

Univerzita Karlova v Praze

1. Lékařská fakulta

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: Adiktologie



Kristýna Šatochinová

Vzorce užívání žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků u sportovců: on-line dotazníková studie

Patterns of chewing tobacco and nicotine pouches usage among athletes: an online survey

Bakalářská práce

Vedoucí bakalářské práce: Mgr. Adam Kulháněk, Ph.D.

Praha, 2022

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

.....
Kristýna Šatochinová

Poděkování

Ráda bych poděkovala svému vedoucímu práce Mgr. Adamovi Kulhánkovi, Ph.D. za jeho ochotu a zodpovědné vedení. Zároveň všem americkým fotbalistům a ledním hokejistům, kteří mi pomohli uskutečnit výzkum. Dále mému příteli Josefu Malzerovi a mojí mamince, za to, že to se mnou po dobu psaní vydrželi, a vždy mi pomohli. A Gorovi Vartazaryanovi za jeho podporu.

Identifikační záznam

ŠATOCHINOVÁ, Kristýna. *Vzorce užívání žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků u sportovců: on-line dotazníková studie. [Patterns of chewing tobacco and nicotine pouches usage among athletes: an online survey]*. Praha, 2022.s. 54, 2 příl. Bakalářská práce (Bc.). Univerzita Karlova v Praze, 1. Lékařská fakulta, Klinika adiktologie. Vedoucí práce: Kulháněk, Adam.

Abstrakt

VÝCHODISKA: Nikotin je v běžné populaci jednou z nejčastěji užívaných návykových látek. Dostupných informací o užívání žvýkacího tabáku, a především nikotinových sáčků není mnoho. Stejně tak není mnoho studií o užívání těchto produktů u sportovců.

CÍLE: Cílem práce bylo zmapovat vzorce užívání žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků u sportovců, konkrétně u amerických fotbalistů a ledních hokejistů.

METODY: Kvantitativní dotazníkový výzkum realizovaný s pomocí on-line dotazníkového nástroje Survio. Dotazník byl distribuován přes členy vybraných sportovních týmů, amerického fotbalu a ledního hokeje, trenéry nebo týmovými e-maily.

VÝSLEDKY: Výzkum tvořilo 219 respondentů, 114 amerických fotbalistů a 105 ledních hokejistů. Se žvýkacím tabákem má zkušenost 65 (57%) amerických fotbalistů a 53 (50%) ledních hokejistů. S nikotinovými sáčky má zkušenost 49 amerických fotbalistů a 43 ledních hokejistů. Se žvýkacím tabákem se respondenti průměrně poprvé setkali v 19 letech, s nikotinovými sáčky v 21 letech. Z výzkumu dále vyplynulo, že 21 (33%) z 65 hráčů amerického fotbalu a 19 (36%) z 53 hráčů ledního hokeje užívajících žvýkací tabák, tento produkt užívá denně. 17 (35%) z 49 hráčů amerického fotbalu a 14 (33%) z 43 hráčů ledního hokeje užívajících nikotinové sáčky, tento produkt užívá denně. Z 65 amerických fotbalistů užívajících žvýkací tabák uvedlo 37 (60%), že se setkali s jeho negativními účinky a totéž uvedlo 33 (62%) z 53 hráčů ledního hokeje užívajících tento produkt. Z 49 hráčů amerického fotbalu užívajících nikotinové sáčky uvedlo 17 (35%), že se setkali s jejich negativními účinky a totéž uvedlo 12 (28%) ze 43 hráčů ledního hokeje užívajících tento produkt.

ZÁVĚR: Výzkum ukázal, že oslovení respondenti z řad hráčů amerického fotbalu a ledního hokeje mají vyšší zkušenosti s užíváním žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků než obecná populace.

Klíčová slova:

Nikotin, nikotinové sáčky, žvýkací tabák, sportovci, závislost

Abstract:

BACKGROUND: Nicotine is one of the most commonly used addictive substances amongst the general population. Nonetheless, there is not much information on the use of chewing tobacco or nicotine pouches, even more so when it comes to studies concerning athletes.

AIMS: The goal of this work was to map out the patterns of using chewing tobacco and nicotine pouches amongst athletes, specifically American football players and ice hockey players.

METHODS: Quantitative questionnaire research was carried out with the help of the online tool Survio. The questionnaire was distributed through members of selected sports teams, American football and ice hockey, coaches, or team emails.

RESULTS: 219 respondents took part in the study, of them, 114 were American football players and 105 were ice hockey players. Out of the 219 respondents, 65 of the 114 American football players (57%) and 53 of the ice hockey players (53%) have used chewing tobacco. While 49 American football players and 43 ice hockey players have used nicotine pouches. On average, respondents encountered chewing tobacco at the age of 19, and nicotine bags at the age of 21. The research also found that 21 of the 65 American football players (33%) and 19 of the 53 ice hockey players (36%) that use chewing tobacco do so on a daily basis. For nicotine pouches 17 of the 49 (35%) American football players and 14 of the 43 (33%) ice hockey players that have used nicotine pouches before use it daily. It has also shown, that out of the 65 American football players that have used chewing tobacco 37 (60%) and out of the 53 ice hockey players that have used chewing tobacco 33 (62%) have experienced negative effects. Of the respondents using nicotine pouches 17 of the 49 (35%) American football players and 12 of the 43 (28%) ice hockey players have experienced negative effects.

CONCLUSION: The research has shown that the respondents have more experience with chewing tobacco and/or nicotine pouches than the general population.

Keywords: Nicotine, Nicotine Pouches Chewing tobacco, Athletes, Addiction

Obsah

1	ÚVOD	8
2	TEORETICKÁ ČÁST.....	9
2.1	MÍRA UŽÍVÁNÍ TABÁKOVÝCH A NIKOTINOVÝCH VÝROBKŮ V ČESKÉ REPUBLICE	9
2.2	PREVALENCE UŽÍVÁNÍ NIKOTINOVÝCH VÝROBKŮ U SPORTOVců	10
2.3	NIKOTIN CHARAKTERISTIKA A ÚČINKY	12
2.3.1	<i>Účinky nikotinu.....</i>	<i>12</i>
2.3.2	<i>Závislost na nikotinu</i>	<i>13</i>
2.3.3	<i>Diagnostické metody závislosti na nikotinu.....</i>	<i>15</i>
2.4	NIKOTINOVÉ SÁČKY	16
2.4.1	<i>Charakteristika nikotinových sáčků</i>	<i>16</i>
2.4.2	<i>Způsob užívání.....</i>	<i>17</i>
2.4.3	<i>Důsledky užívání nikotinových sáčků.....</i>	<i>17</i>
2.4.4	<i>Legislativní regulace nikotinových sáčků.....</i>	<i>18</i>
2.5	ŽVÝKACÍ TABÁK	19
2.5.1	<i>Charakteristika žvýkacího tabáku.....</i>	<i>19</i>
2.5.2	<i>Způsob užívání.....</i>	<i>20</i>
2.5.3	<i>Důsledky užívání</i>	<i>20</i>
2.5.4	<i>Legislativní regulace žvýkacího tabáku.....</i>	<i>21</i>
2.6	SLUŽBY PRO ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ.....	22
2.6.1	<i>Národní linka pro odvykání kouření</i>	<i>22</i>
2.6.2	<i>Centra pro závislé na tabáku.....</i>	<i>22</i>
2.6.3	<i>Adiktologická ambulance</i>	<i>22</i>
2.6.4	<i>Lékárny.....</i>	<i>23</i>
2.7	CHARAKTERISTIKA VYBRANÝCH KOLEKTIVNÍCH SPORTŮ	24
2.7.1	<i>Lední hokej</i>	<i>24</i>
2.7.2	<i>Americký fotbal.....</i>	<i>24</i>
2.7.3	<i>Sportovní tým jako sociální skupina</i>	<i>24</i>
3	PRAKTICKÁ ČÁST	26
3.1	DESIGN VÝZKUMU.....	26
3.1.1	<i>Cíl práce.....</i>	<i>26</i>
3.1.2	<i>Výzkumné otázky</i>	<i>26</i>
3.1.3	<i>Metody výběru</i>	<i>26</i>
3.1.4	<i>Metody tvorby dat</i>	<i>27</i>
3.1.5	<i>Metody analýzy dat</i>	<i>27</i>

3.1.6	<i>Etika výzkumu</i>	27
3.2	VÝSLEDKY	28
3.2.1	<i>Sociodemografické charakteristiky souboru</i>	28
3.2.2	<i>Užívání žvýkacího tabáku mezi sportovci</i>	30
3.2.3	<i>Užívání nikotinových sáčků mezi sportovci</i>	37
3.2.4	<i>Užívání nikotinových sáčků mezi hráči ledního hokeje</i>	40
3.3	DISKUZE A ZÁVĚR	44
3.3.1	<i>Diskuze</i>	44
3.3.2	<i>Závěr</i>	46
4	ZDROJE POUŽITÉ LITERATURY A CITACE	47

1 ÚVOD

Závislost na nikotinu je jednou z nejrozšířenějších závislostí. Nejen, že na něm vzniká závislost fyzická, zároveň se společně s ní často rozvíjí i závislost psychosociální. V dnešní době už se pomalu ustupuje od klasických forem nikotinových produktů jako jsou cigarety a rozvíjí se trh s novými formami nikotinových produktů. Mezi tyto nové formy můžeme zařadit právě nikotinové sáčky. Závislost na těchto produktech se rozvíjí rychle a nese s sebou řadu negativních následků.

V této práci se chci zaměřit právě na užívání žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků u cílové skupiny, která je v této oblasti poměrně opomíjená. Skupina, která je cílem mého výzkumu je skupina sportovců, konkrétně hráčů týmových sportů amerického fotbalu a ledního hokeje. Jsou to sporty, které mohou zdánlivě vypadat rozdílně, ale mají mnoho společného. Jedná se o týmové sporty s vysokou mírou kontaktu a velkými nároky na jednotlivé hráče. Zároveň se týmy jako takové potřebují stmelovat a návykové látky k tomu často patří.

2 TEORETICKÁ ČÁST

2.1 Míra užívání tabákových a nikotinových výrobků v České republice

Tabák, tabákové a nikotinové produkty patří mezi návykové látky a nejvyšší prevalenci v populaci z výzkumu provedeného Státním zdravotním ústavem (SZÚ) v roce 2021 pro rok 2020 vyplývá následující. Pro monitorování užívání tabákových výrobků byly využity otázky z dotazníků Tobacco Question of Surveys (TQS). Ty byly doplněny otázkami na nové tabákové výrobky např. zahřívací tabák nebo nikotinové sáčky. V celém výzkumném souboru bylo 409 lidí užívajících nikotinové výrobky. Z toho 294 lidí užívajících nikotinové výrobky denně a 115 lidí užívajících nikotinové výrobky příležitostně. V celém souboru byl zaznamenán pokles uživatelů o 1,8 % oproti roku 2019 (Csémy et al., 2021)

Z výzkumu SZÚ vyplynulo, že denně nikotin užívá 21,2 % dotazovaných mužů a 12,2 % dotazovaných žen. Z dlouhodobého hlediska lze tedy říct, že jde o snižování prevalence užívání nikotinových výrobků na území České republiky. Nejčastěji v 4,8 % případů respondenti užívají klasické cigarety. V porovnání s rokem 2019 došlo k více než dvojnásobnému nárůstu uživatelů elektronických cigaret (Csémy et al., 2021).

Užívání bezdýmných nikotinových výrobků uvedlo pouze v 3,4 % dotázaných, z toho 0,5 % užívá tyto produkty denně. V roce 2020 byla do dotazníku poprvé zařazena otázka mapující prevalenci užívání nikotinových sáčků. 1,7 % respondentů uvedlo, že tento výrobek užívají, 0,6 % respondentů uvedlo, že denně, přičemž muži více než ženy. Nejvyšší zastoupení uživatelů nacházíme ve věkové skupině 15-24 let, kde nikotinové sáčky užívá 3,7 % respondentů (Csémy et al., 2021).

Tabulka 1- Podrobný přehled užívání bezdýmných tabákových výrobků

Zdroj: Csémy et al, 2021

Podle rozsahu užívání	Celkem (n=1769)	Muži (n=867)	Ženy (n=902)
	Procenta (95% CI)		
Současní uživatelé bezdýmného tabáku (n=61)	3,4 (2,6–4,4)	5,2 (3,8–6,9)	1,8 (1,0–2,9)
Denní uživatelé (n=9)	0,5 (0,2–1,0)	0,8 (0,3–1,7)	0,2 (0,0–0,8)
Příležitostní uživatelé (n=52)	2,9 (2,2–3,8)	4,4 (3,1–6,0)	1,6 (0,9–2,6)
V současné době neužívají bezdýmný tabák (n=1708)	96,6 (95,6–97,4)	94,8 (93,1–96,2)	98,2 (97,1–99,0)
Bývalí uživatelé (n=48)	2,7 (2,0–3,6)	3,7 (2,5–5,2)	1,8 (1,0–2,9)
Bývalí denní uživatelé (n=1)	0,06 (0,0–0,3)	0,0 (0,0–0,4)	0,1 (0,0–0,6)
Bývalí příležitostní uživatelé (n=47)	2,7 (2,0–3,5)	3,7 (2,5–5,2)	1,7 (0,9–2,7)
Nikdy neužívali bezdýmný tabák (n=1660)	93,8 (92,6–94,9)	91,1 (89,0–92,9)	96,5 (95,0–97,6)

2.2 Prevalence užívání nikotinových výrobků u sportovců

Tematu užívání se věnovala bakalářská práce Terezy Hanouskové pod vedením Mgr. Jaroslava Šejvla na téma užívání moist snuff u hokejistů z roku 2011, autorka práce dospěla k těmto zjištěním. Dotazník obdrželi všichni hráči ve městě Most a Litvínov, dotazník vyplňovali pouze uživatelé moist snuff. Celkově odpovídalo 39 respondentů. Spotřeba žvýkacího tabáku se výrazně zvyšuje v období důležitých zápasů a snižuje se v období volna. Respondenti v průměru utratí měsíčně za žvýkací tabák stejně jako obdobně závislí uživatelé cigaret. Respondenti se o žvýkacím tabáku nejčastěji dozvěděli od spoluhráče v týmu. Nejčastěji respondenti tabák užívají, když se nudí, když relaxují, když jsou ve stresu, nebo když jsou nervózní. 7 % respondentů uvedlo, že žvýkací tabák užívají před zápasem, 6 % že užívají po zápase a 1 % že užívá při zápase. Dále pak 1 % když sportuje a 2 % prakticky neustále. 44 % respondentů uvedlo, že v nich žvýkací tabák vyvolá pocit uvolnění, 10 % uklidnění, 10 % točení hlavy a 8 % nauseu. 34 % respondentů neužívá jiné formy tabáku. 32 % užívá vodní dýmku, 15 % cigarety, 13 % šňupací tabák a 6 % dýmku (Hanousková, 2011). Z bakalářské práce Denisy Drahokoupilové na téma Užívání návykových látek u sportovců zpracované v roce 2020 vyplynulo následující. Dotazník vyplnilo 159 respondentů, z čehož musela 15 osob vyškrtnout kvůli nízkému věku, celkově měl tedy výzkumný soubor 145 respondentů. Dotazník vyplnilo 54 % žen a 46 % mužů. Na otázku, zda mají respondenti zkušenosti s návykovými látkami odpovědělo kladně na tabákové výrobky 46 z 66 mužů a 45 ze 78 žen. Celkem tedy zkušenost s tabákovými výrobky mělo 91 z 159 respondentů, to je 52 % respondentů. U 18 žen a 21 mužů byl tabák první návykovou látkou se kterou se setkali. Mezi konkrétními tabákovými výrobky, se kterými se respondenti setkali byly: cigarety, šňupací a žvýkací tabák. Celkově 9 respondentů uvedlo, že poprvé návykovou látku vyzkoušeli v souvislosti se sportem, z výsledků ale není jasné, o jakou návykovou látku se jednalo. Další výzkumná otázka hledala odpověď na to, při jakých příležitostech sportovci obvykle návykové látky užívají? Přitom bylo možné volit z více odpovědí. 30 respondentů uvedlo, že užívá návykovou látku před začátkem sportovní aktivity. V průběhu sportovní aktivity návykovou látku užilo 9 respondentů a 41 respondentů uvedlo, že návykovou látku užije po konci sportovní aktivity. V návaznosti na předchozí otázku 2 ženy uvedly že užívají tabák, 2 cigarety a 1 žvýkací tabák. Mužští respondenti uvedli 6x tabák, 7x žvýkací tabák a 1x cigarety. Z dotazníku vyplynulo, že pravidelně nejužívanější látkou je tabák, který pravidelně užívá 8 respondentů, příležitostně 3. Dále pak žvýkací tabák, který pravidelně užívá 5 respondentů a 2 příležitostně a cigarety, které pravidelně užívá jeden respondent a jeden příležitostně. Ve volném čase uvedli respondenti, že tabákové výrobky užívají

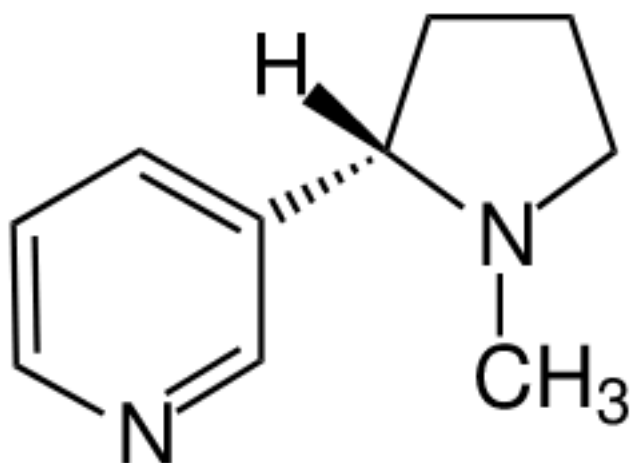
pravidelně 3 respondenti a 4 příležitostně. Žvýkáci tabák užívá pravidelně 5 respondentů a 3 příležitostně. Cigarety užívá 7 respondentů pravidelně a 9 příležitostně (Drahokoupilová, 2020). Výzkum je nepřehledný kolem otázek a odpovědí při užívání nikotinu. Zda se jedná o tabák, žvýkáci tabák nebo cigarety. Je zde velká pravděpodobnost, že respondenti mohli zaměňovat jednotlivé pojmy.

2.3 Nikotin charakteristika a účinky

Nikotin řadíme mezi alkaloidy. Je obsažen ve všech částech tabákové rostliny. Obsah v rostlině se pohybuje od 0,05 do 10 %. V samotné cigaretě se obsah nikotinu pohybuje kolem 1,5 % tj. 10-15 mg na cigaretu. Ve žvýkacím tabáku je to podstatně více, okolo 2-8 % (Krtíl & Zima, 2013). Dle výrobců nikotinových sáčků obsah nikotinu může být i 22 mg na sáček.

Z celkového množství nikotinu v cigaretě je absorbováno zhruba 30 %, přičemž z toho 90 % v plicích. Biologický poločas nikotinu je v arteriální krvi zhruba 40 minut (Krtíl & Zima, 2013). Ačkoli je nikotin považován za stimulant, nebere se u sportu za doping. Od antidopingového výboru ČR získal výjimku ze seznamu zakázaných látek a metod dopingů (Antidopingový výbor ČR, 2022).

Obrázek 1- Strukturní vzorec nikotinu



Zdroj: Wikipedie, 2022

2.3.1 Účinky nikotinu

Jedná se o cholinmimetikum, které účinkuje velmi rychle a stimuluje sympatické a parasympatické gangliové buňky a buňky neuromuskulární ploténky kosterních svalů. Má minimální přímý účinek na vegetativní efektorové buňky. Dále stimuluje dřeň nadledvin a s tím spojené uvolňování katecholaminů s vrcholem působení do 10 min od užití. Účinek je vyvolán vazbou nikotinu na nikotinové cholinergní receptory. Smrtelná dávka pro člověka je 50-100 mg. Tato dávka vyvolá dechovou paralýzu. Vzhledem k nízké biologické dostupnosti, ale k akutní intoxikaci téměř nedochází (Krtíl & Zima, 2013).

Z toho vyplývá, že typické účinky nikotinu na tělo jsou tachykardie, pocení, poruchy spánku, malátnost nebo zvracení.

2.3.2 Závislost na nikotinu

Závislost na nikotinu patří mezi nejsilnější a v naší společnosti nejčastější závislost. Vzniká tím, že se acetylcholinové receptory citlivé na přítomnost nikotinu v mozku zmnoží. Také další složky tabákového kouře přispívají k vybudování silnější závislosti. Díky zvýšení syntézy inhibitorů MAO tak přispívají k uvolnění většího množství dopaminu v synapsích (Králíková, 2013).

Kritéria pro posouzení závislosti jsou dle DSM-IV tyto. Pokud dotyčný splňuje 3 a více těchto projevů, lze mluvit o závislosti.

1) Zvýšení tolerance. Dotyčnému už nestačí stejné množství látky jako na začátku k tomu, aby dosáhl stejného efektu. U nikotinu si lze povšimnout zvyšujícího se množství cigaret (nebo jiných nikotinových produktů) denně.

2) Odvykací stav. Pokud si dotyčný nedá po určitém časovém období další dávku návykové látky začne pociťovat abstinenci syndromy. U nikotinu to může být podrážděnost, zvýšená chuť k jídlu, bažení, zácpa, potíže se soustředěním a tak dále.

3) Látka se užívá po delší dobu, nebo ve větším množství, než pro jaké byla vytvořena. U nikotinu to můžeme pozorovat u žvýkacího tabáku, nebo nikotinových sáčků, kdy uživatelé často produkt užívají déle, nežli je doporučený čas. U kuřáků se tento jev může pozorovat, když si dají více cigaret hned za sebou, například ve snaze připravit se na delší dobu bez cigarety.

4) Opakuje se snaha o omezení nebo ukončení užívání návykové látky, ale bez úspěchu.

5) Mnoho času uživatel věnuje získání návykové látky i na úkor jiných zájmů a svého času. U uživatelů nikotinu to může být téměř nepřetržitě kouření, přerušené jen spánkem.

6) V souvislosti s návykovou látkou uživatel omezuje sociální akce, pracovní povinnosti nebo volnočasové aktivity. U nikotinových závislostí můžeme sledovat časté pracovní pauzy na cigaretu. Problémy s dechem při sportu, nebo při rychlé chůzi například do schodů.

7) Užívání návykové látky pokračuje i přes očividné komplikace, ať už psychické nebo fyzické. U nikotinových závislostí to můžou být například problémy s dechem, chronický kašel, rakovina plic nebo dutiny ústní (Millerová, 2011).

To, jak moc je člověk závislý na nikotinu lze zjistit pomocí otázky „Za jak dlouho po probuzení si zapálíte svou první cigaretu?“. Obecně se dá říci, že pokud je odpověď do hodiny po probuzení, jedná se o silnou závislost.

Další diagnostická kritéria závislosti jsou podle MKN-10. To říká, že syndrom závislosti je soubor behaviorálních, kognitivních a fyziologických fenoménů a má tyto projevy:

- 1) craving- bažení po návykové látce
- 2) potíže s užíváním látky- ať už se začátkem užívání, tak s ukončením užívání
- 3) somatický odvykací stav- uživatel látku užívá za účelem snížení odvykacích příznaků
- 4) zvýšení tolerance- uživatel potřebuje vyšší dávku užívané látky, aby dosáhl stejných účinků jako dříve
- 5) postupné zanedbávání jiných zájmů a koníčků
- 6) pokračování v užívání přes jasný důkaz zjevně škodlivých následků (Slovák, 2017).

2.3.2.1 Psychosociální závislost

Tato složka závislosti z počátku převládá nad složkou fyzickou. Projevuje se potřebou mít v ruce cigaretu a manipulovat s ní. Daly by se sem zařadit i rituály s cigaretou spojené. Rituál ranní návštěvy toalety a následující rituál ranní kávy, po jídle, pauza v práci, při popíjení alkoholu a jiné. Jsou to situace, u kterých si uživatel zvykl na přítomnost cigarety a už automaticky po ní v těchto situacích sáhne. Obecně by se to dalo nazvat závislostí na cigaretě, jako předmětu, bez ohledu na její účinky (Pilařová, 2003).

Dle Králíkové (2013) spočívá léčba této složky závislosti právě v psychobehaviorální intervenci. Pokud víme, při jakých činnostech klient kouří, můžeme mu poradit, se těmito činnostem vyhýbat nebo jim předcházet.

2.3.2.2 Fyzická závislost

Po vdechnutí tabákového kouře do deseti sekund dochází ke stimulaci acetylcholinových nikotinových receptorů. Uživatel velmi rychle pocítí stimulaci mozku, pocítuje subjektivní pocit výkonnějšího myšlení. Pokud se kouření opakuje dojde časem k adaptaci na opakovanou stimulaci. To má za následek, že při odvykání kouření nastávají odvykací příznaky jako třeba zácpa, zvýšená chuť k jídlu nebo poruchy koncentrace a pozornosti (Pilařová, 2003, str. 206).

Dalším aspektem závislosti na nikotinu je změna systému odměny dopaminem. Nikotin stimuluje vyplavování dopaminu. To při dlouhodobé stimulaci vede k rozvoji adaptačních mechanismů. Tyto adaptace zůstávají aktivní i při abstinenci. Žádný jiný stimul tedy

nedokáže stejným způsobem dodat množství dopaminu, pouze opětovná dávka nikotinu (Pilařová, 2003).

Dle Králíkové (2013) se abstinenční příznaky začínají objevovat v hodinách po užití poslední cigarety. Mezi hlavní příznaky řadíme bažení, zvýšenou chuť k jídlu a tím růst hmotnosti, špatnou náladu, nervozitu, podrážděnost, nebo již výše zmíněné poruchy spánku. Obecně se udává, že většinou trvají kolem 4 týdnů. Některé však mohou přetrvávat déle.

2.3.3 Diagnostické metody závislosti na nikotinu

Pro posouzení závislosti na nikotinu se používá řada metod. Pro závažnost závislosti na nikotinu se používá Fagerströmův test (Heatherton, 1991). Pro posouzení závažnosti abstinenčních příznaků se využívá Minesotská škála abstinenčních příznaků.

2.3.3.1 *Fagerströmův test*

Tento test byl publikován v roce 1991. Jedná se o dotazník o šesti otázkách, které mají určit aktuální míru závislosti respondenta na nikotinu. Je určený pro adolescenty a dospělé a délka jeho trvání je 5-10 minut. Jedná se o rychlé zhodnocení aktuálního stavu, neobsahuje žádné otázky na počet neúspěšných pokusů o abstinenci (Heatherton, 1991).

Za nejdůležitější otázku tohoto testu se považuje právě otázka na čas od probuzení k první ranní cigaretě. Jak již výše zmiňuji, abstinenční příznaky se začínají projevoval už po několika hodinách bez další dávky nikotinu. Proto, abychom zvládli určit míru závislosti potřebujeme znát právě tento údaj. Velmi zjednodušeně se dá říci, že čím dříve si člověk po probuzení potřebuje zakouřit, tím více je na nikotinu závislý.

2.3.3.2 *Minnesotská škála abstinenčních příznaků*

Jedná se o krátký dotazník o 15 otázkách. Otázky postupně vyjmenovávají různé abstinenční příznaky. Respondent hodnotí míru svých abstinenčních příznaků za posledních 24 hodin abstinence. Každý z abstinenčních příznaků hodnotí na škále od 0 do 4, přičemž 0 je, že daný příznak nepocítuje vůbec a 4 znamená, že daný příznak pozoruje maximálně. Dle výsledného počtu bodů se dá zhodnotit aktuální odvykací stav. Tento test se dá v průběhu abstinence použít vícekrát a sledovat jeho pomocí pokrok v léčbě.

2.4.2 Způsob užívání

Nikotinový sáček se vloží do úst, nejčastěji pod ret. Po chvilce začne v puse jemně brnět. To je známka toho, že se nikotin začíná uvolňovat. Nikotinový sáček může zůstat v ústech až 30 minut. Poté je vhodné ho vyndat a vyhodit. Jak inzerenti popisují, sáčky nezpůsobují žloutnutí zubů a můžeme je díky jejich nenápadnosti užívat prakticky kdekoliv. Neobtěžují zápachem a slouží jako nejzdravější alternativa tabákových výrobků. Lze je užívat i jako substituci běžným cigaretám, nebo při odvykání kouření. Sáček není určený ke konzumaci. Nemá se užívat při aktivitách, kdy hrozí spolknutí nebo vdechnutí, např. sport. Během užívání není vhodné pít, ani kouřit. Zároveň není vhodné stejný sáček užívat opakovaně (nikopods.cz). Výrobce dále na krabičce uvádí, že maximální doporučený počet nikotinových sáčků na den je 5 (viz obrázek 5).

Objevují se i případy, kdy si uživatelé vložili sáček do řitního otvoru nebo za předkožku penisu. Tento způsob užívání, ale výrobce nedoporučuje. Nikotin se sice uvolní, ale je velká šance na zranění (Nicomania, 2022).

2.4.3 Důsledky užívání nikotinových sáčků

Důsledků užívání nikotinových sáčků je mnoho. Pro lepší orientaci je lze rozdělit na krátkodobé a dlouhodobé. Mezi krátkodobé pozitivní účinky, jak uvádí distributor nikotinových sáčků, můžeme zařadit hlavně stimulační účinky. Pomáhá stimulovat krátkodobou paměť, zvyšovat pozornost nebo zvyšuje dlouhodobé vizuální vnímání (Nikomania.cz, 2021). Mezi krátkodobé negativní účinky nikotinových sáčků můžeme zařadit tachykardii, pocení, únavu, žízeň, závrať nebo nevolnost. Dle upozornění na krabičce viz obrázek č. 5 se při nadměrném užití mohou objevit tyto reakce: Nepravidelný tep, alergická reakce, svědění či otok v dutině ústní, mdloby, závratě či bolest hlavy.

Dlouhodobé studie negativních účinků zatím nejsou k dispozici. Nikotinové sáčky lze přirovnávat k dalším bezdýmným výrobkům (Fisher, 2019). Mezi dlouhodobé důsledky užívání dle předpokladů může patřit poškození gastrointestinálního traktu (GIT) a celkově má nikotin nepříznivý vliv na kardiovaskulární systém. Tím může nastat zvýšené riziko infarktu nebo mozkové mrtvice. Dále může docházet k poškození sliznice, nebo podráždění dutiny ústní.

2.4.4 Legislativní regulace nikotinových sáčků

Náš aktuální zákon do nedávna neobsahoval regulaci nikotinových sáčků. Je to zejména proto, že sáčky neobsahují tabák ani se nekouří. To mělo za následek, že stál mimo regulaci tabákových výrobků. Díky tomu neexistovala regulace ani co se věku týká. Výrobci mohli volně nabízet vzorky na „ochutnání“, nebyla žádná regulace prodeje ani zákaz reklam.

V roce 2020 byl vytvořen pozměňovací návrh parlamentu České republiky. *K vládnímu návrhu novely zákona, kterým se mění zákon č. 110/1997 Sb., o potravinách a tabákových výrobcích a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů, a další související zákony.* Návrh obsahuje regulace týkající se složení a maximálního množství nikotinu na 20 mg. Zároveň je cílem návrhu připojit nikotinové sáčky k již existující regulaci tabákových výrobků. Návrh je odůvodněn tím, že nikotinové sáčky sice obsahují méně škodlivin než klasické způsoby užívání nikotinu nebo tabákových výrobků, ale zároveň pořád obsahují škodlivý nikotin. Zároveň je potřeba regulovat prodej nezletilým osobám. Regulace obsahu nikotinu je nutná především proto, že aktuálně některé druhy nikotinových sáčků obsahují i mnohonásobně více nikotinu než ostatní tabákové výrobky. To spotřebitele vystavuje zvýšenému riziku vzniku závislosti (Pozměňovací návrh na regulaci nikotinových sáčků, 2020).

Dnes jsou již zákonem stanovené podmínky pro výrobce i distributory nikotinových sáčků. Tyto podmínky jsou srovnatelné s podmínkami pro tabákové výrobky. (Zákon č.110/1997 Sb., 2021).

2.5 Žvýkáací tabák

V České republice ho lze nejčastěji sehnat ve formě porcovaného tabáku prodávajícího se v malých předem připravených sáčkích, podobně jako u výše zmíněných nikotinových sáčků. I distribuce je velmi podobná jako u nikotinových sáčků. Prodává se v téměř totožném balení, nejčastěji po 20 kusech. Je k sehnání ale i po 13-24 kusech. Množství nikotinu se obvykle pohybuje v rozmezí 20-32 mg na sáček, opět lze sehnat i slabší nebo silnější varianty. Cena se pohybuje v rozmezí od 100 Kč do 140 Kč.

2.5.1 Charakteristika žvýkáacího tabáku

Žvýkání tabáku je historicky jedním z prvních způsobů užívání/konzumace této rostliny. Rozdělit druhy žvýkáacího tabáku lze takto:

- 1) Loose leaf Jedná se o „volný list“. To znamená, že list je pouze nasekaný, případně ochucený nějakou příchutí, není v žádném dalším obalu.
- 2) Plug Zde se jedná o slisované, často ochucené listy tabáku ve tvaru kostky. Kostku lze dále dělit dle preference uživatele. Tento typ žvýkáacího tabáku lze užívat i v dýmce. V dnešní době se již tato varianta téměř nevyskytuje kvůli klesajícímu zájmu uživatelů.
- 3) Twist Tabákové listy jsou stočeny dohromady tak, že připomínají lano. Tento typ není v Evropě příliš dostupný.
- 4) Chew bags jsou nejčastější, nejprodávanější a nejoblíbenější formou žvýkáacího tabáku u nás. Jedná se o porcovaný tabák prodávající se v malých předem připravených sáčkích (Top-armyshop.cz, 2020).

Obrázek 7- Design krabičky žvýkáacího tabáku



Obrázek 8- Žvýkáací tabák v krabičce



Obrázek 9- Úložný prostor krabičky žvýkáacího tabáku



Obrázek 10- Velikost sáčku žvýkacího tabáku



Obrázek 11- Zadní strana krabičky s žvýkacím tabákem



2.5.2 Způsob užívání

Sáček s žvýkacím tabákem uživatel vloží mezi horní nebo dolní zuby a ret, případně mezi dásně a tvář. Zvýšeným sliněním se začne tabák postupně rozpouštět, a tím se začne uvolňovat nikotin společně s tabákovou příchutí. Tabákové šťávy, které se v ústech začnou tvořit je nutné často vyplivnout. Jejich polykání se nedoporučuje, vyvolávají nevolnost, nebo jiné trávicí a zažívací potíže (Top-armyshop.cz, 2020).

2.5.3 Důsledky užívání

Krátkodobé pozitivní účinky jsou srovnatelné s účinky nikotinových sáčků. Mezi nejoblíbenější účinek patří uvolnění.

Okamžité negativní následky po užití může být otrava nikotinem, která v malé míře může způsobit nevolnost, zvracení, průjemy, slabost nebo křeče. Ve velkém mezi následky patří neschopnost reagovat, potíže s dýcháním výjimečně v nejtěžších případech smrt (Mayo Clinic, 2021).

Jedním z prvních dlouhodobých následků užívání žvýkacího tabáku, který se může objevit, je vznik a rozvoj závislosti. S tím je spojené bažení a další abstinenční příznaky. Dále pak žvýkací tabák může přispět k rozvoji leukoplakie, což jsou bílé skvrny na sliznici dutiny ústní, které se mohou maligně zvrhnout. Dalším rizikem může být rakovina jazyka, nebo rakovina GIT. Užívání může mít vliv také na nemoci kardiovaskulárního systému. Uživatel může cítit zvýšení rychlosti srdečního tepu (tachykardii) nebo vyšší krevní tlak. To může mít z dlouhodobého hlediska vliv na vznik infarktu nebo mozkové mrtvice. Dále tu je riziko

vzniku dentálních problémů. Cukr a další dráždivé látky přítomné v žvýkacím tabáku mohou mít za následek rychlejší kazivost zubů, abrazi zubů, špinění zubů, zápach z úst, onemocnění dásní, ústup dásní, úbytek kostní hmoty kolem kořenů a ztrátu zubů. Parodontózu. Užívání žvýkacího tabáku během těhotenství zvyšuje riziko mrtvého porodu, nízké porodní hmotnosti, poruchy funkce placenty a variability srdeční frekvence u novorozenců (Mayo Clinic, 2021).

2.5.4 Legislativní regulace žvýkacího tabáku

V České republice existuje zákon zakazující prodej orálního tabáku. Tento zákon se nazývá Zákon o potravinách a tabákových výrobcích. Orální tabák se v Česku nesmí nabízet k prodeji ani ke spotřebě. Jeho uvedení do oběhu zakazuje § 12, odst. 3 zákona: „Tabák určený k orálnímu užití je zakázáno uvádět do oběhu.“ Pokud někdo tato nařízení poruší, hrozí mu podle § 17, odst. 2 a) zákona pokuta až do výše 1 000 000 Kč. V Evropské unii je orální tabák zakázán od roku 1992 (Zákony pro lidi, 2022). Švédsko si z historických důvodů získalo výjimku z tohoto zákona a tento typ tabáku se zde může distribuovat i nadále.

Dále je pak v České republice platná vyhláška č. 261/2006 Sb. Vyhláška o tabákových výrobcích. Ta upravuje způsob poskytování informací o tabákových výrobcích. Požadavky na vzhled, vlastnosti, obsah, složení a způsob uvádění tabákových výrobků na trh, seznam zakázaných látek, způsob uvedení obecného varování a textového varování na tabákových výrobcích a tak dále (Zákony pro lidi, 2016).

2.6 Služby pro odvykání kouření

V České republice existuje celá síť služeb poskytující pomoc klientům, kteří chtějí přestat kouřit, nebo užívat nikotinové produkty. Klienti se do sítě služeb mohou dostat pomocí svého obvodního lékaře nebo vlastní iniciativou. Tím, že klient vyhledá pomoc v síti služeb pro odvykání kouření výrazně zvyšuje svou šanci na trvalou abstinenci od nikotinových produktů

2.6.1 Národní linka pro odvykání kouření

Jedná se o telefonickou linku určenou pro všechny občany České republiky starší 15 let. Lidé mohou zavolat a poradit se ohledně odvykání svého nebo lidí ve svém okolí. Rozhovory zde vedou vyškolení konzultanti. Během hovoru zmapují minulost a současnost užívání tabákových výrobků. Zjistí typ závislosti a nabídnou nejvhodnější prostředky pro zvládnutí abstinčních příznaků. Konzultanti společně s volajícím se staví odvykací plán a pomohou při hledání motivace. S konzultanty se lze dohodnout i na opakovaném telefonickém hovoru a zůstat tak s nimi v kontaktu v průběhu celého odvykání kouření. Zavolat lze v pondělí až pátek od 10-18 hodin, nebo po vyplnění kontaktních informací na webových stránkách. Konzultanti poté kontaktují budoucí klienty při nejbližší možné příležitosti (bezcigaret.cz, n.d.).

2.6.2 Centra pro závislé na tabáku

Cílem center je pomoc při odvykání kouření za využití náhradní terapie nikotinem nebo Champixem. Centra poskytují odbornou pomoc a zároveň léčbu. Klienti sem pravidelně docházejí. Je sledován jejich průběžný zdravotní stav a míra závislosti a je jim předepisována medikace (Fakultní nemocnice v Motole, n.d.).

2.6.3 Adiktologická ambulance

Adiktologické ambulance poskytují ambulantní, diagnostickou, preventivní, poradenskou a edukativní péči. Je zde možnost navázání krátkodobých terapeutických intervencí. V rámci poradenství je zde za pomoci klienta vybudován plán léčby. Pracuje se zde s motivací pacienta, který dostává informace a kontakty na další možné služby. Toto není omezeno věkem. Službu mohou využít jak lidé, co užívají návykové látky, tak osoby jim blízké (Klinika adiktologie, 2021).

2.6.4 Lékárny

Lékárny také nabízejí odborné poradenství při odvykání kouření. Radí hlavně ohledně přípravků na potlačení abstinčních příznaků. Vysvětlují, jak správně přípravky používat, aby fungovaly co možná nejefektivněji. Lze si opakovaně domluvit konzultace nebo využít telefonické podpory při náhlém bažení. Hlavním pracovníkem této služby jsou vyškolení odborníci, kteří prošli garantovaným kurzem České lékárnické komory „Odvykání kouření v lékárnách“. Lékárny, kde se tato služba nachází jsou označeny speciálním logem (Česká lékárnická komora, 2015).

Obrázek 12- Logo odvykání kouření v lékárnách



Zdroj: Česká lékárnická komora, 2015

2.7 Charakteristika vybraných kolektivních sportů

V této kapitole se zaměřím na charakteristiky sportovních disciplín, ze kterých jsem rekrutovala respondenty do dotazníku v praktické části práce. Mnou vybrané sportovní disciplíny jsou lední hokej a americký fotbal.

2.7.1 Lední hokej

Jedná se o velmi fyzicky náročný zimní sport. Jeho náročnost spočívá především v dynamičnosti pohybů, nárazovosti a psychickém vypětí. Dochází při něm k velké řadě fyzických kontaktů mezi jednotlivými hráči. Od roku 1920 se jedná o Olympijský sport.

Aby sportovec mohl být úspěšný, očekává se od něj explozivní síla, schopnost koncentrace, vyšší agresivita, vytrvalost, rychlost jak reakční, tak akční, dobrá orientace (Bernaciková, 2010).

Při tomto sportu je silně zatěžované srdce, a nejen fyzickým výkonem. Sportovci často před zápasem případně tréninkem užívají různé druhy tzv. „nakopávačů“, které mají maximalizovat tréninkové úsilí a oddálit únavu. Ty ve většině případů obsahují velké množství kofeinu, obvykle nejvyšší povolené množství 200 mg.

2.7.2 Americký fotbal

Stejně jako u ledního hokeje se jedná i u amerického fotbalu o vysoce náročný dynamický sport, ve kterém se můžeme setkat s rychlými starty, častými změnami pohybu, a především s cílenými fyzickými střety. Stejně jako u ledního hokeje zde velmi často dochází ke zraněním, jako jsou například zlomeniny, vykloubeniny, zhmožděniny nebo natržení svalů. U profesionálních hráčů se často můžeme setkat s nemocí zvanou encefalopatie. Jedná se o hypertenzi mozku z chronické traumatizace (wikiskripta. 2018). I zde se pak můžeme setkat s „nakopávači“ před sportovní aktivitou. Další významnou podobností s ledním hokejem je tým a vztahy v týmu.

2.7.3 Sportovní tým jako sociální skupina

Po sportovce je tým velmi významnou sociální skupinou v jeho životě, často nejvýznamnější hned po rodině. Proto má toto prostředí významný vliv i na jeho chování a zvyky. Nejčastěji se sportovci v týmu poprvé objevují kolem desátého roku života (může to být i dříve). Tento vliv výrazně formuje jedince do budoucna, lze to přirovnat např. ke třídnímu kolektivu. Tým vzniká přirozeným způsobem. Jedná se o malou sociální skupinu udržovanou sportovními

pravidly, častými tréninky, společnými cestami (soustředění, zápasy). To zajišťuje poměrně vysokou stabilitu skupiny jako takové. Další specifitou je, že v týmu je kladen velký důraz na výhru. Díky tomu vzrůstá potřeba spolupráce a komunikace a současně s tím i konflikty. Zároveň vzrůstá i snaha jedince se do týmu začlenit a socializovat se v něm. Členové týmu se snaží sdružovat tým i mimo tréninky nebo zápasy i při jiných společenských událostech, nebo zvycích a rituálech. Je kladený důraz na společné aktivity a společně strávený čas, aby se každý stal platným členem týmu (Horn, 2008).

3 Praktická část

3.1 Design výzkumu

V této kapitole navazují na informace z teoretické části práce. Cílem této kapitoly je představit cíle práce, hypotézy, výzkumné otázky, metody tvorby dat a jejich zpracování. Jedná se o online dotazníkový kvantitativní výzkum za účelem zmapování vzorců užívání žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků mezi sportovci.

3.1.1 Cíl práce

Hlavním cílem mé bakalářské práce je zjistit, zda sportovci, lední hokejisté a američtí fotbalisté, užívají nikotinové sáčky a žvýkací tabák a jaký je vzorec jejich užívání. Zda tyto produkty užívají ve stejné míře, jako obecná populace, nebo jestli s sebou tyto týmové sporty nesou větší míru rizika mezi členy týmu. Cílem je i současně zjistit jaký je nejčastější vzorec užívání a zda užívají i za účelem zlepšení sportovních výkonů.

3.1.2 Výzkumné otázky

Stanovené výzkumné otázky:

1. Kolik procent hráčů vybraných sportů má zkušenosti se žvýkacím tabákem nebo s nikotinovými sáčky?
2. Kolik procent hráčů vybraných sportů užívá nikotinové sáčky nebo žvýkací tabák denně?
3. Užívají sportovci žvýkací tabák nebo nikotinové sáčky v souvislosti se sportem, který hrají?
4. Pociťují respondenti jakékoli negativní následky užívání nikotinových sáčků a žvýkacího tabáku?

3.1.3 Metody výběru

V této studii byla nejprve zvolena metoda snowball. Cílem bylo, přes mně známé sportovce, postupně rozesílat dotazníky. Tato metoda ale selhala a nepřinesla ani 10 % potřebných respondentů. Proto jsem metodu sběru dat změnila na kritériální výběr. Jedná se o náhodný výběr respondentů, který selektuje respondenty na základě určitého kritéria. Výzkum probíhal od 26.2.2022 do 26.3.2022. Všichni respondenti museli být starší 15 let. Zároveň všichni respondenti museli být aktivními hráči amerického fotbalu nebo ledního hokeje. Poslední podmínkou byla ochota a souhlas s vyplněním online dotazníku.

3.1.4 Metody tvorby dat

Data byla sbírána pomocí online dotazníků Survio od hráčů amerického fotbalu a ledního hokeje od 26.2.2022 do 26.3.2022. Nejprve jsem dotazník distribuovala pomocí metody Snowball mezi samotnými hráči. 3.3.2022 jsem týmy kontaktovala prostřednictvím e-mailů s žádostí o vyplnění dotazníku. Celkem jsem kontaktovala 22 mužských týmů a 8 ženských týmů amerického fotbalu v České republice. Jednalo se o všechny týmy amerického fotbalu na území České republiky s existující nebo platnou e-mailovou adresou. Zároveň jsem prosbu o vyplnění dotazníku poslala 22 týmům druhé ligy mužského ledního hokeje a 8 týmům ženského ledního hokeje. 15.3.2022 jsem týmy, od kterých jsem nedostala zpětnou vazbu o rozeslání dotazníku hráčům požádala znovu o vyplnění dotazníku. Správci týmových e-mailů následně rozesílali odkaz na dotazníky jednotlivým členům týmů.

3.1.5 Metody analýzy dat

Administrace dat probíhala ve webovém rozhraní Survio. Datové soubory jsem exportovala ve formátu xls. Podrobnou analýzu sebraných dat jsem provedla pomocí webového rozhraní Survio a pomocí deskriptivních statistických metod s pomocí MS Excel.

3.1.6 Etika výzkumu

Dotazník byl zcela anonymní a neobsahoval otázky, které by jakkoliv mohly odhalit totožnost respondentů. Účast na výzkumu byla zcela dobrovolná. Na úvodní stránce dotazníku respondent potvrdil, že vyplněním dotazníku souhlasí se zpracováním jím vyplněných odpovědí.

3.2 Výsledky

Výzkumný soubor byl 221 respondentů. Z toho se jednalo o 114 hráčů amerického fotbalu a 105 hráčů ledního hokeje. 2 respondenti uvedli, že nehrají ani jeden z uvedených sportů. Na základě tohoto tvrzení byli tito hráči ze studie vyřazeni. Finální výběr tedy tvořil 219 respondentů.

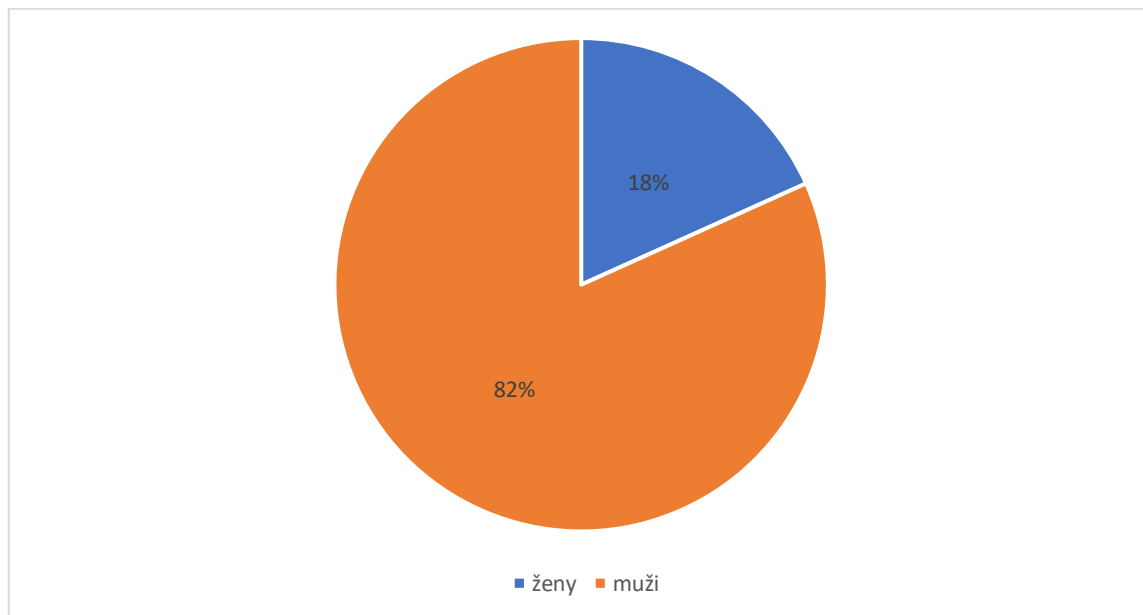
3.2.1 Sociodemografické charakteristiky souboru

Tato podkapitola seznamuje se sociodemografickými a jinými charakteristikami výběrového souboru respondentů, jako je pohlaví, věk, kraj, kde žijí a dosažené vzdělání.

Nejmladším respondentům bylo 17 let, nejstaršímu respondentovi bylo 53 let. Nejvíce respondentů je ve věkové kategorii 23-28 let (76 respondentů, 35%). Průměrný věk respondentů činil 27 let.

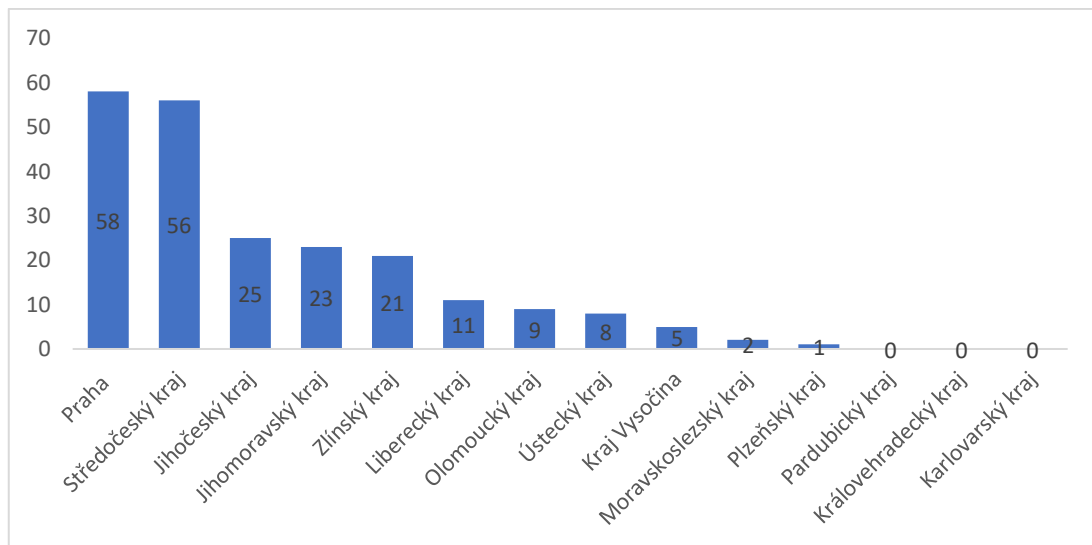
Graf č. 1 ukazuje pohlaví respondentů. Je vidět, že na dotazník odpovídal výrazně vyšší počet mužů než žen. Celkem na dotazník odpovědělo 179 (82%) mužů a 40 (18%) žen.

Graf 1-Pohlaví respondentů



Graf č. 2 ukazuje původ respondentů. Největší počet respondentů je z Prahy 58 (26%) a Středočeského kraje 56 (26%). Následuje Jihočeský kraj s 25 (11%) respondenty, Jihomoravský kraj s 23 (11%) a Zlínský kraj s 21 (10%) respondenty.

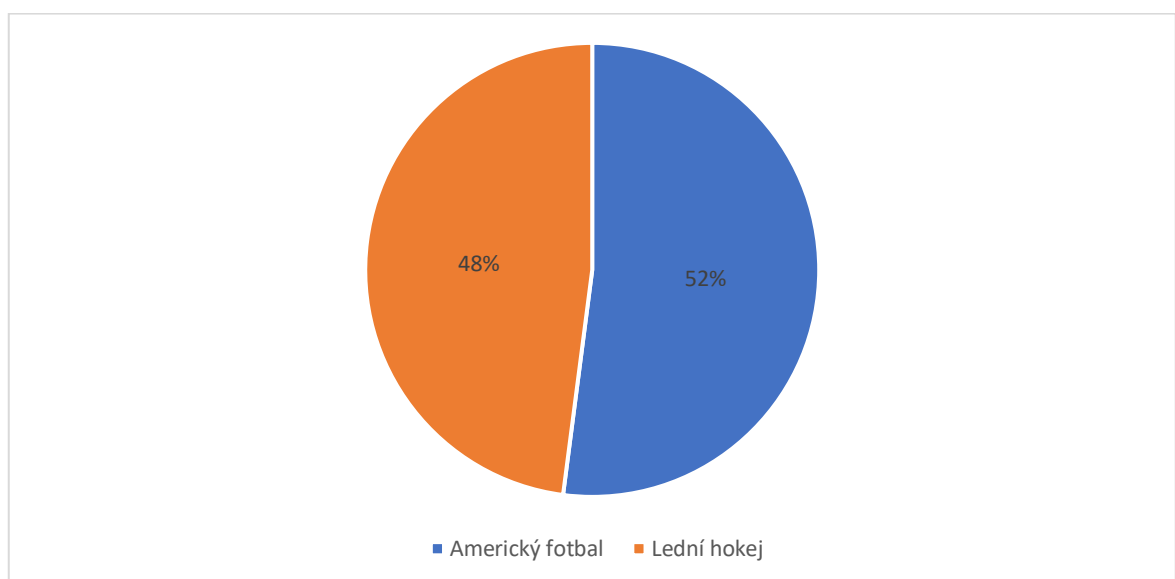
Graf 2- Původ respondentů



Z celkového počtu 219 respondentů 129 (59%) respondentů ukončilo střední školu s maturitou. 45 (21%) respondentů vystudovalo vysokou školu. 35 (16%) respondentů má střední školu bez maturity. 7 (3%) respondentů vystudovalo VOŠ. 4 (2%) respondenti mají základní vzdělání.

Graf č. 3 Tento graf znázorňuje množství hráčů jednotlivých sportů. Celkem 114 (52%) respondentů jsou hráči amerického fotbalu. Z toho je 101(46%) mužů a 13 (6%) žen. Hráčů ledního hokeje odpovědělo dohromady 105 (48%). Z toho 78 (36%) mužů a 27 (12%) žen.

Graf 3- Preferovaný sport respondentů



3.2.2 Užívání žvýkacího tabáku mezi sportovci

V této podkapitole se zaměřím na výsledky druhé části dotazníku. Otázky v této části byly již konkrétně zaměřeny na užívání žvýkacího tabáku. Otázky mapují věk prvního užití žvýkacího tabáku a okolnosti prvního užití. Následně okolnosti a četnost aktuálního užívání žvýkacího tabáku a jejich negativní účinky.

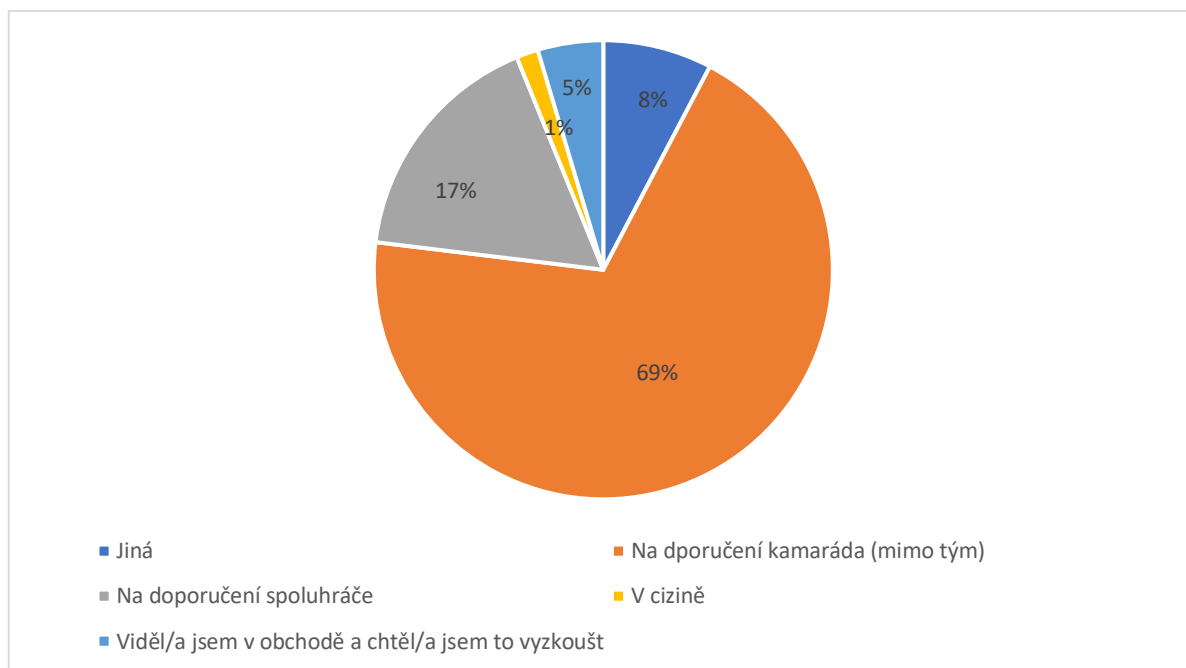
3.2.2.1 Užívání žvýkacího tabáku mezi hráči amerického fotbalu

Úvodní otázka této části byla, zda respondenti někdy v životě užívali žvýkací tabák? Celkem žvýkací tabák alespoň jednou za život užívalo ze 114 respondentů z řad amerických fotbalistů, 65 (57%) dotázaných. Ze 101 mužů žvýkací tabák užívalo 59 (58%) a ze 13 žen tabák užívalo 6 (46%).

Průměrný věk prvního užití byl u respondentů 19 let. Nejčastější věkovou skupinou prvního užití je věk 17 let, kde odpovědělo 12 (18%) respondentů. Nejnižší věk prvního užití bylo 13 let, kde odpověděli 2 respondenti. Nejvyšší věk prvního užití byl 33 let.

Graf č. 4 zobrazuje výsledky na otázku, za jakých okolností respondenti poprvé žvýkací tabák užívali. Nejvíce respondentů, dohromady 45 (69%) uvedlo, že žvýkací tabák poprvé vyzkoušeli na doporučení kamaráda mimo tým. Druhá nejčastější odpověď byla na doporučení spoluhráče, celkově s 11 (17%) odpověďmi. Třetí nejčastější odpovědí byla „jiné“ na kterou odpovědělo 5 respondentů. Zde se 1x objevila snaha skoncovat s kouřením, 3x touha vyzkoušet něco nového a 1x při hře baseballu.

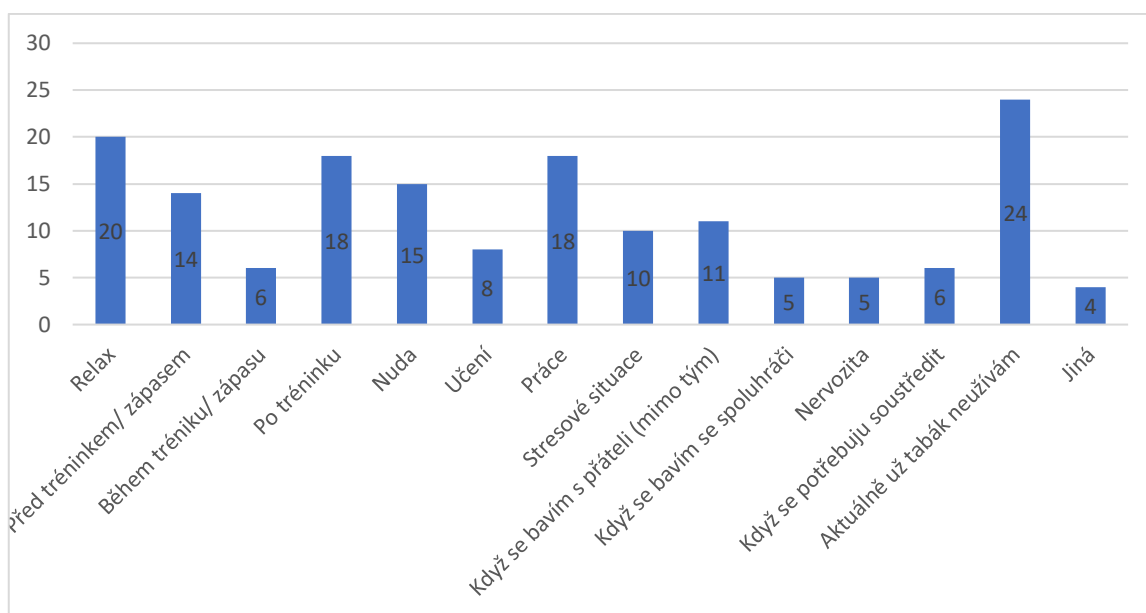
Graf 4- Příležitost k prvnímu užití žvýkacího tabáku u amerických fotbalistů



Následující otázka na respondenty byla jak často respondenti žvýkací tabák užívají. Z 65 respondentů hrajících americký fotbal uvedlo 21 (33%), že žvýkací tabák užívá denně. Stejný počet respondentů uvedl, že s žvýkacím tabákem mají jednorázovou zkušenost. Párkrát do roka žvýkací tabák užívá 15 (23%) respondentů. Příležitostně, méně než jednou za týden, užívá žvýkací tabák 6 respondentů a pravidelně, alespoň jednou za týden, žvýkací tabák užívají 2 respondenti.

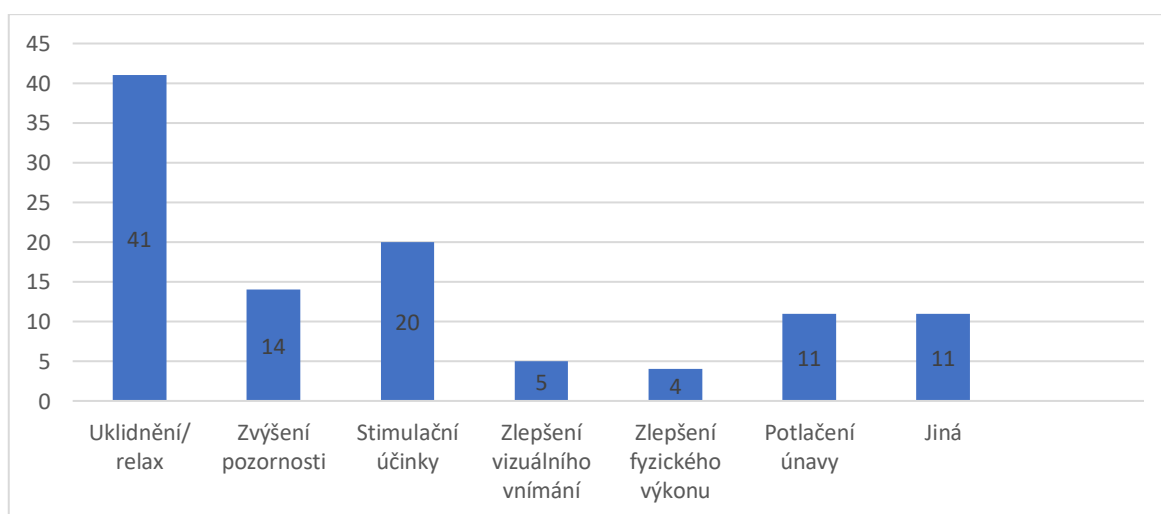
Další otázka v dotazníku zněla, při jaké příležitosti respondenti žvýkací tabák užívají. Zde měli respondenti možnost zaškrtnout současně více odpovědí. 24 (37%) respondentů uvedlo, že ačkoliv žvýkací tabák v minulosti užívali, aktuálně ho už neužívají. Jako nejobvyklejší příležitost užití vyšel relax, který uvedlo 20 (31%) respondentů. Třetí nejčastější příležitost užití žvýkacího tabáku u respondentů byla práce a doba po tréninku nebo zápase. V obou těchto případech odpovědělo 18 (28%) respondentů. Před tréninkem/ zápasem žvýkací tabák užívá 14 (22%) respondentů. 4 respondenti uvedli i současně možnost „jiná“. Tyto respondenti uvedli tyto odpovědi: „Kalba“, „Když jsem vzhůru“, „Když na to mám chuť“, „Pouze pokud je vše hotovo a je dobrá nálada“.

Graf 5- Příležitost užití žvýkacího tabáku u amerických fotbalistů



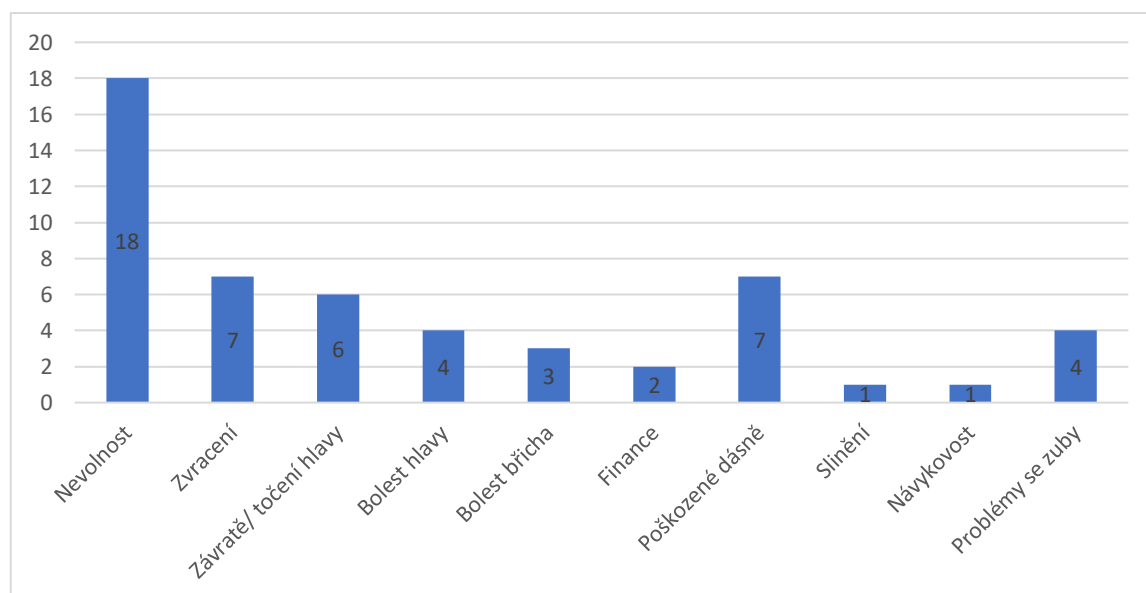
Na následujícím grafu jsou zobrazeny odpovědi respondentů na otázku, jaké pozitivní účinky jim žvýkací tabák přináší. I v této části měli respondenti možnost vybrat více odpovědí. Celkem 41(63%) respondentů uvedlo jako pozitivní účinek uklidnění/ relax. 20 (31%) respondentů uvedlo stimulační účinky. 14 (22%) respondentů uvedlo zvýšení pozornosti. A čtvrtou nejčastější odpovědí bylo potlačení únavy, které uvedlo 11 (17%) respondentů. 11 (17%) současně uvedlo odpověď „jiná“. U 9 (14%) odpovědí to bylo, že respondenti žádné pozitivní účinky nepociťují. V 1 případě se objevila stimulace závislosti na nikotinu. A v 1 případě se objevuje nevolnost a zvracení.

Graf 6- Pozitivní účinky žvýkacího tabáku u amerických fotbalistů



Na otázku, zda se respondenti setkali s negativními účinky žvýkacího tabáku z 65 odpovědělo kladně 37 (60%) respondentů. Tyto respondenti měli přístup k další otázce, kde měli možnost konkrétně uvést své zkušenosti s negativními účinky. 18 (50%) z 36 respondentů uvedlo že zažili nevolnost. 7 (19%) respondentů po užití žvýkacího tabáku zvracelo a dalších 7 (19%) mělo nebo má poškozené dásně.

Graf 7- Negativní účinky žvýkacího tabáku u amerických fotbalistů



Následující otázka byla, zda respondenti užívají žvýkací tabák v souvislosti s lepším výkonem ve sportu. Na tuto otázku odpovědělo kladně 5 z 65 respondentů. Pro tyto respondenty následovala otázka, jak jim žvýkací tabák ve sportu pomáhá. 1. respondent uvedl, že je víc uvolněný a díky tomu podává lepší výkony. 2. respondent uvedl, že díky žvýkacímu tabáku přestal kouřit, a proto se mu aktuálně na hřišti lépe dýchá. 3. respondent uvedl, že mu lépe nastupuje adrenalin a soustředění na hru. 4. respondent uvedl, že ho při hře nic nebolí. A poslední 5. respondent uvedl, že žvýkacím tabákem nahrazuje cigarety během tréninků a zápasů.

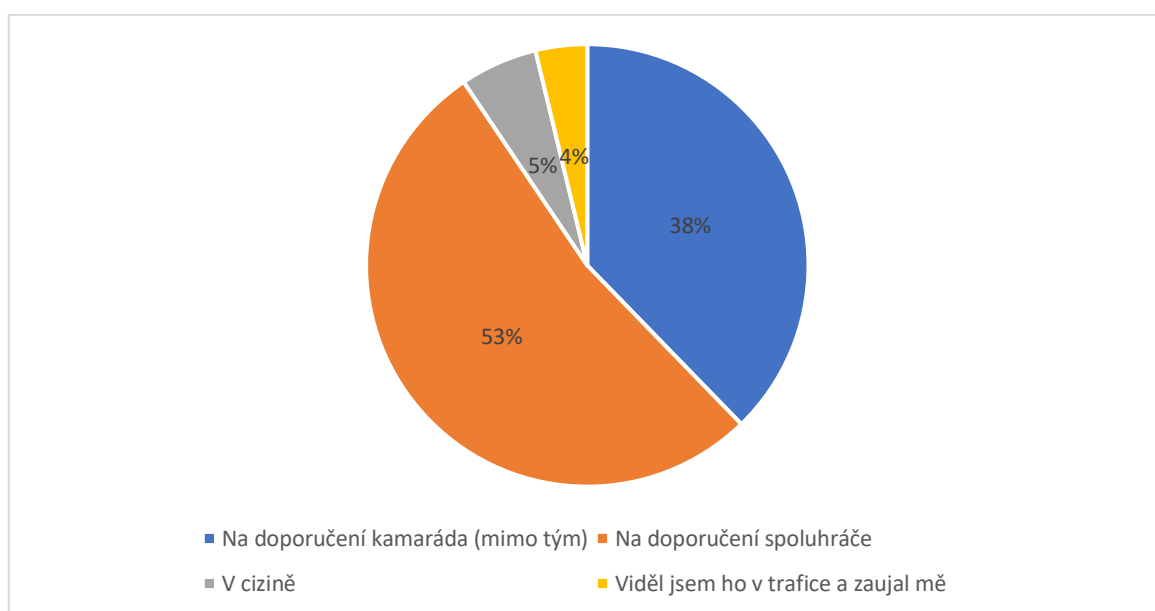
3.2.2.2 Užívání žvýkacího tabáku mezi hráči ledního hokeje

Úvodní otázka této části byla, zda respondenti někdy v životě užili žvýkací tabák. Celkem žvýkací tabák alespoň jednou za život užilo ze 105 respondentů z řad ledních hokejistů, 53 (50%) dotázaných. Ze 78 mužů žvýkací tabák užilo 40 (51%) a z 27 žen žvýkací tabák užilo 13 (48%).

Průměrný věk prvního užití byl u respondentů 19 let. Nejčastější věkovou skupinou prvního užití je věk 16 let, kde odpovědělo 10 (19%) respondentů. Nejnižší věk prvního užití bylo 12 let. Nejvyšší věk prvního užití byl 36 let.

Následující graf zobrazuje výsledky na otázku, za jakých okolností respondenti poprvé žvýkáci tabák užívali. Nejvíce respondentů, dohromady 28 (53%) uvedlo, že žvýkáci tabák poprvé vyzkoušeli na doporučení spoluhráče. Druhá nejčastější odpověď byla na doporučení kamaráda mimo tým, celkově s 20 (38%) respondenty. Třetí nejčastější odpověď byla odpověď v cizině s 3 respondenty.

Graf 8- Příležitost k prvnímu užití žvýkácího tabáku u ledních hokejistů

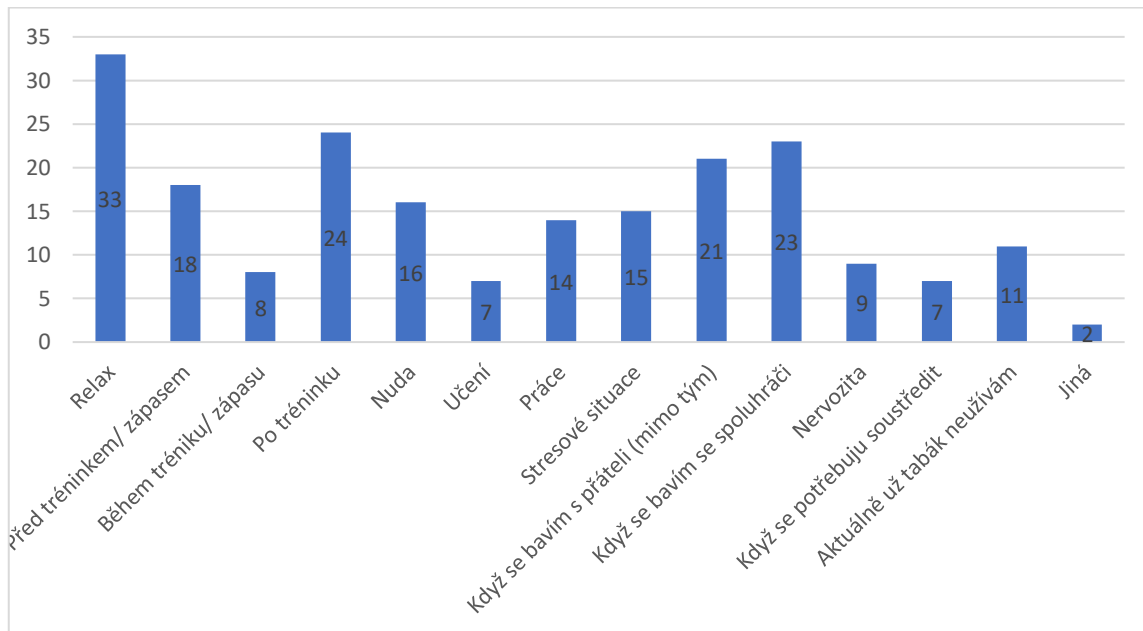


Následující otázka na hokejisty užívající žvýkáci tabák byla, jak často žvýkáci tabák užívají. Z 53 respondentů hrajících lední hokej uvedlo 19 (36%), že žvýkáci tabák užívá denně. Druhá nejčastější odpověď byla experimentálně, jednorázová zkušenost, kde odpovědělo 13 (25%) respondentů. Současně odpověď zřídka, kde odpovědělo také 13 (25%) respondentů. Pravidelně, alespoň jednou za týden žvýkáci tabák užívají 4 (8%) respondenti. Příležitostně, méně než jednou za týden, užívají 3 respondenti.

Graf č.9 zobrazuje při jaké příležitosti respondenti žvýkáci tabák užívají. Zde měli respondenti znovu možnost zaškrtnout současně více odpovědí. 33 (62%) respondentů jako nejčastější souvislost s užitím žvýkácího tabáku uvedlo relax. Druhou nejčastější příležitostí užití byla doba po tréninku/ zápase, kde odpovědělo 24 (45%) respondentů. Třetí nejčastější

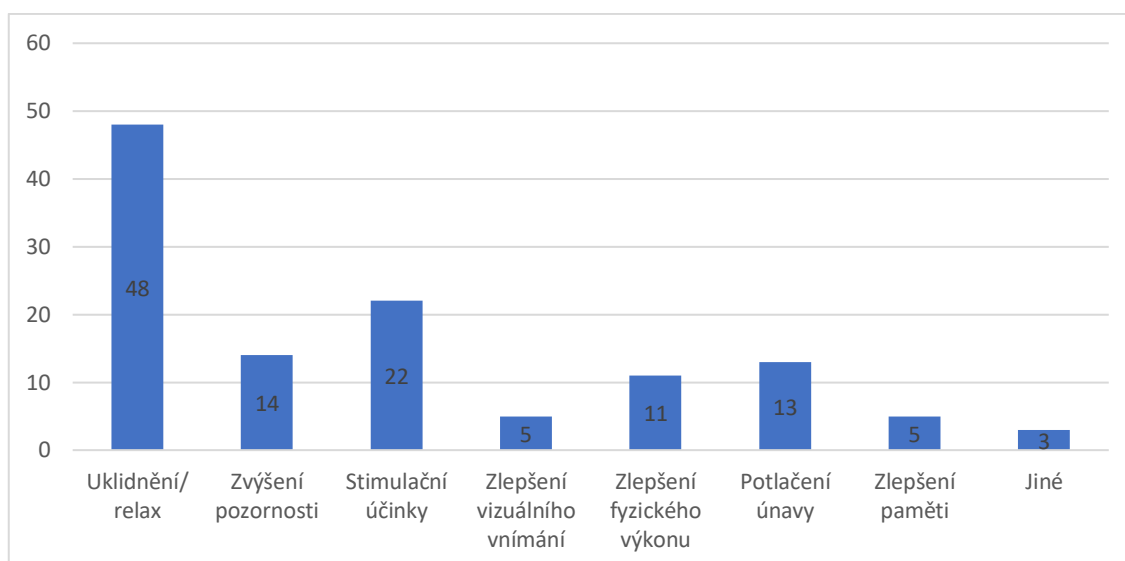
odpovědí bylo „když se bavím se spoluhráči“, kde odpovědělo 23 (43%) respondentů. 3 respondenti zvolili odpověď „jiná“. První respondent uvedl, že užívá celý den a druhý respondent, že užívá pouze v opilosti.

Graf 9- Příležitost užití žvýkacího tabáku u ledních hokejistů



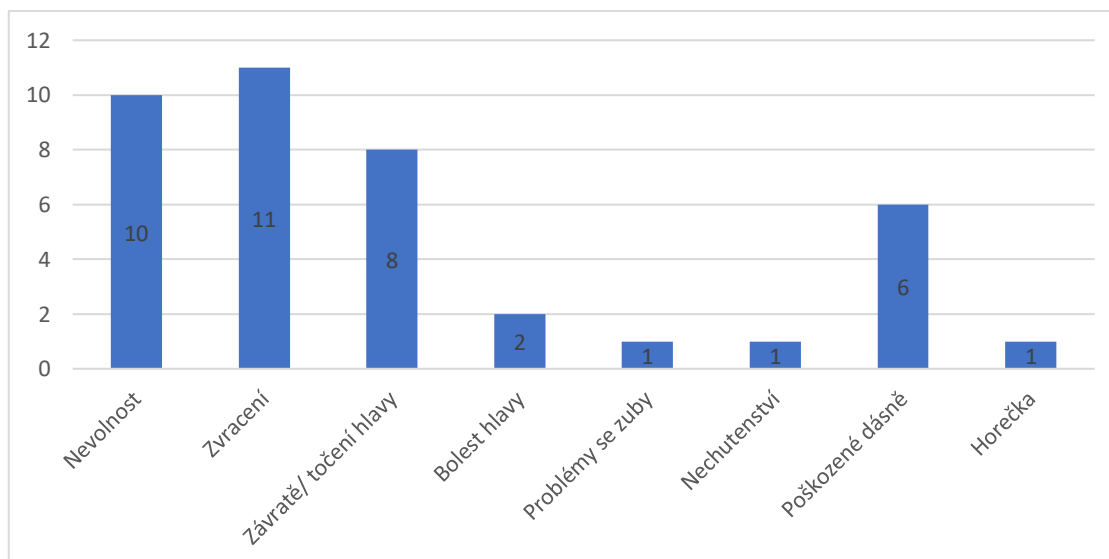
Graf č. 10 zobrazuje odpovědi respondentů na otázku, jaké pozitivní účinky jim žvýkací tabák přináší. I v této části měli respondenti možnost vybrat více odpovědí. Nejčastější pozitivní účinek, který respondenti pociťují je relax/ uklidnění, celkově tuto odpověď uvedlo 48 (91%) respondentů. Druhý nejčastější pozorovaný pozitivní účinek je stimulace, který uvedlo 22 (42%) respondentů. Třetí nejčastější odpověď se 14 (26%) respondenty bylo zvýšení pozornosti. 3 respondenti uvedli odpověď „jiná“. Všichni 3 uvedli, že žádné pozitivní účinky nepociťují.

Graf 10- Pozitivní účinky žvýkacího tabáku u ledních hokejistů



Na otázku, zda se respondenti setkali s negativními účinky žvýkacího tabáku z 53 odpovědělo kladně 33 (62%) respondentů. Nejčastější negativní účinek, který respondenti pocítili jsou zvracení 11 (33%) a nevolnost 10 (30%). Další početný nežádoucí účinek byly závratě/ točení hlavy, které uvedlo 8 (24%) respondentů.

Graf 11- Negativní účinky žvýkacího tabáku u ledních hokejistů



Poslední otázka této části dotazníku byla, zda respondenti užívají žvýkací tabák v souvislosti s lepším výkonem ve sportu. Na tuto otázku odpovědělo kladně 7 z 53 respondentů. Pro tyto respondenty následovala otázka, jak jim žvýkací tabák ve sportu pomáhá. Zde respondenti uvedli tyto odpovědi: „Klid“, „Lépe se soustředím“, „Mám lepší reflexy“, „Nabudí mě“,

„Rychlejší proudění krve v těle a s tím spojené rychlejší okysličování“, „Uvolnění, lepší pocit dýchání, lehčí nohy“, „Žádný stres“.

3.2.3 Užívání nikotinových sáčků mezi sportovci

V této podkapitole se zaměřím na výsledky třetí části dotazníku. Otázky v této části byly konkrétně zaměřeny na užívání nikotinových sáčků. Otázky mapují věk prvního užití nikotinových sáčků a okolnosti prvního užití. Následně okolnosti a četnost aktuálního užívání nikotinových sáčků a jejich negativní účinky.

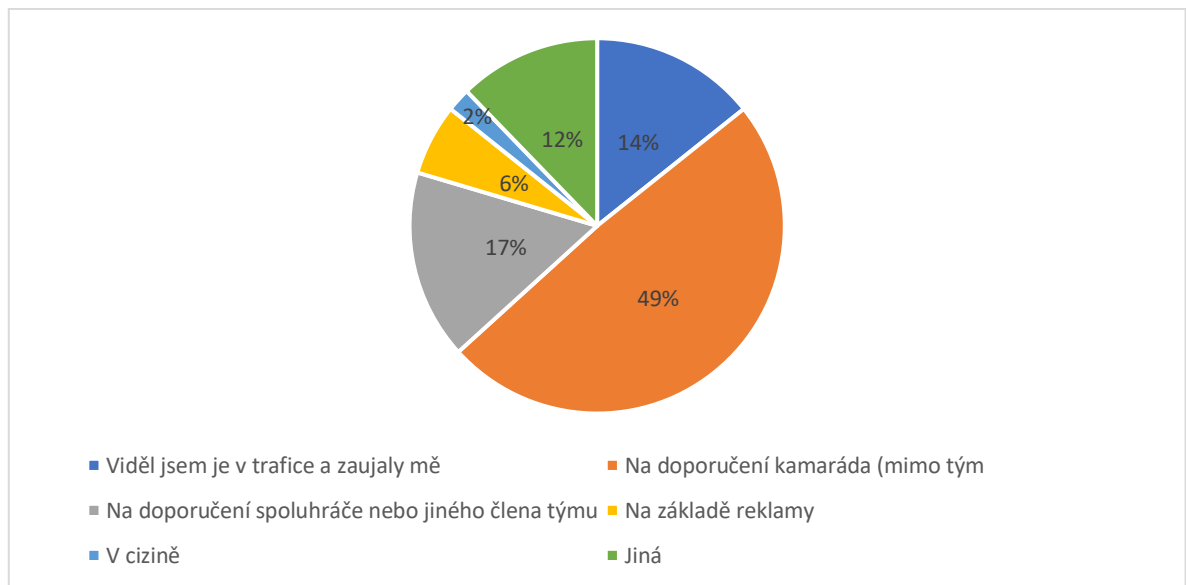
3.2.3.1 *Užívání nikotinových sáčků mezi hráči amerického fotbalu*

Úvodní otázka této části byla, zda respondenti někdy v životě užili nikotinové sáčky. Celkem nikotinové sáčky alespoň jednou za život užilo ze 114 respondentů z řad amerických fotbalistů, 49 (43%) dotázaných. Ze 101 mužů žvýkací tabák užilo 45 (45%) a ze 13 žen tabák užily 4 (31%).

Průměrný věk prvního užití byl u respondentů byl 21 let. Nejčastější věkovou skupinou prvního užití je věk 20 let, kde odpovědělo 6 (12%) respondentů. Nejnižší věk prvního užití bylo 13 let, kde odpověděl 1 (2%) respondent. Nejvyšší věk prvního užití byl 35 let.

Následující graf zobrazuje odpovědi respondentů na otázku, za jakých okolností poprvé nikotinové sáčky užili. Nejvíce respondentů, dohromady 24 (49%) uvedlo, že nikotinové sáčky poprvé vyzkoušeli na doporučení kamaráda mimo tým. Druhá nejčastější odpověď byla na doporučení spoluhráče, celkově s 8 (17%) odpověďmi. Třetí nejčastější odpovědí byla odpověď „viděl jsem je v trafice a zaujaly mě“ s 7 (14%) respondenty.

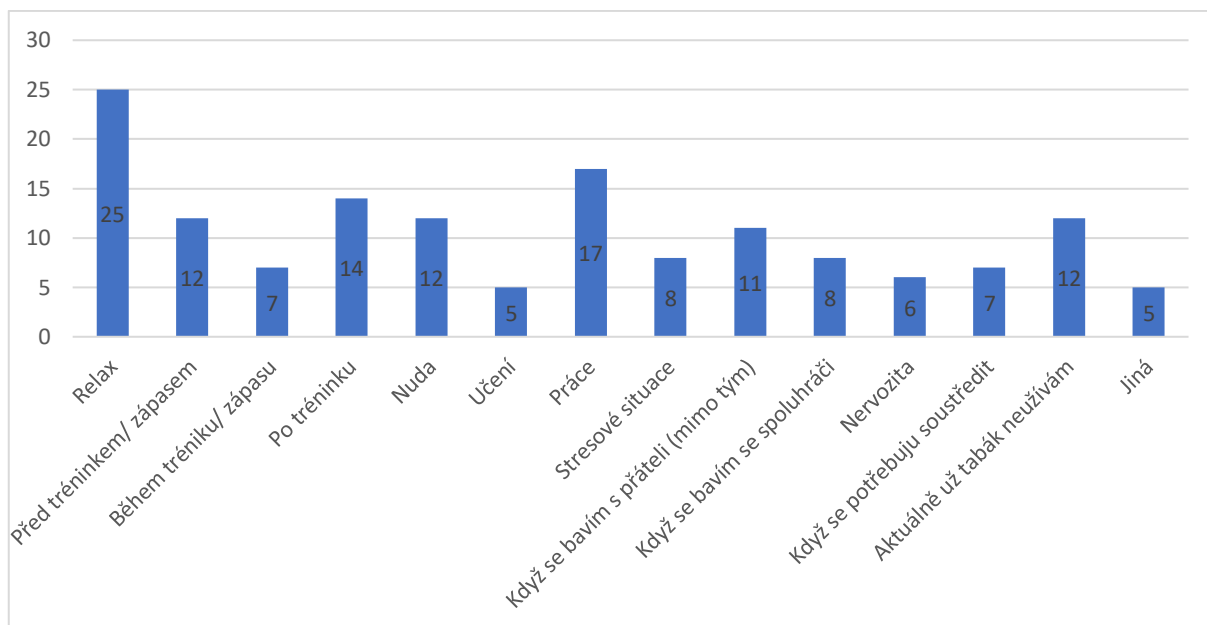
Graf 12- Příležitost k prvnímu užití nikotinových sáčků u amerických fotbalistů



Na otázku, jak často respondenti žvýkáci tabák užívají uvedlo z 49 respondentů hrajících americký fotbal 17 (35%), že nikotinové sáčky užívá denně. Druhá nejčastější odpověď respondentů na otázku byla, že s nikotinovými sáčky mají experimentální, jednorázovou zkušenost, kde odpovědělo 11 (23%). Příležitostně, méně než jednou týdně, nikotinové sáčky užívá 9 (18%) respondentů. Zřídka, párkrát do roka, nikotinové sáčky užívá 7 (14%) respondentů. Pravidelně, alespoň jednou za týden, nikotinové sáčky užívá 5 (10%) respondentů.

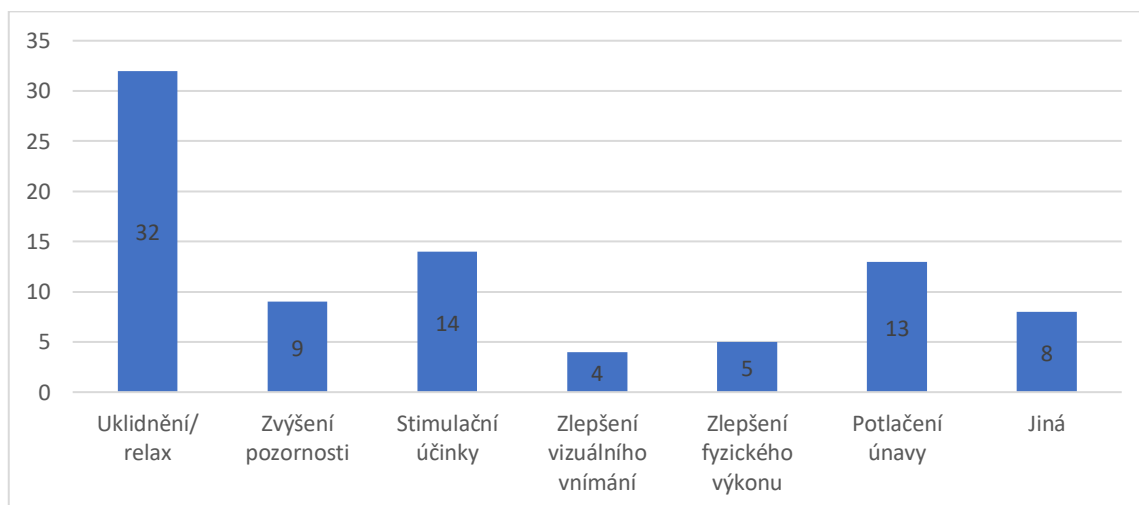
Následující otázka v dotazníku zněla, při jaké příležitosti respondenti nikotinové sáčky užívají. Zde měli respondenti možnost zaškrtnout současně více odpovědí. Jako nejobvyklejší příležitost užití vyšel relax, který uvedlo 25 (51%) respondentů. Druhá nejčastější odpověď respondentů byla práce, při které nikotinové sáčky užívá 17 (35%) respondentů. Třetí nejčastější příležitost užití nikotinových sáčků u respondentů byla doba po tréninku, kdy nikotinové sáčky užívá 14 (29%) respondentů. 5 (10%) respondentů uvedlo i současně možnost „jiná“. Tyto respondenti uvedli tyto odpovědi: „když jsem vzhůru“, „při řízení“, „krizové situace, když dojde tabák a není jiná možnost“, „místo cigarety“.

Graf 13- Příležitost užití nikotinových sáčků u amerických fotbalistů



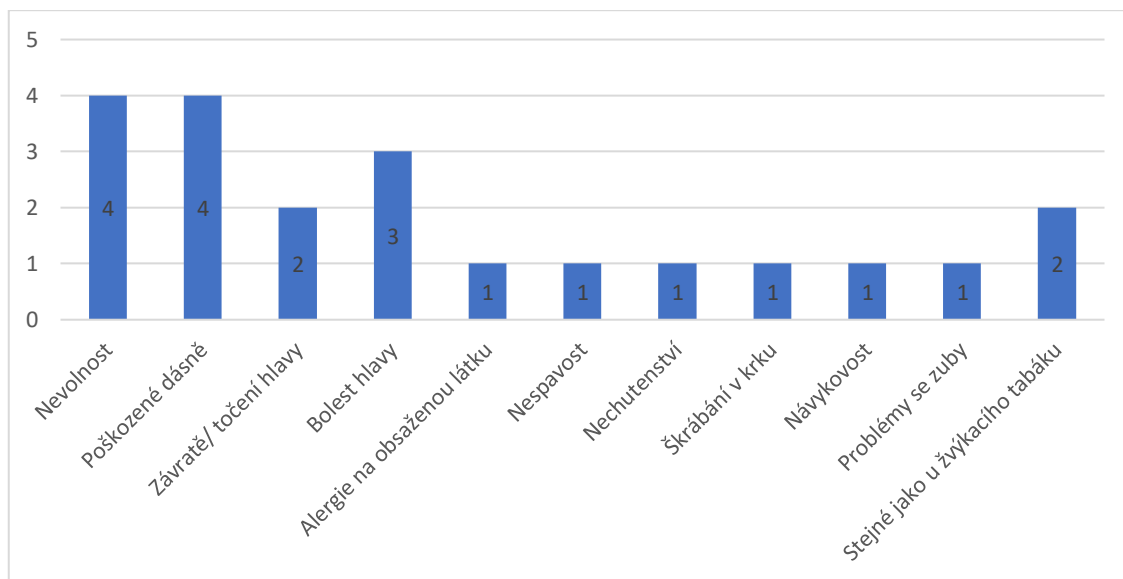
Na následujícím grafu jsou zobrazeny odpovědi respondentů na otázku, jaké pozitivní účinky jim nikotinové sáčky přináší. I v této části měli respondenti možnost vybrat více odpovědí. Celkem 32 (65%) respondentů uvedlo jako pozitivní účinek uklidnění/ relax. 14 (29%) respondentů uvedlo stimulační účinky. 13 (27%) respondentů uvedlo potlačení únavy. 6 (12%) současně uvedlo odpověď „jiná“. U 3 odpovědí bylo, že respondenti žádné pozitivní účinky nepocítují. 2 respondenti uvedli, že už sáčky neužívají. 2 respondenti uvedli, že nikotinovými sáčky tlumí abstinenční příznaky nikotinové závislosti. A 1 uvedl „zamotání kebulé“.

Graf 14- Pozitivní účinky nikotinových sáčků u amerických fotbalistů



Na otázku, zda se respondenti setkali s negativními účinky žvýkacího tabáku z 49 odpovědělo kladně 17 (35%) respondentů. Tyto respondenti měli přístup k další otázce, kde měli možnost konkrétně uvést své zkušenosti s negativními účinky. Nejčastější odpověď byla nevolnost a problémy s dásněmi, tyto odpovědi uvedli v obou případech 4 respondenti. Dalším nejčastějším projevem negativních účinků byla bolest hlavy, kterou uvedli 3 respondenti.

Graf 15- Negativní účinky nikotinových sáčků u amerických fotbalistů



Následující otázka byla, zda respondenti užívají žvýkací tabák v souvislosti s lepším výkonem ve sportu. Na tuto otázku odpověděli kladně 3 z 49 respondentů. Pro tyto respondenty následovala otázka, jak jim žvýkací tabák ve sportu pomáhá. 1. respondent uvedl, že odpověď psal již u žvýkacího tabáku. 2. respondent uvedl „Zvýšení adrenalinu a lepší vnímání“ a 3. respondent uvedl „Při zápase se nedá kouřit, tak využiju žvýkací tabák a mám to jako cigaretu“.

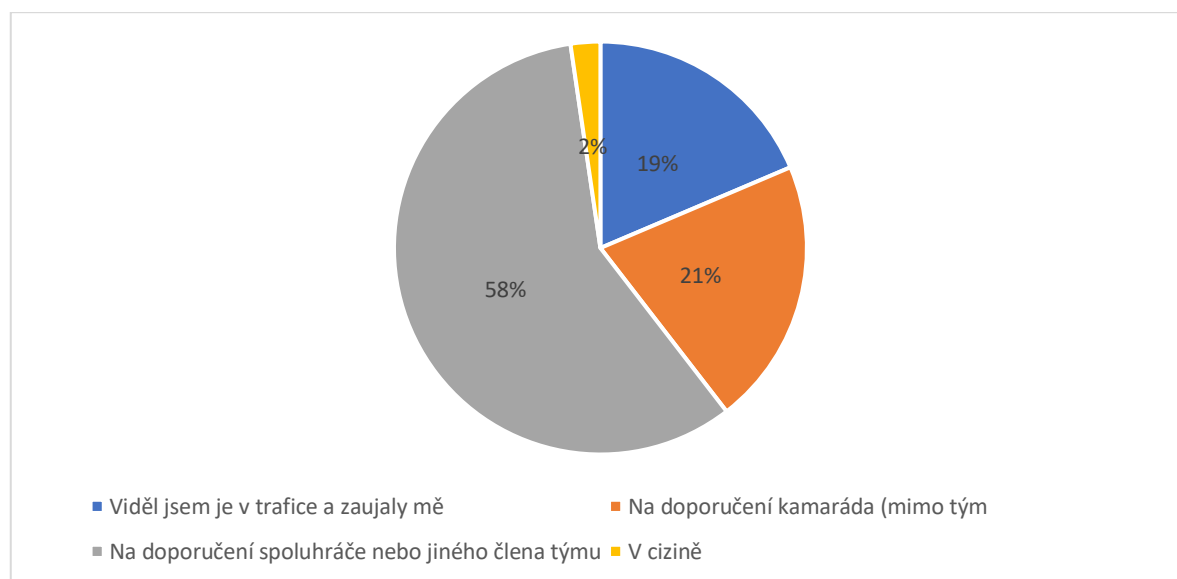
3.2.4 Užívání nikotinových sáčků mezi hráči ledního hokeje

Úvodní otázka této části byla, zda respondenti někdy v životě užili nikotinové sáčky. Celkem nikotinové sáčky alespoň jednou za život užilo ze 105 respondentů z řad ledních hokejistů, 43 (41%) dotázaných. Ze 78 mužů nikotinové sáčky užilo 31 (40%) a z 27 žen nikotinové sáčky užilo 12 (44%).

Průměrný věk prvního užití byl u respondentů 21 let. Nejčastější věkovou skupinou prvního užití je věk 20 let, kde odpovědělo 8 (10%) respondentů. Nejnižší věk prvního užití bylo 14 let. Nejvyšší věk prvního užití byl 35 let.

Následující graf zobrazuje výsledky na otázku, za jakých okolností respondenti poprvé nikotinové sáčky užili. Nejvíce respondentů, dohromady 25 (58%) uvedlo, že nikotinové sáčky poprvé vyzkoušeli na doporučení spoluhráče nebo jiného člena týmu. Druhá nejčastější odpověď byla na doporučení kamaráda mimo tým, celkově s 9 (21%) respondenty. Třetí nejčastější odpovědí byla odpověď „viděl jsem je v trafice a zaujaly mě“ s 8 (19%) respondenty. A 1 respondent uvedl, že sáčky poprvé vyzkoušel v cizině.

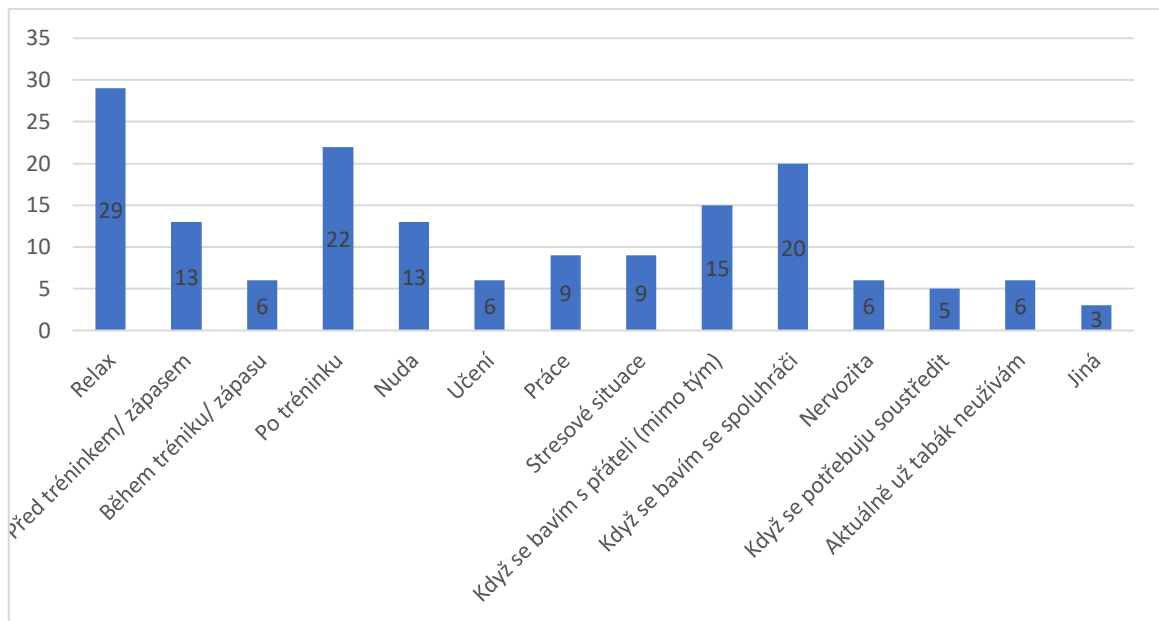
Graf 16- Příležitost k prvnímu užití nikotinových sáčků u ledních hokejistů



Na otázku, jak často respondenti nikotinové sáčky užívají, z 43 respondentů uvedlo 14 (33%), že nikotinové sáčky užívá denně. Stejný počet respondentů uvedl, že s nikotinovými sáčky mají experimentální, jednorázovou zkušenost. Třetí nejčastější odpověď byla: zřídka, kde odpovědělo 7 (16%) respondentů. Pravidelně, alespoň jednou za týden nikotinové sáčky užívá 5 (12%) respondentů. Příležitostně, méně než jednou za týden, užívají 3 (7%) respondenti.

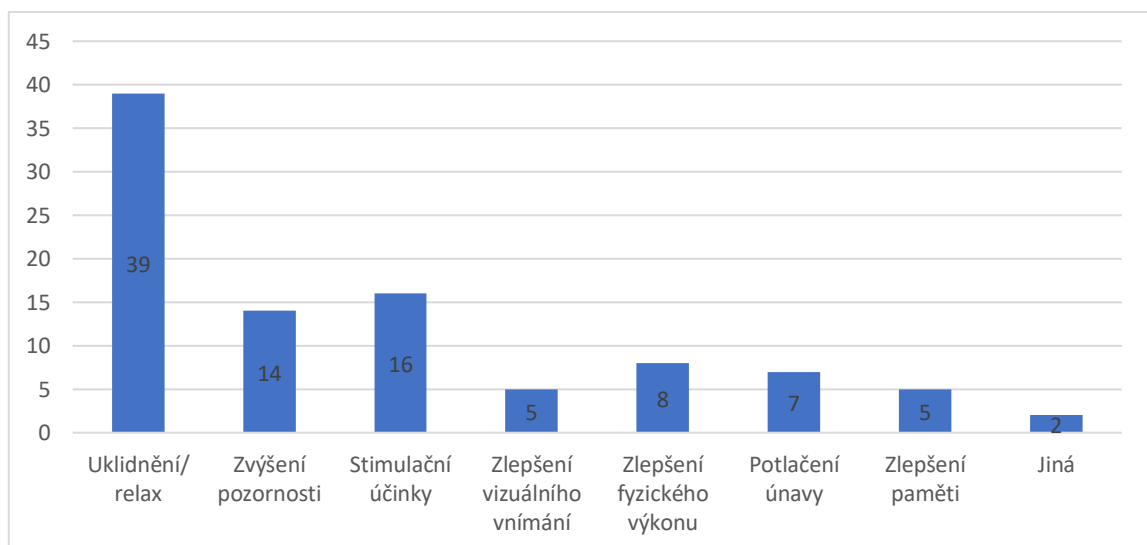
Následující otázka v dotazníku zněla, při jaké příležitosti respondenti nikotinové sáčky užívají. Zde měli respondenti znovu možnost zaškrtnout současně více odpovědí. 29 (67%) respondentů jako nejčastější souvislost s užitím nikotinových sáčků uvedlo relax. Druhou nejčastější příležitostí užití byla doba po tréninku/ zápase, kde odpovědělo 22 (51%) respondentů. Třetí nejčastější odpovědí bylo „když se bavím se spoluhráči“, kde odpovědělo 20 (47%) respondentů. 4 respondenti zvolili odpověď „jiná“. První respondent napsal, že nikotinové sáčky užívá hlavně po jídle. Druhý respondent uvedl, že sáčky užívá celý den. A poslední respondent uvedl, že sáčky užívá v opilosti.

Graf 17- Příležitost užití nikotinových sáčků u ledních hokejistů



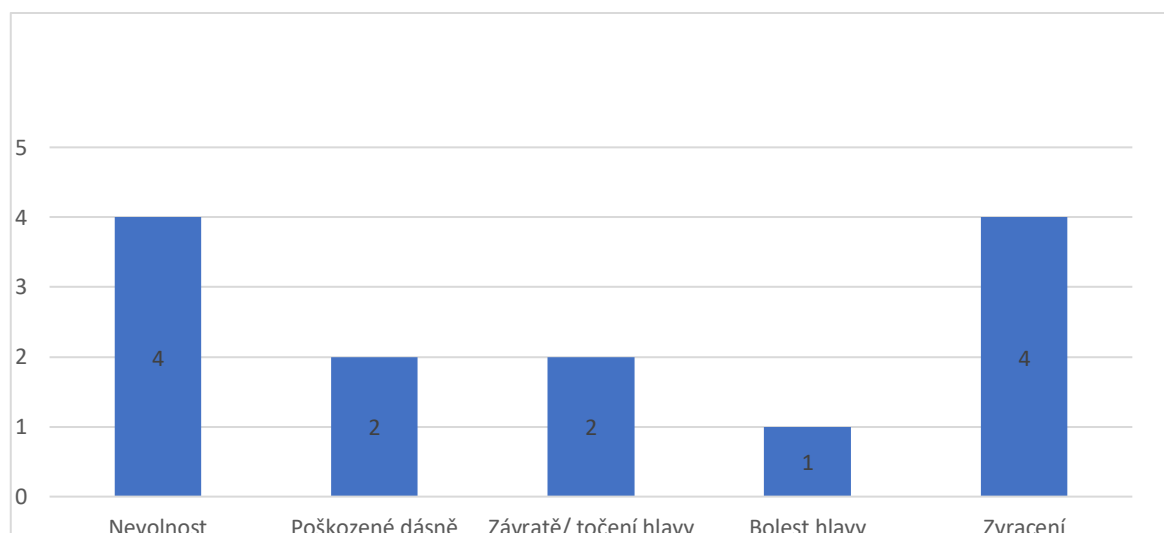
Graf č. 18 zobrazuje odpovědi respondentů na otázku, jaké pozitivní účinky jim nikotinové sáčky přináší. I v této části měli respondenti možnost vybrat více správných odpovědí. Nejčastější pozitivní účinek, který respondenti pociťují je relax/ uklidnění, celkově tuto odpověď uvedlo 39 (91%). Druhý nejčastější pozorovaný pozitivní účinek je stimulace, který uvedlo 16 (37%) respondentů. Třetí nejčastější odpověď se 14 (32%) respondenty bylo zvýšení pozornosti. 2 respondenti uvedli odpověď „jiná“. Jeden respondent uvedl, že žádný pozitivní účinek nenašel, pouze mu bylo špatně. Druhý respondent uvedl, že aktuálně už sáčky neužívá.

Graf 18- Pozitivní účinky nikotinových sáčků u ledních hokejistů



Na otázku, zda se respondenti setkali s negativními účinky nikotinových sáčku z 43 odpovědělo kladně 12 (28%) respondentů. Nejčastější negativní účinek, který respondenti pocítili nevolnost, kterou uvedli 4 respondenti a zvracení, které uvedli také 4 respondenti. 2 respondenti uvedli, že zažili závratě a stejný počet respondentů uvedl, že mají problémy s dásněmi.

Graf 19-Negativní účinky nikotinových sáčků u ledních hokejistů



Poslední otázka dotazníku byla, zda respondenti užívají nikotinové sáčky v souvislosti s lepším výkonem ve sportu. Na tuto otázku odpovědělo kladně 5 z 43 respondentů. Pro tyto respondenty následovala otázka, jak jim nikotinové sáčky ve sportu pomáhají. Zde respondenti uvedli tyto odpovědi: „Lépe se soustředím“, „Na stres“, „Nebolí mě tolik svaly“, „Rychlejší proudění krve v těle a s tím spojené rychlejší okysličování“, „Žádný stres“.

3.3 Diskuze a závěr

Cílem práce bylo zjistit, zda sportovci, lední hokejisté a američtí fotbalisté, užívají nikotinové sáčky a žvýkací tabák a jaký je vzorec jejich užívání. V závěrečných dvou kapitolách budou blíže diskutovány výsledky a shrnuta závěrečná zjištění.

3.3.1 Diskuze

Skupina respondentů v této práci je velmi heterogenní. Celkově se výzkumu zúčastnilo 179 (82%) mužů a 40 (18%) žen, 114 amerických fotbalistů a 105 ledních hokejistů. Výsledky i přesto přinesly zajímavý náhled do málo prozkoumané oblasti užívání nikotinu u sportovců. Z výsledků vyplynulo, že se žvýkacím tabákem má zkušenost 65 (57%) amerických fotbalistů a 53 (50%) ledních hokejistů, průměrný věk prvního užití byl u obou skupin 19 let. S nikotinovými sáčky má zkušenost 49 (43%) amerických fotbalistů a 43 (41%) ledních hokejistů, průměrný věk prvního užití byl u obou skupin 21 let. Denně užívá žvýkací tabák 21 (33%) amerických fotbalistů a 19 (36%) ledních hokejistů, nikotinové sáčky denně užívá 17 (35%) amerických fotbalistů a 14 (33%) ledních hokejistů. Tyto nikotinové produkty obě skupiny respondentů nejčastěji užívají při relaxu nebo po tréninku/ zápase. Zároveň se velmi často vyskytují odpovědi, že tyto nikotinové produkty poprvé vyzkoušeli na doporučení kamaráda v týmu nebo mimo tým. Domnívám se, že doba po zápasech nebo tréninzích je čas, kdy se tým stmeluje, slaví nebo probírá budoucí strategie. Je zde velký prostor pro stmelování kolektivu a relaxaci po sportovním výkonu. To může být spojené právě s užíváním návykových látek, v tomto případě právě s žvýkacím tabákem a nikotinovými sáčky. Je zde prostor pro ovlivnění začátku užívání nebo experimentů dalších hráčů a pro potencionální rozvoj závislosti na nikotinu. Zde by byl určitě prostor pro preventivní programy a edukaci sportovců v daném tématu, která v tomto odvětví aktuálně není. Řada respondentů studie uvedla, že se již setkali s negativními účinky obou orálních nikotinových produktů, ty byly nevolnost, zvracení a poškození dásní.

Další subjektivně vnímanou výhodou pro užívání žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků mezi respondenty může být jejich nenápadnost. Na rozdíl od většiny ostatních nikotinových produktů je jejich užívání velmi nenápadné a lze je proto užívat i na místech, kde jsou jiné nikotinové produkty zakázány. Lze je proto pohodlně užívat i na sportovištích a během sportovních výkonů. Respondenti zároveň uváděli, že jim orální nikotinové produkty vyhovují i proto, že na rozdíl od běžných nikotinových produktů, jako jsou například cigarety, nemají po jejich užívání problémy s dechem. Řada respondentů uvedla, že je to pro ně hlavní důvod obliby těchto produktů.

Z výsledků dotazníku vyplynulo, že skupina oslovených amerických fotbalistů i ledních hokejistů užívá žvýkací tabák a nikotinové sáčky ve větší míře než respondenti výzkumu provedeným Státním zdravotním ústavem (SZÚ) v roce 2021 pro rok 2020. U respondentů studie SZÚ se objevilo v celém výzkumném souboru 3,4% respondentů s prevalencí užívání bezdýmných forem tabáku. Z toho 0,5 % užívá tyto produkty denně. 1,7 % respondentů uvedlo, že užívají nikotinové sáčky, 0,6 % respondentů uvedlo, že denně (Csémy et al., 2021).

V bakalářské práci Terezy Hanouskové na téma Užívání moist snuff u hokejistů z roku 2011 autorka uvádí, že se nejčastěji hokejisté dozvěděli od spoluhráčů. Zároveň že hokejisté užívají moist snuff, když se nudí, když relaxují, když jsou ve stresu, nebo když jsou nervózní. (Hanousková, 2011). Tyto výsledky potvrzuje i moje bakalářská práce.

V bakalářskou práci Denisy Drahokoupilové na téma Užívání návykových látek u sportovců zpracované v roce 2020 autorka uvádí, že sportovci v souvislosti se sportovní aktivitou návykovou látku používají nejčastěji po tréninku (Drahokoupilová, 2020). Ke stejným závěrům dochází i můj výzkum.

Zvolená online forma dotazníku se pro přehled o situaci ohledně užívání žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků osvědčila. Mnou oslovení sportovci mají výrazně vyšší riziko kardiovaskulárních obtíží a rozvoje závislosti na nikotinu. V souvislosti s užíváním stimulantů posilující výkonost jako třeba tzv. nakopávače, které obsahují až 275 mg kofeinu na lahvičku, mohou nikotinové produkty výrazně zvýšit riziko kardiologických obtíží.

Do budoucna by ale bylo vhodné skupinu podrobit pečlivějšímu zkoumání, například kvalitativní studii prostřednictvím strukturovaných rozhovorů. Skupina respondentů, kterou jsem do studie získala byla velmi heterogenní, nebyl vyrovnán počet žen a mužů. Pro případnou další studii by bylo vhodné více se zaměřit na homogenost vybraného vzorku respondentů. Zároveň by bylo lepší rozšířit výzkumný vzorek o více respondentů.

Největší komplikace práce byla na počátku s distribucí dotazníku. První zvolená metoda sběru dat byla metoda snowball sampling, která se neosvědčila kvůli velmi malé míře responzí oslovených sportovců. Rozhodla jsem se tedy dotazník distribuovat pomocí e-mailových adres jednotlivých týmů. Tato metoda se jednoznačně osvědčila jako efektivnější a díky tomu jsem nasbírala potřebný počet dat. Data jsem následně zpracovávala ve webovém rozhraní Survio, kde jsem využila nadstandardních placených služeb.

3.3.2 Závěr

Tato bakalářská práce byla rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou. V teoretické části jsem se zaměřila na všeobecné informace o nikotinových sáčkích, žvýkacím tabáku u sportovců. Byly zde uvedené účinky žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků, následky užívání a legislativa s nimi spojená. Dále jsem uvedla obecné informace týkající se nikotinu a nikotinové závislosti. Také je zde rozepsána síť pomoci lidem závislých na nikotinu.

Druhá část bakalářské práce byla praktická. Zde jsem uvedla cíle práce, metody sběru dat a metody analýzy dat, etické zásady výzkumu a data sesbíraná v dotazníku.

Ukázalo se, že užívání nikotinových sáčků a žvýkacího tabáku je ve skupinách hráčů amerického fotbalu a ledního hokeje velmi rozšířené. Bylo by proto vhodné cílit na skupiny sportovců preventivní programy. Jelikož výzkumná skupina byla velmi heterogenní bylo by dobré provést ještě další výzkumy na podobné téma a ověřit tím validitu této studie.

Výsledky studie mohou být užitečné pro případné tvorbu budoucích prací na podobné téma. Zároveň studie může upozornit na nadměrné užívání nikotinových sáčků a žvýkacího tabáku u hráčů vybraných sportů.

4 Zdroje použité literatury a citace

Antidopingový výbor ČR. (1.1.2022). *Seznam zakázaných látek a metod*. [online], 27.1.2022 Dostupné z: https://www.antidoping.cz/sites/default/files/Normy/2022list_cze.pdf

Bernaciková, M., Kapounková, K., Novotný, J., a kol. (2010). *Lední hokej*. [online], 27.1.2022 Dostupné z: <https://is.muni.cz/do/rect/el/estud/fsps/ps10/fyziol/web/sport/hry-hokej.html>

Bezcigaret.cz Česká koalice proti tabáku. (n.d.) *Národní linka pro odvykání kouření*. [online]; 7.2.2022 Dostupné z: <https://www.bezcigaret.cz>

Csémy, L., Dvořáková, Z., Fialová, A., Kodl, M., Malý, M., Skývová, M. (2021). *Národní výzkum užívání tabáku a alkoholu v České republice*. Výzkumná zpráva. Praha: SZÚ. Dostupné z: http://www.szu.cz/uploads/documents/szu/aktual/nauta_2020.pdf

Česká lékárnická komora (13.1.2015). *Odvykání kouření*. [online], 7.2.2022 Dostupné z: <https://www.lekarnici.cz/Pro-verejnost/Odborne-poradenstvi-v-lekarnach/Odvykani-koureni.aspx>

Drahokoupilová, D., (2020). *Užívání návykových látek u sportovců*. [Bakalářská práce]. Universita Hradec Králové

Dvořák, M., (2.9.2019). *Nakopávač pod drobnohledem: Použití, účinné látky i negativní účinky*. [online], 27.1.2022 Dostupné z: <https://www.svetfitness.cz/clanek/nakopavace-pod-drobnohledem/>

Fakultní nemocnice v Motole. (n.d.). *Centrum léčby závislosti na tabáku*. [online], 7.2.2022 Dostupné z: <https://1url.cz/BrtpH>

Fisher, M. T., Tan-Torres, S. M., Gaworski, C. L., Black, R. A., & Sarkar, M. A. (2019). Smokeless tobacco mortality risks: an analysis of two contemporary nationally representative longitudinal mortality studies. *Harm Reduction Journal*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s12954-019-0294-6>

Hanousková, T. (2011). *Užívání žvýkacího tabáku u hokejistů*. [Bakalářská práce]. Univerzita Karlova

Heatherton, T. F., Kozlowski, L. T., Frecker, R. C., & Fagerström, K. O. (1991). *The Fagerström Test for Nicotine Dependence: a revision of the Fagerström Tolerance Questionnaire*. *British Journal of Addiction*, 86, 1119-1127

Horn, T. S., (2008). *Advances in sport psychology*. United States: Human Kinetics Publishers, 215-216

Klinika adiktologie (2.6.2021). *Adiktologická ambulance*. [online], 7.2.2022 Dostupné z: <https://www.adiktologie.cz/adiktologicka-ambulance>

Krtil, J., Zima, T., v Králíková, E. (2013). *Závislost na tabáku: epidemiologie, prevence a léčba*. Břeclav: Adamira, 121-122, 367, 368

Králíková, E. (2013). *Závislost na tabáku: epidemiologie, prevence a léčba*. Břeclav: Adamira, 121-122, 367, 368

Mayo Clinic. (19.3.2021). *Healthy lifestyle Quit smoking:Smokeless tobacco products*. [online], 27.1.2022 Dostupné z: <https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/quit-smoking/in-depth/chewing-tobacco/art-20047428>

Millerová, G. (2011). *Adiktologické poradenství*. Galén, 89

Nikomania.cz (18.1.2022). *Kuriozní způsoby užívání nikotinových sáčků*. [online], 20.1.2022 Dostupné z: <https://www.nicomania.cz/cs/blog/kuriozni-zpusoby-uzivani-nikotinovych-sacku>

Nikomania.cz (12.10.2021). *Jaké účinky má nikotin v nikotinových sáčcích*. [online], 22.1.2022 Dostupné z: <https://www.nicomania.cz/cs/blog/jake-ucinky-ma-nikotin-v-nikotinovych-saccich>

Nikopods.cz (n.d.). *Nikotinové sáčky*. [online], 20.1.2022 Dostupné z: <https://www.nicopods.cz/nikotinove-sacky/>

Pilařová, L. (2003). Problematika závislosti na nikotinu. *Psychiatrie pro praxi*.2003(5).
Dostupné z: <https://www.solen.cz/pdfs/psy/2003/05/04.pdf>

Slovák, D., Przewczková, P., Daňková, Š., & Zvolský, M. (2017). *Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů: MKN-10*. Ústav zdravotnických informací a statistiky ČR.

Sněmovní tisk 502 (2020). *Pozměňovací návrh k zákonu č. 110/1997 Sb.* [online], 27.1.2022 Dostupné z: <https://1url.cz/ZrtpD>

Tobacco tactics (29.7.2021). *Nicotine Pouches*. [online], 26.3.2022 Dostupné z: <https://tobaccotactics.org/wiki/nicotine-pouches/>

Top-armyshop.cz (21.4.2020). *Energie díky žvýkacímu tabáku*. [online], 23.1.2022 Dostupné z: <https://www.top-armyshop.cz/magazin-energie-zvykaci-tabak>

Wikiskripta. (29.6.2018) *Encefalopatie*. . [online], 4.2.2022 Dostupné z: <https://www.wikiskripta.eu/w/Encefalopatie>

Zákony pro lidi. (2022). *Zákon č. 110/1997 Sb.* [online], 27.1.2022 Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1997-110/zneni-20220101>

Zákony pro lidi. (2016). *Vyhláška č.261/2016 Sb.* [online], 4.2.2022 Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2016-261>

Příloha 1

Seznam obrázků

Obrázek 1- Strukturní vzorec nikotinu.....	12
Obrázek 2- Design krabičky s nikotinovými sáčky	16
Obrázek 3- Nikotinové sáčky v krabičce.....	16
Obrázek 4- Úložný prostor krabičky nikotinových sáčků	16
Obrázek 5- Velikost nikotinového sáčku.....	16
Obrázek 6- Upozornění výrobce nikotinových sáčků	16
Obrázek 7- Design krabičky žvýkacího tabáku	19
Obrázek 8- Žvýkací tabák v krabičce.....	19
Obrázek 9- Úložný prostor krabičky žvýkacího tabáku	19
Obrázek 10- Velikost sáčku žvýkacího tabáku.....	20
Obrázek 11- Zadní strana krabičky s žvýkacím tabákem.....	20
Obrázek 12- Logo odvykání kouření v lékárnách.....	23

Seznam grafů

Graf 1-Pohlaví respondentů	28
Graf 2- Původ respondentů	29
Graf 3- Preferovaný sport respondentů	29
Graf 4- Příležitost k prvnímu užití žvýkacího tabáku u amerických fotbalistů	31
Graf 5- Příležitost užití žvýkacího tabáku u amerických fotbalistů	32
Graf 6- Pozitivní účinky žvýkacího tabáku u amerických fotbalistů	32
Graf 7- Negativní účinky žvýkacího tabáku u amerických fotbalistů.....	33
Graf 8- Příležitost k prvnímu užití žvýkacího tabáku u ledních hokejistů	34
Graf 9- Příležitost užití žvýkacího tabáku u ledních hokejistů.....	35
Graf 10- Pozitivní účinky žvýkacího tabáku u ledních hokejistů	36
Graf 11- Negativní účinky žvýkacího tabáku u ledních hokejistů.....	36
Graf 12- Příležitost k prvnímu užití nikotinových sáčků u amerických fotbalistů	38
Graf 13- Příležitost užití nikotinových sáčků u amerických fotbalistů	39
Graf 14- Pozitivní účinky nikotinových sáčků u amerických fotbalistů	39
Graf 15- Negativní účinky nikotinových sáčků u amerických fotbalistů.....	40
Graf 16- Příležitost k prvnímu užití nikotinových sáčků u ledních hokejistů	41
Graf 17- Příležitost užití nikotinových sáčků u ledních hokejistů	42
Graf 18- Pozitivní účinky nikotinových sáčků u ledních hokejistů	42
Graf 19-Negativní účinky nikotinových sáčků u ledních hokejistů.....	43

Příloha 2

Dotazník

Vzorce užívání žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků u sportovců

Dobrý den, jmenuji se Kristýna Šatochinová a studuji bakalářské studium adiktologie na 1.LF UK. Ráda bych Vás požádala o vyplnění dotazníku k mé bakalářské práci na téma "Vzorce užívání žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků u sportovců" (konkrétně amerických fotbalistů a hokejistů). Cílem mojí práce je zmapovat užívání nikotinových sáčků a žvýkacího tabáku mezi hráči Ledního hokeje a Amerického fotbalu. Vyplněním dotazníku souhlasíte se zpracováním Vámi vyplněných odpovědí. Všechny Vaše odpovědi budou anonymní. Prosím vyplňte dotazník pravdivě.

1. Jaké je Vaše pohlaví?
Vyberte jednu odpověď
 - Žena
 - Muž
2. V jakém kraji žijete?
Vyberte jednu odpověď
 - Praha
 - Středočeský kraj
 - Jihočeský kraj
 - Plzeňský kraj
 - Karlovarský kraj
 - Ústecký kraj
 - Liberecký kraj
 - Královehradecký kraj
 - Pardubický kraj
 - Kraj vysočina
 - Jihomoravský kraj
 - Olomoucký kraj
 - Moravskoslezský kraj
 - Zlínský kraj
3. Kolik je vám let?
Uveďte prosím celým číslem
4. Uveďte své nejvyšší dosažené vzdělání
Vyberte jednu odpověď
 - Základní
 - Středoškolské bez maturity
 - Středoškolské s maturitou
 - VOŠ
 - Vysokoškolské
5. Jaký sport hrajete

Vyberte jednu odpověď

- Americký fotbal
- Hokej
- Žádný z vybraných

6. Užil/a jste někdy v životě žvýkací tabák

Vyberte jednu odpověď

- Ano
- Ne (*V případě odpovědi ne byl respondent přesunut na otázku 16*)

7. Kolik Vám bylo let, když jste poprvé užil/a žvýkací tabák?

Napište prosím věk celým číslem

8. Za jakých okolností jste poprvé žvýkací tabák užil/a?

Vyberte jednu odpověď

- Viděl/a jsem ho v trafice/obchodě a zaujal mě
- Na doporučení kamaráda (mimo tým)
- Na doporučení spoluhráče nebo jiného člena týmu
- Na základě reklamy
- V cizině
- Jiná...

9. Jak často aktuálně žvýkací tabák užíváte?

Vyberte jednu odpověď

- Denně (alespoň 1 denně)
- Pravidelně (alespoň 1 týdně)
- Příležitostně (méně než 1 týdně)
- Zřídka (párkrát do roka)
- Experimentálně (jednorázová zkušenost)

10. Při jaké příležitosti nejčastěji žvýkací tabák používáte?

Vyberte jednu nebo více odpovědí

- Relax
- Před tréninkem/ zápasem
- Během tréninku/ zápasu
- Po tréninku/ zápasu
- Nuda
- Učení
- Práce
- Stresové situace
- Když se bavím s přáteli (mimo tým)
- Když se bavím se spoluhráči
- Nervozita
- Když se potřebuju soustředit
- Aktuálně už tabák neužívám
- Jiná...

11. Jaké pozitivní účinky Vám žvýkací tabák přináší

Vyberte jednu nebo více odpovědí

- Uklidnění/ relax
- Zvýšení pozornosti
- Stimulační účinky
- Zlepšení vizuálního vnímání
- Zlepšení paměti
- Zlepšení fyzického výkonu
- Potlačení únavy
- Jiná...

12. Setkali jste se s negativními účinky žvýkacího tabáku?

Vyberte jednu odpověď

- Ano
- Ne (*V případě odpovědi ne byl respondent přesunut na otázku 14*)

13. Pokud ano, s jakými

Napište jedno nebo více slov

14. Užíváte žvýkací tabák v souvislosti s lepším výkonem ve sportu?

- Ano
- Ne (*V případě odpovědi ne byl respondent přesunut na otázku 16*)

15. Pokud ano, jak Vám žvýkací tabák pomáhá zvyšovat sportovní výkon?

Napište jedno nebo více slov

16. Užil/a jste někdy v životě nikotinové sáčky

Vyberte jednu odpověď

- Ano
- Ne (*V případě odpovědi ne byl respondent přesunut na otázku 26*)

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

Napište prosím věk celým číslem

18. Za jakých okolností jste poprvé užil/a nikotinové sáčky?

Vyberte jednu odpověď

- Viděl/a jsem je v trafice/obchodě a zaujal mě
- Na doporučení kamaráda (mimo tým)
- Na doporučení spoluhráče nebo jiného člena týmu
- Na základě reklamy
- V cizině
- Jiná...

19. Jak často aktuálně nikotinové sáčky užíváte?

Vyberte jednu odpověď

- Denně (alespoň 1 denně)
- Pravidelně (alespoň 1 týdně)
- Příležitostně (méně než 1 týdně)
- Zřídka (párkrát do roka)
- Experimentálně (jednorázová zkušenost)

20. Při jaké příležitosti nejčastěji nikotinové sáčky používáte?

Vyberte jednu nebo více odpovědí

- Relax
- Před tréninkem/ zápasem
- Během tréninku/ zápasu
- Po tréninku/ zápasu
- Nuda
- Učení
- Práce
- Stresové situace
- Když se bavím s přáteli (mimo tým)
- Když se bavím se spoluhráči
- Nervozita
- Když se potřebuju soustředit
- Aktuálně už tabák neužívám
- Jiná...

21. Jaké pozitivní účinky Vám nikotinové sáčky přináší

Vyberte jednu nebo více odpovědí

- Uklidnění/ relax
- Zvýšení pozornosti
- Stimulační účinky
- Zlepšení vizuálního vnímání
- Zlepšení paměti
- Zlepšení fyzického výkonu
- Potlačení únavy
- Jiná...

22. Setkali jste se s negativními účinky nikotinových sáčků?

Vyberte jednu odpověď

- Ano
- Ne (*V případě odpovědi ne byl respondent přesunut na otázku 24*)

23. Pokud ano, s jakými

Napište jedno nebo více slov

24. Užíváte nikotinové sáčky v souvislosti s lepším výkonem ve sportu?

- Ano
- Ne (*V případě odpovědi ne byl respondent přesunut na otázku 26*)

25. Pokud ano, jak Vám nikotinové sáčky pomáhají zvyšovat sportovní výkon?

Napište jedno nebo více slov

26. Děkuji za vyplnění dotazníku. Pokud máte nějaké další připomínky k dotazníku nebo k tématu, zde máte možnost se o ně se mnou podělit. Pro další případné dotazy, připomínky nebo stížnosti můžete napsat na můj e-mail satochinova@seznam.cz.

Napište jedno nebo více slov