

# Česká republika — přestat kouřit chceme, ale pomalu

Generace bez kouře • Díl 1 ze 5 • 2026 • Data: NAUTA 2024, SZÚ / NMS ČR

22,4 %

kouří tradiční tabák (2024)

13,9 %

užívá e-cigarety (2024)

34,6 %

kuřáků se loni pokusilo přestat

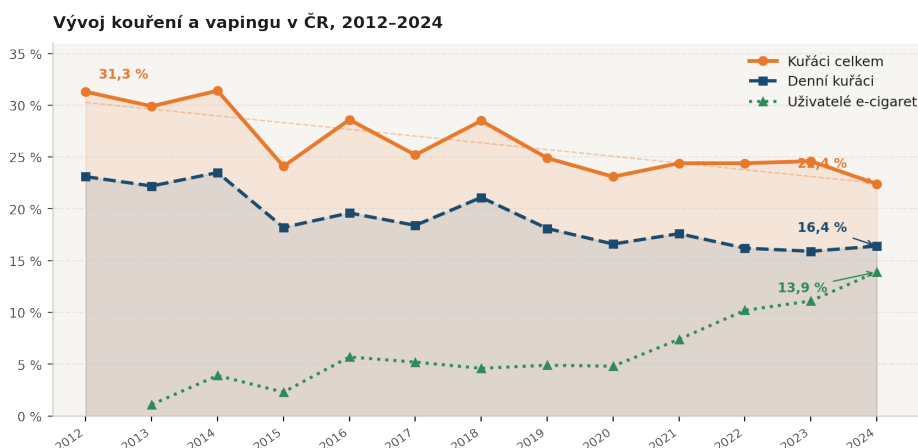
Česká republika patří v Evropě k zemím s nadprůměrnou mírou kuřáků v obyvatelstvu. Situace se ale postupně zlepšuje. Konkrétně podíl kuřáků klesl z **31,3 % v roce 2012** na **22,4 % v roce 2024**. Bohužel, tempo poklesu je pomalé. I díky tomu, že stát dosud nezpracoval principy harm reduction, které v zemích jako Švédsko, Japonsko nebo Velká Británie přinesly dramatické zlepšení počtu kuřáků a výrazně snížily výdaje na zdravotnictví.

## Stav kouření v ČR: čísla, která nepotěší

Nejnovější data pocházejí z výzkumu **NAUTA 2024** (Národní výzkum užívání tabáku a alkoholu), který Státní zdravotní ústav každoročně provádí na reprezentativním vzorku více než 1 800 respondentů ve věku od 15 let.

**22,4 % dospělých** v ČR kouří tradiční tabákové výrobky. To je o 2,2 procentního bodu méně než před rokem, tedy v roce 2023. Z toho **16,4 % jsou každodenní kuřáci** a 6,0 % příležitostní. Muži kouří výrazně víc než ženy — 25,4 % oproti 19,5 %.

Celkový trend od roku 2012 je statisticky průkazně klesající. Za 12 let se podíl kuřáků snížil o necelých 9 procentních bodů. To znamená průměrně ani ne jeden procentní bod ročně.



Graf 1: Vývoj kouření a vapingu v ČR, 2012–2024. Přerušovaná čára = lineární trend. Zdroj: NAUTA 2024, Státní zdravotní ústav

Rok	Kuřáci celkem	Každodenní kuřáci	Příl. kuřáci	E-cigarety
2012	31,3 %	23,1 %	8,2 %	—

Rok	Kuřáci celkem	Každodenní kuřáci	Příl. kuřáci	E-cigarety
2015	24,1 %	18,2 %	5,9 %	2,3 %
2018	28,5 %	21,1 %	7,4 %	4,6 %
2020	23,1 %	16,6 %	6,5 %	4,8 %
2022	24,4 %	16,2 %	8,2 %	10,2 %
2023	24,6 %	15,9 %	8,7 %	11,1 %
2024	22,4 %	16,4 %	6,0 %	13,9 %

Tabulka 1: Vývoj kouření a vapingu v ČR 2012–2024. Zdroj: NAUTA 2024, SZÚ

Co se týká věku, kdy lidé začínají kouřit: **51,3 % současných i bývalých kuřáků začalo pravidelně kouřit před dovršením 18 let.** Každý devátý (11,4 %) přitom začal ještě před patnáctými narozeninami. To znamená meziročně výrazný nárůst oproti 6,9 % v roce 2023.

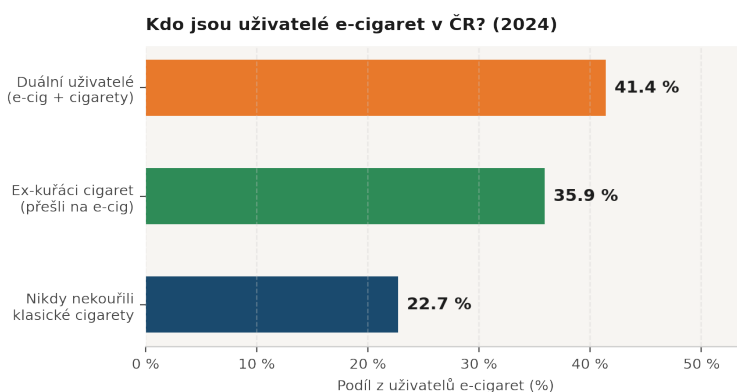
## Alternativní produkty: trh roste, politika zaostává

Zájem o alternativní nikotinové výrobky, tedy e-cigarety, zahříváný tabák a nikotinové sáčky, v posledních letech výrazně roste. Trend je nejvíc patrný u mladých lidí ve věku 15–24 let, a to i u těch, kteří klasické cigarety nikdy nekouřili.

### Elektronické cigarety

**13,9 % respondentů** v roce 2024 užívalo e-cigarety. To znamená nárůst z 11,1 % v roce 2023 a pouhých 1,1 % v roce 2013. Denně sáhne po e-cigaretě 8,9 % populace. Nejrozšířenější jsou ve věkové skupině 15–24 let (25,3 %), výrazně ale rostou i ve věkové skupině 25–44 let (19,9 %).

**35,9 % uživatelů e-cigaret jsou přitom bývalí kuřáci klasických cigaret.** To znamená, že přešli na méně škodlivou alternativu. Další 41,4 % jsou duální uživatelé kombinující e-cigarety s klasickými cigaretami a 22,7 % nikdy předtím nekouřilo.



Graf 2: Složení skupiny uživatelů e-cigaret v ČR (2024). Zdroj: NAUTA 2024, Státní zdravotní ústav

### Zahříváný tabák

**5,3 % respondentů** v roce 2024 užívalo zahříváný tabák (nárůst z 4,4 % v roce 2023). Denně po něm sáhne 3,6 % populace. Konkrétně pak 25,0 % uživatelů jsou bývalí kuřáci a 40,5 % jej kombinuje s klasickými cigaretami. Jedná se o typický mezistupeň na cestě k přechodu.

## Nikotinové sáčky

Nikotinové sáčky jsou sledovány od roku 2020 a jejich oblíbenost stoupá soustavně. A to zvláště mezi mladšími věkovými skupinami. Od roku 2023 na ně v ČR dopadá spotřební daň stejně jako na ostatní alternativní produkty.

Produkt	2023	2024	Změna
E-cigarety (celkem)	11,1 %	13,9 %	+2,8 p.b.
E-cigarety (denně)	6,1 %	8,9 %	+2,8 p.b.
Zahříváný tabák (celkem)	4,4 %	5,3 %	+0,9 p.b.
Zahříváný tabák (denně)	3,3 %	3,6 %	+0,3 p.b.

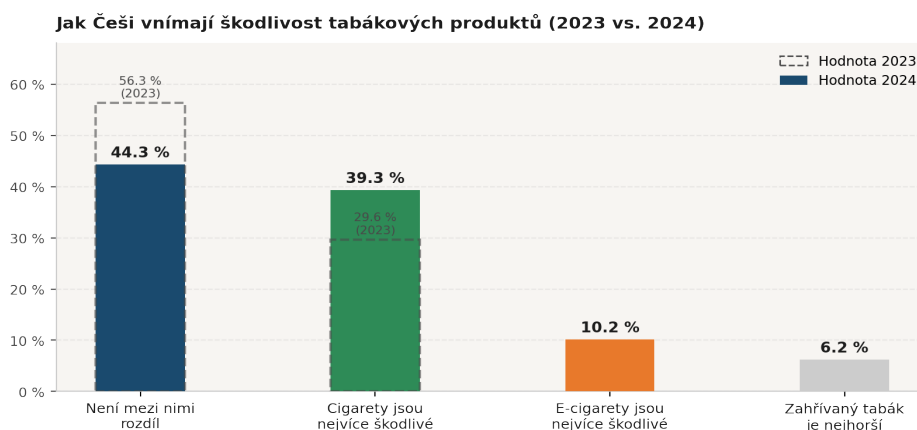
Tabulka 2: Přehled alternativních produktů v ČR. Zdroj: NAUTA 2024, SZÚ

**Klíčové zjištění:** Harm reduction se v Česku odehrává, ale spontánně, bez jakékoli státní podpory. 35,9 % uživatelů e-cigaret jsou přitom bývalí kuřáci, kteří přešli na méně škodlivý produkt zcela sami, bez toho, aby je stát vyzval nebo jim cestu usnadnil.

## Veřejnost neví, co je škodlivější

Princip harm reduction má smysl jen tehdy, když lidé vědí, že méně škodlivá alternativa vůbec existuje. Data z NAUTA 2024 ale odhalují zásadní mezeru: **44,3 % respondentů nevidí žádný rozdíl ve škodlivosti mezi klasickými cigaretami, e-cigaretami a zahříváním tabákem.**

Oproti 56,3 % v roce 2023 jde sice o zlepšení, ale informační mezera zůstává obrovská. Za nejškodlivější považuje klasické cigarety 39,3 % populace, e-cigarety 10,2 % a zahřívání tabák 6,2 %.

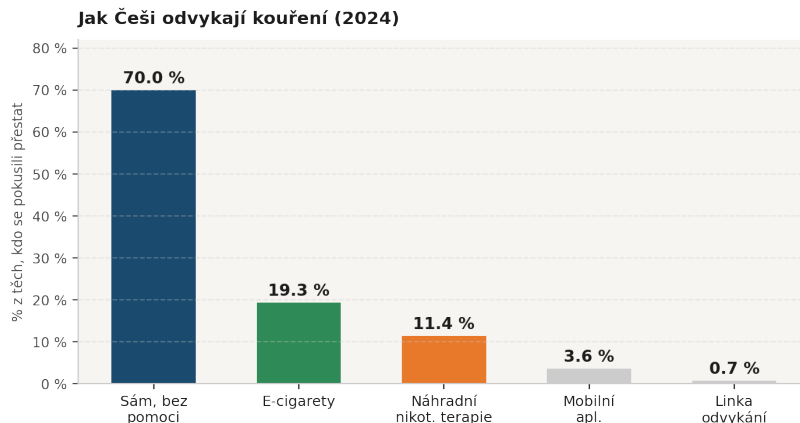


Graf 3: Vnímání škodlivosti tabákových produktů českou veřejností, 2023 vs. 2024. Přerušovaný obrys = hodnota z roku 2023. Zdroj: NAUTA 2024, SZÚ

Praktický důsledek je jednoduchý. Kuřák, který netuší, že e-cigareta nese výrazně nižší zdravotní riziko, nemá racionální důvod nic měnit. Například britská NHS to kuřákům říká bez obalu. V Česku nic srovnatelného neexistuje.

## Odvykání: vůle je, systém chybí

V roce 2024 se pokusilo přestat kouřit **34,6 % současných kuřáků**. Je to historicky nejvyšší číslo, jaké výzkum zaznamenal. V nejmladší skupině 15–24 let to bylo dokonce 50 %. Jak ale lidé odvykají, to o stavu systému vypovídá samo o sobě.



Graf 4: Způsoby odvykání kouření v ČR (2024). Zdroj: NAUTA 2024, Státní zdravotní ústav

- **70,0 %** Sám, bez jakékoli pomoci
- **19,3 %** E-cigarety jako prostředek odvykání
- **11,4 %** Náhradní nikotinová terapie (NNT)
- **3,6 %** Mobilní aplikace pro odvykání
- **0,7 %** Linka pro odvykání kouření

Sedm z deseti to zkusilo bez jakékoli pomoci. A to přitom odvykání na vlastní pěst má ze všech metod nejnižší úspěšnost. Odborného poradenství se přitom chopí méně než 2 % z těch, kdo se o pokusili přestat kouřit.

Jsou e-cigarety druhým nejrozšířenějším nástrojem odvykání? Upřímně, nepřekvapuje to. Mezinárodní data (Cochrane review, 2025) potvrzují, že jsou účinnější než nikotinové náplasti nebo žvýkačky. V Česku ale na to každý musí přijít sám.

## Co říká zákon: regulace na papíře

Česká republika zákonný rámec má — zákon č. 65/2017 Sb. (ZOZNL), v roce 2023 rozšířený o nikotinové sáčky. Tabáková politika je zakotvena v *Národní strategii prevence a snižování škod spojených se závislostním chováním 2019–2027* a Akčním plánu pro roky 2023–2025.

Zákon zakazuje prodej nezletilým, reklamu na cigarety a kouření v restauracích. To jsou rozumná opatření. Problém ale tkívá v tom, co v zákoně chybí:

- Na realizaci Akčního plánu chybějí peníze.
- Stát veřejnosti nesděljuje, které nikotinové produkty jsou méně škodlivé.
- Zdanění alternativních produktů roste rychleji než zdanění cigaret
- Systémová podpora odvykání. A to poradenství, úhrada náhradní nikotinové terapie prakticky neexistují.

## Zdanění jde špatným směrem

Od roku 2024 platí nová daňová pravidla zavedená konsolidačním balíčkem (zákon č. 349/2023 Sb.): cigarety zdražily o 10 % s dalším nárůstem 5 % ročně do 2027, zahřívavý tabák o 15 % ročně a nová daň dopadla i na nikotinové sáčky a náplně do e-cigaret.

**Problém:** I když je zdanění na jedno spotřebitelské balení u alternativ výrazně nižší než u krabičky cigaret, tento rozdíl se každý rok snižuje. Zdanění alternativ tak roste rychleji než zdanění cigaret byť z nižšího základu. Optimálním řešením by bylo navázat zdanění nových kategorií na míru zdanění cigaret a uchovat rozdíl mezi jednotlivými kategoriemi dlouhodobě

## Co za tím stojí: cena kouření v lidských životech

Za statistikami stojí konkrétní lidé a konkrétní osudy. Kouření má v ČR na svědomí přibližně **pětinu všech úmrtí**. Každý rok na nemoci způsobené kouřením zemře **16 000 až 18 000 Čechů**. Jako by každý rok z mapy zmizel celý Vsetín nebo Strakonice. Tato čísla potvrzují jak zpráva Národního monitorovacího střediska pro drogy a závislosti z roku 2024, tak mezinárodní databáze IHME.

Kouření přitom není jen otázka individuální volby. Zodpovídá za celou řadu závažných onemocnění:

- **Kardiovaskulární nemoci** — infarkty a mrtvice zabijí až 8 000 kuřáků ročně. Většina lidí by tipovala rakovinu plic, ale kardiovaskulární choroby vedou.
- **Zhoubné nádory** — zejména rakovina plic, za níž stojí z 80–90 % právě kouření a která ročně usmrtí až 5 000 lidí. Pozoruhodné: dalších 1 500 obětí rakoviny plic ročně nikdy nekouřilo. Zemřeli totiž jako pasivní kuřáci.
- **Respirační choroby** — chronická obstrukční plicní nemoc (CHOPN) trápí desítky tisíc lidí a ročně si vyžádá zhruba 2 000 životů.

Kouření ale nezabíjí jen samotné kuřáky. Pasivnímu kouři bylo v roce 2024 doma vystaveno **16,9 % respondentů** a na pracovišti 11,0 %. V domácnostech jsou tabákovému kouři nejčastěji vystaveni ti nejmladší. A to děti a dospívající do 24 let.

## A co to stojí peníze

Léčba chorob způsobených kouřením přijde zdravotní systém odhadem na **bezmála 20 miliard korun ročně**. Stát loni vybral na spotřební dani z tabáku kolem 55 miliard korun. Jenže do toho nepočítáme skryté náklady: ztrátu produktivity, invalidní důchody, pracovní neschopnost, vdovské a sirotčí důchody. Dohromady ekonomické škody kouření podle odhadu WHO přesahují 1,8 % HDP. Konkrétně v českých podmínkách přes 100 miliard korun ročně.

## Kde bychom mohli být: příklad Švédska

A tady vyvstává klíčová otázka: kde bychom dnes mohli být, kdybychom zvolili jinou cestu? Švédsko má **5,3 % kuřáku**, tedy nejnižší míru v celé Evropě a pod hranicí 5 %, která se celosvětově považuje za „smoke-free“. Čtyřikrát méně než Česká republika. Švédské rakovinné registry přitom vykazují o 41 % nižší výskyt nádorů než je evropský průměr a o 44 % nižší mortalitu spojenou s tabákem.

Prostá matematika: kdybychom v ČR dosáhli švédské úrovně kouření, „ušetřili“ bychom ročně přibližně **12 000 až 14 000 předčasných úmrtí**. Švédská cesta nebyla žádná magie. Popravdě řečeno, šlo o pragmatický přístup k harm reduction. Konkrétně dostupnost méně škodlivých alternativ, diferenciované zdanění a aktivní komunikace s veřejností.

## Co si z toho má ČR vzít

Česká republika má pomalý pokles kouření, rychle rostoucí trh alternativních produktů a kuřáky, kteří přestat opravdu chtějí. Co ale stále chybí, jsou čtyři klíčové věci:

Co chybí	Proč to záleží
Harm reduction jako filozofie politiky	Stát nerozlišuje škodlivost produktů — všechny jsou problematické.
Komunikace hierarchie rizik	44 % populace nevidí rozdíl ve škodlivosti produktů.
Financované odvykací programy	Akční plán existuje, peníze na realizaci chybí.

Tabulka 3: Klíčové mezery v české tabákové politice.

V dalších dílech série se zaměříme na země, kde to funguje. Tedy **Švédsko**, **Japonsko** a **Velkou Británii**. Na závěr pak přijdou konkrétní doporučení. A tedy fakt, co z toho si ČR může vzít do praxe.

Zdroje: Csémy L. et al.: Národní výzkum užívání tabáku a alkoholu v České republice 2024 [NAUTA], SZÚ Praha 2025.

NMS ČR: Zpráva o tabákových a nikotinových výrobcích v České republice 2024. Úřad vlády ČR, Praha 2024.

Zákon č. 65/2017 Sb. (ZOZNL) a zákon č. 349/2023 Sb. (konsolidační balíček).