

## SÉRIE: JAK SVĚT PŘESTÁVÁ KOUŘIT • DÍL 3 Z 5

# Japonsko: jak jeden produkt změnil celý tabákový trh

Bez vládní kampaně, bez dotací a bez zákazů. Za osm let se prodeje cigaret propadly na polovinu.

Generace bez kouře • Díl 3 ze 5 • 2025 • Data: JASTIS 2023, NHNS Japan, Safer Nicotine Revolution 2025



Japonsko je jedním z nejpozoruhodnějších přirozených experimentů v oblasti veřejného zdraví za poslední desetiletí. Bez jediné vládní kampaně, bez systémových dotací, bez doporučení od lékařů. Přesto prodeje cigaret za osm let klesly o 52 %. Důvod? Jeden jediný produkt – zahříváný tabák.

## Co je zahříváný tabák a proč právě Japonsko?

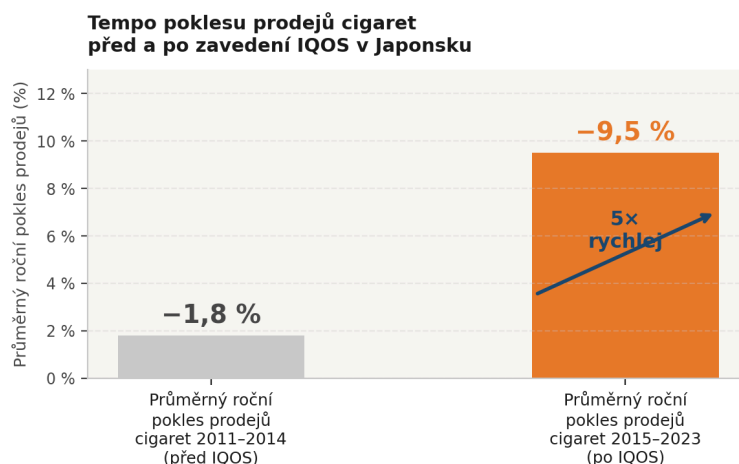
Zahříváný tabák (HTP — Heated Tobacco Products) ohřívá tabák na teplotu přibližně 250–350 °C. Nevzniká kouř z hoření, ale aerosol. Navíc je bez dehtu, bez oxidu uhelnatého a bez většiny ze stovek škodlivých látek, které obsahuje cigaretový dým. **Redukce škodlivých látek oproti cigaretám je 80–90 %.** Nikotin však kuřákům zůstává.

Japonsko se stalo prvním masovým trhem pro HTP hned z několika důvodů. Tím prvním byla velká základna kuřáků, regulační prostředí, které HTP nebránilo, a kulturní zvyklosti preferující diskrétní alternativy bez zápachu. Zároveň jsou nikotinové e-cigarety v Japonsku zakázány. Alternativa ke klasickým cigaretám se proto vyvinula výhradně v podobě HTP.

## IQOS: pilot v Nagoji, pak celá země

V roce 2014 spustila společnost Philip Morris International pilotní prodej IQOS v japonském Nagoji. O rok později, v roce 2015, přišel postupný celostátní výrazný rollout. **Efekt byl okamžitý a bezprecedentní.**

Před příchodem IQOS klesaly prodeje cigaret v Japonsku průměrně o **1,8 % ročně** (2011–2014). Po zavedení IQOS se tempo zrychlilo na **9,5 % ročně**. To je pětinasobek předchozího tempa. Jednalo se o jasný signál, že alternativy fungují.

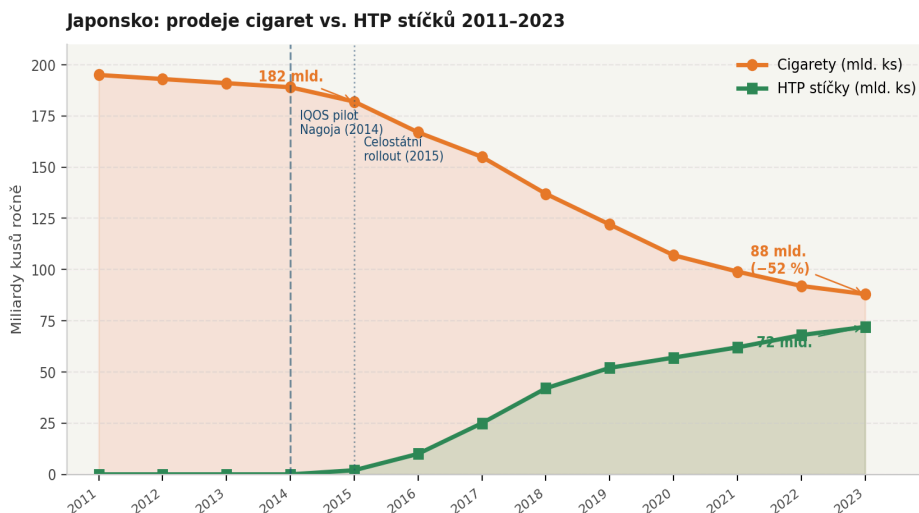


Graf 1: Tempo poklesu prodejů cigaret před a po zavedení IQOS v Japonsku. Zdroj: GSTHR, Safer Nicotine Revolution 2025

Brzy přišla konkurence. Společnost Japan Tobacco uvedla na trh zařízení jménem *Ploom* (2016), British American Tobacco *Glo* (konec 2016). Díky tomu vznikl konkurenční trh HTP, který přechod od cigaret dále urychloval.

## Data, která mluví sama za sebe

V roce 2015, kdy se IQOS začínal rozšiřovat po celé zemi, se v Japonsku prodalo **182 miliard cigaret**. V roce 2023 to bylo **88 miliard, jinými slovy, byl pokles o 52 %**, tedy o 94 miliard kusů za pouhých osm let. Ve stejném období vyrostly prodeje HTP náplní na 72 miliard kusů ročně. Celkový tabákový trh přitom klesl. To značilo, že přechod na HTP nebyl jen výměna jednoho produktu za druhý, byl to skutečný odchod od tabáku.



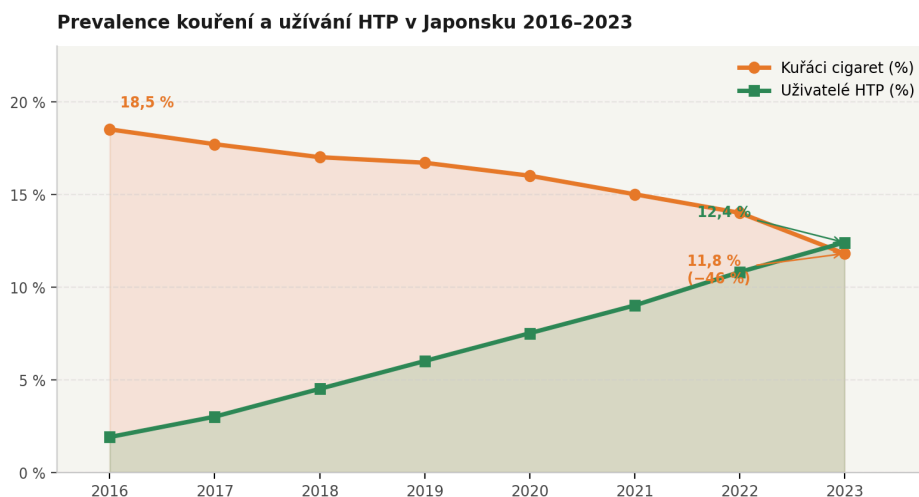
Graf 2: Prodeje cigaret vs. HTP stičků v Japonsku 2011–2023 (miliardy kusů ročně). Zdroj: GSTHR, IHME, Safer Nicotine Revolution 2025

## Prevalence kouření: potvrzeno nezávislými daty

Ale samotný pokles prodejů by nestačil. Mohlo by jít jen o změnu nákupního chování bez reálného zdravotního dopadu. Proto jsou klíčová data o prevalenci. A ta jsou jednoznačná.

Japonský národní průzkum zdraví a výživy (NHNS), který každoročně provádí ministerstvo zdravotnictví, zaznamenává soustavný pokles. Jmenovitě podíl kuřáků klesl z **18,5 % v roce 2016** na **11,8 % v roce 2023**. To značí pokles o **46 %**. Podíl uživatelů HTP přitom vzrostl z 1,9 % na 12,4 %.

Nezávislý průzkum JASTIS 2023 to potvrzuje: 12,4 % japonských dospělých dnes HTP používá. Jde o substituci, ne o adici. Jinými slovy, celkový počet uživatelů tabáku klesá.

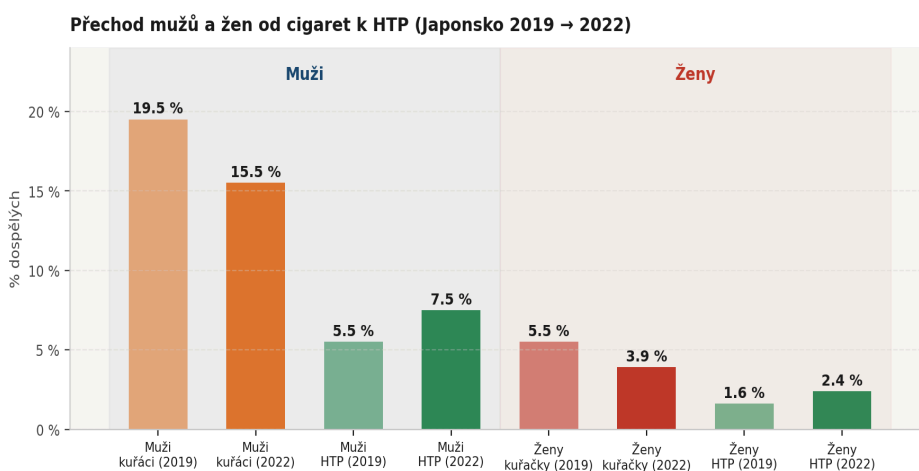


Graf 3: Prevalence kouření cigaret a užívání HTP v Japonsku 2016–2023. Zdroj: NHNS Japan, JASTIS 2023, Safer Nicotine Revolution 2025

HTP nevytváří nové uživatele tabáku. Data z roku 2023 ukazují, že **65 % uživatelů HTP nekouří zároveň cigarety**. To znamená, že přešli na HTP zcela. Výskyt HTP mezi lidmi, kteří nikdy nekouřili, zůstává minimální.

## Muži vs. ženy: přechod v datech

Trend je konzistentní u obou pohlaví, byť v různé intenzitě. Muži v Japonsku kouřili historicky výrazně více než ženy, ale pokles je dramatický i u nich.



Graf 4: Podíl kuřáků cigaret a uživatelů HTP podle pohlaví, Japonsko 2019 vs. 2022. Zdroj: NHNS Japan 2019 a 2022

Skupina	Kuřáci 2019	Kuřáci 2022	HTP 2019	HTP 2022
Muži	19,5 %	15,5 %	5,5 %	7,5 %
Ženy	5,5 %	3,9 %	1,6 %	2,4 %

Tabulka 1: Vývoj podílu kuřáků cigaret a uživatelů HTP podle pohlaví, Japonsko. Zdroj: NHNS Japan 2019 a 2022

## Proč to funguje bez vládní kampaň

Japonský případ je fascinující právě proto, že šlo víceméně o čistě tržní jev. Vláda HTP nezakazovala, ale ani aktivně nepropagovala. Přechod táhli spotřebitelé sami. A to hned z několika důvodů:

<b>Bez zápachu</b>	Japonská kultura silně klade důraz na ohleduplnost k okolí. HTP nezanechává kouřový zápach na oblečení ani ve vzduchu. V japonském kontextu je to mimořádně silný motivátor.
<b>Dostupnost</b>	HTP bylo volně k dostání v obchodech, bez receptu a bez jakékoli byrokratické bariéry.
<b>Regulační prostředí</b>	Japonsko HTP nezakazovalo ani penalizačně nezdaňovalo. Nechalo trhu prostor. A trh poptávku sám přeměroval od škodlivějšího výrobku.

Britský analytik Clive Bates, jedna z předních světových autorit na harm reduction, to okomentoval výstižně: *"Jediným tajemstvím japonského úspěchu je ‚nedělat nic a stát stranou‘. Cigaretový trh se zhroutil sám — díky volbě spotřebitelů."*

## Kontroverze: co ještě nevíme

Japonský případ má ale i svá bílá místa. Část výzkumů, zejména z let 2018–2023, ukazuje, že po počátečním boomu se tempo přechodu zpomalilo a míra duálního užívání (HTP + cigarety) je vyšší, než by bylo žádoucí. Jde tedy jen o částečnou substituci. A to kvůli tomu, že část uživatelů obě formy tabáku kombinuje dál.

Zdravotní výsledky na populační úrovni z krátkodobých dat nelze plně doložit. Například nemoci způsobené kouřením se rozvíjejí roky a efekt přechodu se projeví se zpožděním. Modelová studie z roku 2024 (Yach et al.) nicméně odhaduje, že pokud trendy vydrží, mohlo by HTP v Japonsku do roku 2060 zachránit **až 2,04 milionu životů**

Japonsko představuje „pasivní harm reduction“: stát nepřekážel a trh se otočil sám. Funguje to, ale pomaleji a s vyšším podílem duálních uživatelů, než kdyby přišlo aktivní doporučení zdravotního systému. Přesně to dělá Velká Británie s vapingem.

## Shrnutí v číslech

Ukazatel	Hodnota	Zdroj
Prodej cigaret 2015	182 mld. ks	GSTHR / PMI / JT

Ukazatel	Hodnota	Zdroj
Prodej cigaret 2023	88 mld. ks (-52 %)	GSTHR
Prevalence kouření 2016	18,5 %	NHNS Japan
Prevalence kouření 2023	11,8 % (-46 %)	NHNS Japan / JASTIS
Uzivatele HTP 2023	12,4 %	JASTIS 2023
Tempo poklesu cigaret před IQOS	-1,8 % / rok	GSTHR
Tempo poklesu cigaret po IQOS	-9,5 % / rok	GSTHR
HTP uživ., kteří nekouří cig.	65 % (2023)	PMI Adult Survey
Odhad zachráněných životů do 2060	az 2,04 milionu	Yach et al. 2024

Tabulka 2: Klíčové ukazatele japonského modelu harm reduction.

## Závěr: Jaký si z toho vzít příklad?

Japonský případ dokazuje jednu věc, nabídněte kuřákům dostupnou a méně škodlivou alternativu. Kuřáci naní pak přejdou sami. Bez vládní kampaně, bez dotací, bez moralizování. Stačí nepřekážet.

Pro Českou republiku je to důležité poučení. Obliba zahřívání tabáku u nás roste. A to z 4,4 % v roce 2023 na 5,3 % v roce 2024. Jenže stát na tento trend reaguje rychlejším růstem zdanění HTP než cigaret. Japonsko zvolilo přesně opačný přístup: alternativám nechalo prostor. A výsledek je vidět.

Mimochodem, posledním dílu naší série přijdou konkrétní doporučení. Tedy co přesně by Česká republika mohla, a měla, změnit, pokud chce dosáhnout švédských čísel za desetiletí, ne za sto let.

Zdroje: *The Safer Nicotine Revolution: Global Lessons, Healthier Futures* (smokefreesweden.org, 2025) · JASTIS: *Japan Tobacco and Alcohol Survey 2023* · NHNS Japan: *National Health and Nutrition Survey 2016, 2019, 2022* · GSTHR: *Cigarette sales halved: Heated tobacco products and the Japanese experience (2024)* · Yach et al.: *Saving 2.04 million lives in Japan, Tobacco Harm Reduction (2024)* · IHME: *Global Burden of Disease 2021*