

# Dohányzásmentes Világnap 2026

*„A vonzerő leleplezése – a nikotin- és dohányfüggőség elleni fellépés”*

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) minden év május 31-én rendezi meg a Dohányzásmentes Világnapot (World No Tobacco Day), amelynek célja a dohányzás, a nikotinfüggőség és az ezekhez kapcsolódó egészségkárosító következmények visszaszorítása, valamint a megelőzés és a lakossági tudatosság erősítése.

A 2026-os világnap központi témája: „Unmasking the appeal – countering nicotine and tobacco addiction”, amely arra hívja fel a figyelmet, hogy a dohány- és nikotinipar modern marketingeszközökkel igyekszik vonzóvá tenni termékeit, különösen a fiatal korosztály számára.

## A 2026-os kampány főbb üzenetei

- a nikotin- és dohánytermékek vonzóvá tételének leleplezése;
- a gyermekek és fiatalok fokozott védelme;
- az ízesített termékek és modern dizájn szerepének bemutatása;
- az online és közösségi médiában alkalmazott marketinggyakorlatok veszélyei;
- a nikotinfüggőség kialakulásának megelőzése.

## Miért aktuális ez a téma?

Az elmúlt években világszerte gyorsan terjedtek az új típusú nikotintartalmú termékek, így különösen az elektronikus cigaretták, a hevített dohánytermékek és a nikotintasakok. E termékek megjelenése gyakran modern, fiatalos formavilággal, élénk színekkel és különböző ízesítésekkel párosul, amelyek növelhetik a fiatalok érdeklődését.

A WHO álláspontja szerint különös figyelmet kell fordítani arra, hogy a nikotintartalmú termékek használata már fiatal életkorban függőség kialakulásához vezethet. A serdülők idegrendszere érzékenyebb a nikotin hatásaira, ezért a korai használat hosszabb távon növelheti a tartós függőség és más káros magatartásformák kialakulásának kockázatát.

## Főbb egészségi kockázatok

- nikotinfüggőség kialakulása gyermek- és serdülőkorban;
- a fejlődő idegrendszerre gyakorolt kedvezőtlen hatások (hangulatingadozás, impulzuskontroll-vesztés, szorongás);
- a koncentrációs és tanulási folyamatok kedvezőtlen befolyásolása;
- kettős használat kialakulása (hagyományos és új nikotintermékek együttes használata);
- a dohánytermékek későbbi rendszeres használatának és más függőségek kialakulásának fokozott kockázata;

- a hosszú távú egészségi következményekre vonatkozó egyre bővülő tudományos bizonyítékok (szív- és érrendszeri, idegrendszeri, immunrendszeri és anyagcsere-károsodás).

## A dohány- és nikotinipar marketingstratégiái

A WHO szerint a dohány- és nikotinipar egyre korszerűbb marketingtechnikákat alkalmaz. Ezek közé tartozik a közösségi médiában történő megjelenés, az influenszer-marketing, a fiatalos csomagolás, valamint az édességekre vagy gyümölcsökre emlékeztető ízesítések használata.

A kampány hangsúlyozza, hogy ezek az eszközök különösen alkalmasak lehetnek arra, hogy csökkentsék a termékekkel kapcsolatos kockázatérzetet és növeljék a kipróbálási hajlandóságot a fiatalok körében.

## WHO által hangsúlyozott intézkedések

- a fiatalokat célzó reklámok és promóciók szigorú korlátozása;
- az ízesített nikotintermékek szabályozása;
- az online értékesítés és internetes marketing fokozott ellenőrzése;
- a gyermek- és fiatakorúak védelmét szolgáló intézkedések erősítése;
- a lakossági tájékoztatás és egészségkommunikáció fejlesztése;
- a dohány- és nikotintermékek szabályozásának egységesítése.

## Magyarországi relevancia

Magyarországon is egyre nagyobb figyelmet kapnak az új nikotintermékekkel kapcsolatos közegészségügyi és gyermekvédelmi kérdések. A WHO 2026-os kampányának üzenete illeszkedik azokhoz a hazai szakmai és szabályozási törekvésekhez, amelyek célja a fiatalok nikotinfüggőségének megelőzése, a dohányzás visszaszorítása, valamint a lakosság hiteles tájékoztatása.

## Összegzés

A 2026-os Dohányzásmentes Világnap arra hívja fel a figyelmet, hogy a modern nikotin- és dohánytermékek marketingje jelentős hatással lehet a fiatal korosztályra. A WHO álláspontja szerint a megelőzés, a szabályozás, a gyermekvédelem és a hiteles egészségkommunikáció kulcsszerepet játszik a nikotinfüggőség visszaszorításában.

## Hivatkozások

WHO World No Tobacco Day 2026: <https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/2026>

WHO háttéranyag: <https://www.who.int/news/item/17-10-2025-world-no-tobacco-day-2026--unmasking-the-appeal---countering-nicotine-and-tobacco-addiction>

Dohányzás Fókuszpont: <https://fokuszpont.dohanyzasvisszaszoritasa.hu>