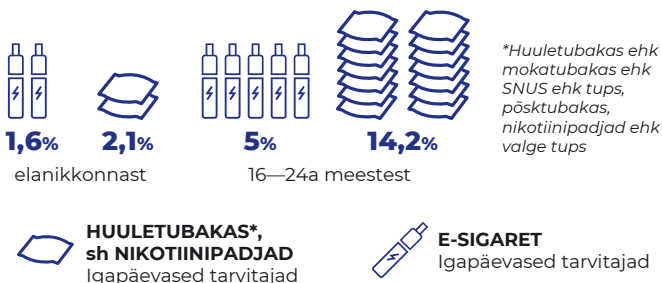
Sigarette suitsetab\*



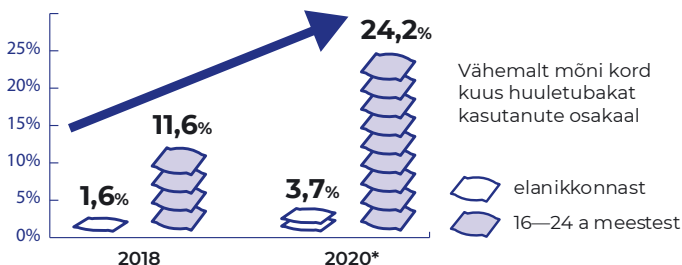
\*Viimase 30 päeva jooksul tarvitanud 15-aastased

Rohkem statistikat 11-15-aastaste kooliõpilaste suitsetamisharjumuste kohta: Eesti kooliõpilaste tervisekäitumine. 2017/2018. õppeaasta uuringuraport. TAI; 2019.

# Igapäevaseid alternatiivsete tubakatoodete tarvitajaid on kõige rohkem noorte meeste seas



## Märkimisväärselt on kasvanud huuletubaka tarvitajate osakaal



\*2019 hakati legaalselt Eesti turul müüma uusi tubakavabasid nikotiinipatju.

## Alternatiivsed tooted ei ole suitsetamisest loobumise vahendid

Kuigi levivad väited, et uued tubaka- ja nikotiinitooted (e-sigaret, nikotiinipadjad ja kuumutatavad tubakatooted) on tervisele vähem kahjulikud ning nende abil on võimalik suitsetamisest loobuda, on alternatiivsete tubakatoodete kasutamine loobumisvahendina nõrgalt tõendatud. Nende toodete pikaajalised tervisemõjud on endiselt teadmata.

Suitsetamise asendamine alternatiivsete toodete kasutamisega on tegelikkuses üleminek ühelt nikotiini manustamisviisilt teisele. See ei ole loobumine, vaid nikotiinsõltuvuse jätkamine teisel kujul.

Rohkem statistikat Eesti elanike suitsetamisharjumuste kohta: Eesti täiskasvanud rahvastiku tervisekäitumise uuring 2020. TAI; 2021

# Riigi olulisimad eesmärgid tubakatarvitamise vähendamisel



Tõenduspõhise ja tõhusa tubakapoliitika edasiarendamine, tuginedes tubakapoliitika rohelisele raamatule. Uute sekkumiste väljatöötamine ja rakendamine.



Tubakast loobumise nõustamise kättesaadavuse ja kvaliteedi parandamine, sealhulgas alternatiivsete tubaka- ja nikotiinitoodete kasutamise tõkestamiseks noorte seas.



Alaealistele tubakatoodete ja alternatiivtoodete kättesaadavuse tõkestamine, tubakatoodete tarvitamise ennetamine kodu, haridusasutuste ja paikkonna koostöös. Noorte hoiakute kujundamine ja sotsiaalsete oskuste arendamine.



Elanikkonnateadlikkuse järjepidev suurendamine tubaka- ja nikotiinitoodetega kaasnevatest riskidest.



Tubakasuitsuga kokkupuute vähendamine ühiskonnas.

*Rohkem infot riigi prioriteetidest sekkumise puhul tubakatarvitamise vähendamisel: Rahvastiku tervise arengukava 2020-2030; Sotsiaalministeerium; 2021*

## Tõenduspõhised meetmed tubakatarvitamise vähendamiseks



Suitsuvaba elu- ja töökeskkonna tagamine.



Alternatiivsete tubakatoodete reklaami ja turustamise reguleerimine.



Ennetus- ja teavitustöö tubakatarvitamise valdkonnas.



Nikotiinisõltuvuse ravi ja tubakast loobumise nõustamisteenuste arendamine ja laialdasem kättesaadavus.



Salaturu piiramine ja maksupoliitika kujundamine.



Hoiatuspiltide- ja lausete kasutamise karmistamine nikotiini sisaldavate toodete pakenditel.



Tubaka- ja nikotiinitarbimise olukorra jälgimine ja kontrollimine.

*Rohkem infot WHO poolt välja toodud tõenduspõhiste meetmete kohta: WHO Framework Convention on Tobacco Control. WHO; 2003*