

Stosunek gdańskich gimnazjalistów do problemu palenia tytoniu i używania wyrobów tytoniowych

The attitude of Gdańsk middle school students to the problem of smoking and use of tobacco products

Marta Gallas^{A–F}, Małgorzata Przybysz^{A–B}

Studenckie Koło Naukowe Zdrowia Publicznego przy Zakładzie Zdrowia Publicznego i Medycyny,
Wydział Nauk o Zdrowiu z Oddziałem Pielęgniarstwa i Instytutem Medycyny Morskiej i Tropikalnej, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk, Polska

A – koncepcja i projekt badania, B – gromadzenie i/lub zestawianie danych, C – analiza i interpretacja danych,
D – napisanie artykułu, E – krytyczne zrecenzowanie artykułu, F – zatwierdzenie ostatecznej wersji artykułu

Pielęgniarstwo i Zdrowie Publiczne, ISSN 2082-9876 (print), ISSN 2451-1870 (online)

Piel Zdr Publ. 2019;9(1):51–55

Adres do korespondencji

Marta Gallas
e-mail: marta0231@gumed.edu.pl

Zewnętrzne źródła finansowania

Brak

Konflikt interesów

Nie występuje

Praca wpłynęła do Redakcji: 21.05.2014 r.
Po recenzji: 15.05.2018 r.
Zaakceptowano do druku: 24.08.2018 r.

Streszczenie

Wprowadzenie. Palenie tytoniu wśród młodzieży stanowi poważny problem. Wielu młodych ludzi sięga po wyroby tytoniowe i chociaż są nieletni, nie mają problemu z zakupem papierosów.

Cel pracy. Weryfikacja wiedzy uczniów z gdańskich gimnazjów na temat szkodliwości palenia i używania wyrobów tytoniowych, a także ukazanie ich postaw i przekonań.

Materiał i metody. W pracy wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego. Zbieranie informacji odbyło się przy wykorzystaniu ankiety stworzonej przez WHO – GTSS Global Youth Tobacco Survey – Core Questionnaire with Optional Questions, którą respondenci wypełniali samodzielnie. W badaniu wzięło udział 117 nastolatków w wieku 14–17 lat.

Wyniki. Aż 57% ankietowanych próbowało palić papierosy, a także inne wyroby tytoniowe i nie miało problemu z ich zakupem. Wśród badanych 58% osób było narażonych na bierne palenie w przeciągu ostatniego tygodnia. Jedna czwarta uczniów zgadza się ze stwierdzeniem, że mogliby polubić palenie. Prawie 82% zdaje sobie sprawę z tego, że rzucenie palenia jest trudne. Pierwszy kontakt z papierosem <11. r.ż. miało 24% badanych. Dla 56% ankietowanych zdobycie papierosów nie stanowiłoby problemu.

Wnioski. Palenie wyrobów tytoniowych stanowi poważny problem wśród nastolatków. Są oni narażeni na jego negatywne skutki nie tylko w trakcie czynnego, ale także podczas biernego palenia. Młodzi ludzie eksperymentują ze spożywaniem wyrobów tytoniowych i nie stanowi dla nich problemu zdobycie tych produktów. Wyniki badania pokazują, że już bardzo młodzi ludzie wpadają w trudne do pokonania uzależnienia.

Słowa kluczowe: palenie, nastolatki, tytoń, zdrowie człowieka

Cytowanie

Gallas M, Przybysz M. Stosunek gdańskich gimnazjalistów do problemu palenia tytoniu i używania wyrobów tytoniowych. *Piel Zdr Publ.* 2019;9(1):51–55. doi:10.17219/pzp/94583

DOI

10.17219/pzp/94583

Copyright

© 2019 by Wrocław Medical University
This is an article distributed under the terms of the
Creative Commons Attribution Non-Commercial License
(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>)

Abstract

Background. Cigarette smoking among young people is a serious problem. Many young people reach for tobacco products and although there are teenagers they do not have problems with purchasing them.

Objectives. To test Gdańsk secondary school students' knowledge about the dangers of smoking and tobacco use.

Material and methods. The study used a method of diagnostic survey. Data was collected using a survey developed by the WHO – Global Youth Tobacco GTSS Survey – Core Questionnaire with Optional Questions, to which the respondents gave answers themselves. The study involved 117 adolescents aged 14–17 years.

Results. Fifty-seven percent of respondents tried to smoke cigarettes and other tobacco products and had no problem with their purchase. Fifty-eight percent of respondents were exposed to passive smoking within the last week. Twenty-five percent of students agree with the statement that they might get to like smoking. Almost 82% are aware of the fact that giving up smoking is difficult. Twenty-four percent of respondents declared that their first contact with a cigarette was when they were less than 11 years old. For 56% of respondents obtaining cigarettes would not be a problem.

Conclusions. Smoking of tobacco products is a serious problem among teenagers. They are not only exposed to its negative consequences during active smoking, but also during passive smoking. Young people experiment with the consumption of tobacco products and it is not a problem for them to acquire them. The results show that even very young people fall into addictions difficult to overcome.

Key words: tobacco, smoking, human health, teenagers

Wprowadzenie

Palenie tytoniu zabija corocznie na świecie ponad 6 mln osób.¹ Według Światowej Organizacji Zdrowia (World Health Organization – WHO) co 6,5 s ktoś na świecie umiera z powodu używania wyrobów tytoniowych. Wśród konsekwencji zdrowotnych spowodowanych paleniem papierosów należy wyróżnić zwiększone ryzyko zachorowania na nowotwory złośliwe, choroby układu krążenia oraz choroby układu oddechowego. Najczęściej pojawiają się: rak płuc, nowotwory krtani, gardła, przełyku. U kobiet palenie papierosów zwiększa ryzyko zachorowania na raka piersi, szyjki macicy oraz jajników. Badania wykazały również, iż palenie tytoniu może prowadzić do zaburzeń gospodarki lipidowej, w tym do zwiększenia stężenia cholesterolu i trójglicerydów. Notuje się również silną zależność pomiędzy paleniem tytoniu a chorobą wieńcową i zawałem serca. Palenie uznawane jest również za czynnik predestynujący do wystąpienia udaru mózgu, a rzucenie palenia wyraźnie zmniejsza ryzyko wystąpienia incydentu mózgowego.² Co ważne, palenie powoduje nie tylko raka płuc czy choroby serca, ale również zaćmę, próchnicę, utratę słuchu, zmarszczki, wypadanie włosów czy osteoporozę.³ Większość dorosłych palaczy zapaliła swojego pierwszego papierosa przed ukończeniem 18. r.ż.⁴ Badania Health Behaviour in School-Aged Children (HBSC) wykazują, że 13% dzieci w wieku 11–12 lat próbowało palić papierosy, natomiast u młodzieży w wieku 13–14 lat odsetek ten wzrasta aż do 32%.⁵ Ludzie zaczynający palić w wieku nastoletnim i palący przez kolejne 2 dekady umierają 20–25 lat wcześniej niż osoby, które nigdy nie sięgnęły po papierosa.⁶ Jedną z głównych przyczyn przedwczesnych zgonów wśród osób dorosłych w Polsce jest palenie papierosów.

Celem pracy była weryfikacja wiedzy uczniów z gdańskich gimnazjów na temat szkodliwości palenia i używania wyrobów tytoniowych, a także charakterystyka ich postaw i przekonań.

Materiał i metody

W pracy wykorzystano metodę sondażu diagnostycznego. Pozyskiwanie informacji odbyło się przy wykorzystaniu ankiety stworzonej przez WHO – Global Tobacco Surveillance System (GTSS) Global Youth Tobacco Survey – Core Questionnaire with Optional Questions.⁵ Ankietę przeprowadzono w marcu i kwietniu 2014 r. Respondenci samodzielnie udzielali odpowiedzi na pytania w niej zawarte. W badaniu udział wzięło 117 nastolatków w wieku 14–17 lat z drugich klas gdańskich gimnazjów. Kwestionariusz zawierał pytania dotyczące statusu socjoekonomicznego, postaw i przekonań w stosunku do palenia papierosów i wyrobów tytoniowych, narażenia na bierne palenie, sposobu zdobywania papierosów, znajomości reklam i odbioru kampanii antytytoniowych oraz część ekonomiczną zawierającą pytania dotyczące preferencji co do marek czy smaku papierosów.

Wyniki

Ankietowani byli w wieku: 14 (26%), 15 (68%), 16 (3%) i 17 (2%) lat. Proporcja chłopców do dziewcząt wyniosła odpowiednio 52% : 48%. Wykształcenie rodziców respondentów przedstawiono w tabeli 1.

Tabela 1. Wykształcenie rodziców

Table 1. Parents' level of education

Wykształcenie	Ojciec [%]	Matka [%]
Podstawowe	3,42	0,85
Zawodowe	26,50	22,22
Średnie	20,51	24,79
Wyższe	23,93	38,46
Nie wiem	25,64	13,68

Na pytanie dotyczące wysokości kieszonkowego 29%, czyli najliczniejsza grupa uczniów, odpowiedziała, że dostaje <20 zł tygodniowo na własne wydatki, 24% otrzymuje 20–30 zł tygodniowo, natomiast 7% ma do dyspozycji <100 zł tygodniowo (tabela 2).

Tabela 2. Wysokość kieszonkowego

Table 2. Pocket money amount

Wysokość kieszonkowego	%
Zazwyczaj nie mam takich pieniędzy	12,82
<20 zł	29,06
20–30 zł	23,93
31–40 zł	11,11
41–50 zł	5,98
51–60 zł	3,42
60–100 zł	6,84
>100 zł	6,84

W ciągu ostatniego miesiąca 11% ankietowanych paliło codziennie, 4% paliło przez 20–29 dni w ostatnim miesiącu, a 68% nie zapaliło żadnego papierosa. W tym samym czasie 9% badanych wypaliło <1 papierosa dziennie, 13% – 2–5 papierosów w ciągu dnia, 5% – 6–10 papierosów, 2% – >20 papierosów dziennie, natomiast 69% nie paliło przez ostatni miesiąc. Różnice procentowe dotyczące odpowiedzi „nie palę” wynikają z faktu, iż respondenci w każdym pytaniu mogli wskazać tę odpowiedź. Wobec tego za każdym razem zaznaczała ją różna liczba uczniów.

Wiek inicjacji tytoniowej przedstawiono w tabeli 3.

Tabela 3. Wiek inicjacji tytoniowej

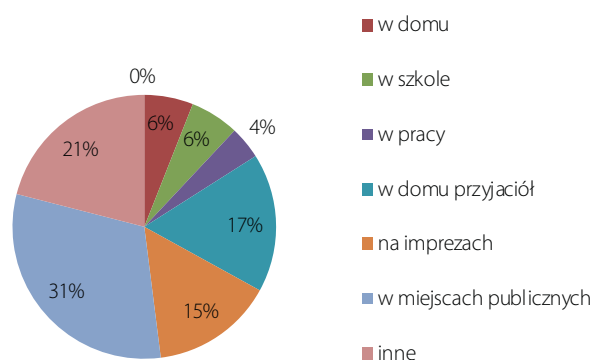
Table 3. The age of tobacco initiation

Wiek inicjacji tytoniowej	%
Nigdy nie paliłem papierosów	43,59
<7 lat	2,56
8–9 lat	7,69
10–11 lat	13,68
12–13 lat	20,51
14–15 lat	11,11
>16 lat	0,85

Z całej grupy badanych 66 osób (56%) próbowało palić papierosy, z czego 37 osób (56%) pali aż do teraz. Aż 65% nastolatków, którzy palą papierosy, pierwszy raz spróbowało palenia w wieku 12–13 lat.

Struktura miejsc, w których uczniowie palą najczęściej, przedstawia się następująco: 6% ankietowanych palaczy wskazało na dom, również 6% na szkołę, zaś najwięcej ankietowanych – 31% – pali w miejscach publicznych (ryc. 1).

Ponad jedna czwarta (26%) respondentów zadeklarowała, że eksperymentowała z innymi niż papierosy wyrobami tytoniowymi do palenia. Aż 32% spośród uczniów,



Ryc. 1. Miejsca, w których uczniowie palą najczęściej

Fig. 1. Places where students smoke most often

którzy nie palą papierosów, próbowało palić tabakę, natomiast spośród palaczy tabaki aż 63% ankietowanych próbowało palić również papierosy. Wśród respondentów 24% pali, ale nie sięga po inne wyroby tytoniowe.

W części ankiety dotyczącej chęci zaprzestania palenia 10% respondentów wyraziło takie pragnienie, 9% nie chciałoby przestać palić, 22% zaznaczyło, że już nie pali, a 24% uważa, że gdyby tylko chcieli, byłoby w stanie rzucić palenie. Na pytanie, czy kiedykolwiek otrzymali od kogoś pomoc lub poradę, które pomogłyby w rzuceniu palenia, 15% ankietowanych odpowiedziało, że otrzymało pomoc od przyjaciela, 2%, że od profesjonalisty (np. lekarza), 8% od członka rodziny, 5% od profesjonalistów oraz przyjaciół lub członków rodziny, natomiast 31% z nich nigdy nie otrzymało takiej pomocy.

Na pytania dotyczące miejsc, w których uczniowie mogą zakupić papierosy, odpowiedzi ukształtowały się w sposób następujący: 13% kupiło je w sklepie, 7% w kiosku, 3% odkupiło je od kogoś, natomiast 7% dostało w inny sposób. Aż 56% gimnazjalistów oświadczyło, że zakup papierosów nie stanowiłby dla nich żadnego problemu.

W przeciągu ostatnich 7 dni 58% ankietowanych było narażonych na bierne palenie, a 88% stwierdziło, że bierne palenie jest dla nich groźne. Za zakazem palenia w miejscach publicznych opowiedziało się 77% uczniów.

Badanie wykazało, że 54% ankietowanych w ostatnim miesiącu widziało jakiś antytytoniowy przekaz w telewizji lub na plakacie albo słyszało go w radiu, jednak 49% z nich, widząc na paczkach papierosów ostrzeżenia zdrowotne, nie rozmyślało o nich szczególnie. Wyniki pokazały, że 63% gimnazjalistów natknęło się na reklamy papierosów w sklepach, a 86% uczniów widziało w ciągu ostatniego miesiąca w filmie czy serialu, że ktoś pali.

W części badania dotyczącej postaw i przekonań w stosunku do palenia papierosów 27% nastolatków zadeklarowało, że w przeciągu następnych 12 miesięcy planuje używać wyrobów tytoniowych i jednocześnie 25% na pytanie: „Czy jeśli ktoś zaproponuje Ci papierosa, zapalisz go?” dało odpowiedź twierdzącą.

W ostatniej części ankiety znalazły się pytania dotyczące dostępu do papierosów oraz preferencji nastolatków

odnośnie do marki (tabela 4) i rodzaju (tabela 5) palonych papierosów. Uczniowie mieli możliwość zaznaczenia kilku odpowiedzi. Zdecydowana większość pali papierosy marek Marlboro oraz L&M; uczniowie wybierają grube papierosy – zwykłe lub mentole. Aż 41% z nich uważa, że papierosy można kupić względnie łatwo oraz że może je kupić blisko szkoły.

Tabela 4. Marki papierosów najchętniej wybierane przez uczniów

Table 4. Cigarette brands which are most often chosen by students

Marka papierosów	%
Nie paliłem papierosów konkretnej marki	0,00
L&M	13,68
West	4,27
Camel	1,71
Route 44	2,56
Marlboro	15,38
Chesterfield	5,98
Red&White	1,71
Inne	7,69
Nie palę	70,94

Tabela 5. Rodzaje papierosów najchętniej wybierane przez uczniów

Table 5. Types of cigarettes most often chosen by students

Rodzaj palonych papierosów	%
Cienkie	8,55
Grube	24,79
Smak zwykły	17,95
Mentole	10,26
Duo	5,98
Waniliowe	3,42
Czekoladowe	1,71
Owocowe	0,00
Nie palę	65,81

Z badania wynika, że nastolatki zdają sobie sprawę z ryzyka uzależnienia, jakie niesie za sobą rozpoczęcie palenia (82% ankietowanych na pytanie, czy trudno jest rzucić palenie, dało odpowiedź twierdzącą), a mimo to 57% z nich próbowało palić. Co gorsza, dla 56% respondentów zdobycie papierosów nie stanowiło żadnego problemu, mimo iż są nieletni.

Omówienie

Spośród ryzykownych zachowań zdrowotnych palenie tytoniu jest najłatwiejsze do zmodyfikowania, a co za tym idzie jest możliwą do uniknięcia przyczyną chorób i śmierci.

W Europie 16% wszystkich zgonów jest spowodowanych używaniem tytoniu.⁷ W wieku nastoletnim kształ-

tują się zachowania zdrowotne młodych ludzi, zaś palenie w wieku młodzieńczym zwiększa ryzyko zostania regularnym palaczem w przyszłości. Z badań przeprowadzonych w Wielkiej Brytanii wynika, że 23% respondentów zapaliło swojego pierwszego papierosa w wieku 11–15 lat⁸; podobny wynik uzyskano w niniejszym badaniu. Badania przeprowadzone w Polsce w 2002 r. świadczą o tym, że jedna trzecia 15-letnich palaczy przypuszczalnie będzie paliła w przyszłości.⁹ Część badania HBSC przeprowadzonego w Polsce we współpracy z WHO w 2010 r. wykazała, że 13% nastolatków regularnie pali papierosy. To o 6% więcej w porównaniu z 2002 r. Dużo wyższy wskaźnik (32%) uzyskano wśród młodzieży w badaniu własnym.

Należy się zastanowić, czy tak wysoki wynik to rezultat wciąż rosnącej liczby nastolatków sięgających po wyroby tytoniowe, czy też może jest to spowodowane zbyt łatwym dostępem młodzieży do tego typu wyrobów. Badanie własne wykazało, że nastolatki nie mają problemu z zakupem papierosów.

Przeprowadzone badanie wykazało, że 24% uczniów palących papierosy pali >10 dni w miesiącu, wypalając >2 papierosy w ciągu dnia. Wynika z tego, iż nastoletni palacze wydają >40% swojego kieszonkowego na używki (53% uczniów otrzymuje <30 zł kieszonkowego na tydzień). Badanie przeprowadzone przez Ipsos w Polsce wykazało, że uczniowie otrzymują średnio 82 zł kieszonkowego miesięcznie. Według rodziców wydają je głównie na słodycze (61%), napoje (37%) oraz czasopisma (27%).¹⁰ Być może należałoby zwrócić uwagę rodziców na to, na co ich dzieci wydają swoje zasoby finansowe. Brak dostępu do pieniędzy bez kontroli opiekunów prawdopodobnie zmusiłby część młodzieży do zaprzestania palenia.

Badania Global Youth Tobacco Survey (GYTS) przeprowadzone w Europie wykazały, że 40% nastolatków jest narażonych na bierne palenie w swoim domu.¹¹ To mniej niż w badaniu własnym (58%). Nastolatki zdają sobie sprawę z tego, że bierne palenie jest dla nich groźne (88%), dlatego wielu z nich opowiedziało się za zakazem palenia w miejscach publicznych (83%). Podobne wyniki uzyskano w badaniu własnym – 77%.

Osiem procent niepalących nastolatków na pytanie, czy jeśli ktoś z rówieśników proponuje zapalenie papierosa, zrobi to, dało odpowiedź twierdzącą. Spośród palaczy 35% deklaruje chęć rzucenia palenia, a jednocześnie gdy rówieśnik proponuje papierosa, nie odmówi. Wpływ grupy rówieśniczej na zachowania nastolatków w badanym wieku jest znaczący. W badaniu *Wpływ grupy rówieśniczej w procesie socjalizacji młodzieży* przeprowadzonym w 2007 r. młodzi ludzie jako osoby, do których zwrócą się o pomoc, na pierwszym miejscu wskazali swoich przyjaciół, na drugim matkę, na kolejnych rodzeństwo, ojca i dalszą rodzinę.¹² Takie wyniki wskazują, iż należałoby się zastanowić nad zaangażowaniem uczniów w pomoc swoim palącym kolegom, np. poprzez prowadzenie zajęć na temat możliwości rzucenia palenia czy wpływu palenia na zdrowie, czyli tzw. tutoringiem

rówieśniczym: „Tutoring rówieśniczy wykorzystuje też fakt, że pod pewnymi względami członkowie grupy rówieśniczej są sobie bliżsi niż uczniowie i nauczyciele. [...] zakłada więc, że uczniów łączy pewien rodzaj bliskości, związany z wiekiem i rodzajem doświadczeń, w szczególności wspólne systemy znaczeń oraz podobne sposoby rozumienia i przeżywania świata”.¹³ Wśród badanych uczniów 37% z tych, którzy kiedykolwiek uzyskali pomoc lub poradę, która pomogłaby im rzucić palenie, otrzymała ją właśnie od przyjaciela. Tylko 48% uczniów w przeciągu ostatnich 12 miesięcy uczestniczyło w lekcji na temat niebezpieczeństw wynikających ze szkodliwości palenia; niestety w kwestionariuszu nie umieszczono pytania na temat prowadzących takie zajęcia ani wpływu tych zajęć na chęć zaprzestania palenia.

Należy dodać, iż zgodnie z *Ustawą z 8.04.2010 r. o zmianie ustawy o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych oraz ustawy o Państwowej Inspekcji Sanitarnej*¹⁴ palenie w szkole oraz na jej terenie jest zabronione, jednak aż 49% uczniów widziało w przeciągu ostatniego miesiąca, jak ktoś palił w budynku lub na terenie szkoły. Z badania nie wynika jednak, czy byli to uczniowie, mający tak duży wpływ na swoich kolegów, czy też nauczyciele i pracownicy szkoły.

Rozpoczęcie palenia bardzo często wiąże się z paleniem przez członków najbliższej rodziny lub przyjaciół, ale również z ekspozycją na marketing ze strony firm tytoniowych czy wizerunkiem palenia w filmach czy serialach. W przeprowadzonym badaniu 86% respondentów oglądało film czy serial, w którym używano wyrobów tytoniowych. Z badań przeprowadzonych przez American Cancer Society wynika, że w 2010 r. 30% filmów skierowanych do młodzieży zawierało sceny palenia papierosów. Surgeon General Report wykazał, że ograniczenie scen palenia w filmach skierowanych do młodzieży (z 275 do 10) może zredukować palenie nastolatków aż o 18%.

W ankiecie przygotowanej przez WHO – GTSS Global Youth Tobacco Survey – Core Questionnaire with Optional Questions nie umieszczono niestety pytań dotyczących palenia przez członków najbliższej rodziny. Tymczasem badania wskazują, że 19% dzieci palących rodziców sięga po wyroby tytoniowe.¹⁶

Wnioski

Palenie wyrobów tytoniowych stanowi poważny problem wśród nastolatków. Są oni narażeni na szkodliwość dymu tytoniowego nie tylko w trakcie czynnego (32%), ale także podczas biernego palenia (58%).

Młodzi ludzie eksperymentują z używaniem wyrobów tytoniowych.

Badania ukazują, że już bardzo młodzi ludzie wpadają w trudne do pokonania uzależnienia.

Badani wyrażają chęć rzucenia palenia, ale jednocześnie jedna trzecia z nich nigdy nie otrzymała żadnej po-

mocy ani rady w kwestii zaprzestania palenia.

Nastolatki są narażone na reklamy tytoniu, zarówno w sklepach, jak i podczas oglądania filmów i seriali.

Wpływ grupy rówieśniczej na zachowania nastolatków jest znaczący.

Piśmiennictwo

1. World Health Organization. European Tobacco Control Status Report 2013. Kopenhaga, Dania: World Health Organization; 2013. http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0011/235973/European-Tobacco-Control-Status-Report-2013-Eng.pdf. Dostęp 6.03.2019.
2. Bąk-Romaniszyn L, Czkwianianc E, Cywińska-Bernas A, et al. Choroby społeczne i cywilizacyjne – wybrane zagadnienia. Łódź, Polska: Uniwersytet Medyczny w Łodzi; 2013.
3. World Health Organization. Why Take the Risk? Regional Office for the Eastern Mediterranean 2009. <http://www.emro.who.int/tfi/tfi.htm>. Dostęp 6.03.2019.
4. Currie C, Zanotti C, Morgan A, et al, red. Social Determinants of Health and Well-Being Among Young People, Health Behavior in School-Aged Children (HBSC) Study: International Report From the 2009/2010 Survey. Kopenhaga, Dania: WHO Regional Office for Europe; 2012. http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/163857/Social-determinants-of-health-and-well-being-among-young-people.pdf. Dostęp 6.03.2019.
5. Mazur J, Małkowska-Szkućnik A, red. Wyniki badań HBSC 2010 – raport techniczny. Warszawa, Polska: Instytut Matki i Dziecka; 2010.
6. Global Youth Tobacco Survey Collaborative Group. Global Youth Tobacco Survey (GYTS): Core Questionnaire with Optional Questions, Version 1.0 – July 2012. <https://www.datafirst.uct.ac.za/data-portal/index.php/catalog/645/download/9102>. Dostęp 6.03.2019.
7. WHO Regional Office for the Eastern Mediterranean. The Tobacco Health Toll. Kair, Egipt: WHO Regional Office for the Eastern Mediterranean; 2005.
8. ASH Action for Smoking and Health. Fact Sheet: Young people and smoking. http://ash.org.uk/files/documents/ASH_108.pdf. Dostęp 6.03.2019.
9. Woynarowska B, Mazur J. Intencje palenia tytoniu w niedalekiej przyszłości u młodzieży 15-letniej i ich niektóre uwarunkowania. *Alkohol Narkom.* 2002;15(1):71–82. http://ain.ipin.edu.pl/archiwum/2002/1/AiN_1-2002-08.pdf. Dostęp 6.03.2019.
10. Ipsos. Dzieci i pieniądze: kieszonkowe nie poddaje się kryzysowi. <http://www.ipsos.pl/kieszonkowe-dzieci-2010>. Dostęp 27.04.2014.
11. World Health Organization. Global Youth Tobacco Survey. http://www.cdc.gov/tobacco/global/gtss/tobacco_atlas/pdfs/part3.pdf. Dostęp 6.03.2019.
12. Kokociński M. Rola grupy rówieśniczej w procesie socjalizacji młodzieży. Poznań, Polska: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Komunikacji i Zarządzania; 2011.
13. Appelt K, Matejczuk M. Tutoring rówieśniczy, czyli stara metoda na nowo odkrywana. *Charaktery.* 2013;5:21–30.
14. Ustawa z 8.04.2010 r. o zmianie ustawy o ochronie zdrowia przed następstwami używania tytoniu i wyrobów tytoniowych oraz ustawy o Państwowej Inspekcji Sanitarnej. DzU z 2010 r. Nr 81, poz 529.
15. American Cancer Society. Questions About Smoking, Tobacco, and Health. Atlanta, GA, USA: American Cancer Society; 2014.
16. Grochowska A, Schlegel-Zawadzka M. Palenie tytoniu jako przykład antyzdrowotnych zachowań wśród młodzieży szkół ponadgimnazjalnych. *Stud Med.* 2008;11:29–32. http://www.ujk.edu.pl/studiamedyczne/doc/SM_tom_11/Palenie%20tytoniu.pdf. Dostęp 6.03.2019.