



ЈЗУ ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЈЕ НА  
РЕПУБЛИКА СЕВЕРНА МАКЕДОНИЈА

**ИСТРАЖУВАЊЕ И  
ИЗВЕШТАЈ СО РЕЗУЛТАТИ  
ОД ИСТРАЖУВАЊЕТО  
ЗА РАБОТАТА НА  
СОВЕТУВАЛИШТАТА ЗА  
ОТКАЖУВАЊЕ ОД ПУШЕЊЕ  
ВО ЦЕНТРИТЕ ЗА ЈАВНО  
ЗДРАВЈЕ (ЦЈЗ) СО ПРЕДЛОЗИ  
ЗА ПОДОБРУВАЊЕ НА  
НИВНОТО ФУНКЦИОНИРАЊЕ**

СКОПЈЕ, 2025



КУВАЊЕ  
ИЗВЕШТАЈ СО РЕЗУЛТАТИ  
ИСТРАЖУВАЊЕ  
РАБОТАТА НА  
СОВЕТУВАЛИШТАТА ЗА  
ОТКАЖУВАЊЕ ОД ПУШЕЊЕ  
ВО ЦЕНТРИТЕ ЗА ЈАВНО  
ЗДРАВЈЕ (ЦЈЗ) СО ПРЕДЛОЗИ  
ЗА ПОДОБРУВАЊЕ НА  
НИВНОТО ФУНКЦИОНИРАЊЕ





**ЈЗУ ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЈЕ НА  
РЕПУБЛИКА СЕВЕРНА МАКЕДОНИЈА**

**ИСТРАЖУВАЊЕ И ИЗВЕШТАЈ СО РЕЗУЛТАТИ ОД ИСТРАЖУВАЊЕТО ЗА  
РАБОТАТА НА СОВЕТУВАЛИШТАТА ЗА ОТКАЖУВАЊЕ ОД ПУШЕЊЕ ВО  
ЦЕНТРИТЕ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЈЕ (ЦЈЗ) СО ПРЕДЛОЗИ ЗА ПОДОБРУВАЊЕ НА  
НИВНОТО ФУНКЦИОНИРАЊЕ**

**СКОПЈЕ, 2025**



## СОДРЖИНА

<b>1. ПРЕДГОВОР</b>	<b>7</b>
<b>2. ВОВЕД</b>	<b>9</b>
2.1. Тутун и тутунски производи	9
2.2. Сродни производи	10
<b>3. СОЦИЈАЛНО МЕДИЦИНСКИ АСПЕКТИ НА УПОТРЕБАТА НА ТУТУН И ТУТУНСКИ ПРОИЗВОДИ</b>	<b>10</b>
3.1. Преваленца на употреба на тутун и тутунски производи	12
3.1.2 Употреба на тутун и тутунски производи кај деца	12
<b>4. ДОСЕГАШНИ ЗАКОНСКИ И ДРУГИ МЕРКИ ЗА ПРЕВЕНЦИЈА НА УПОТРЕБА НА ТУТУН</b>	<b>14</b>
4.1 Работа на советувалиштата за откажување од пушење	15
<b>5. ПРЕПОРАКИ ЗА ВО ИДНИНА</b>	<b>17</b>
<b>6. ЛИТЕРАТУРА</b>	<b>19</b>



## 1. ПРЕДГОВОР

Пушењето за жал сè уште претставува еден од водечките ризик фактори за хроничните незаразни болести насекаде низ светот. Покрај што е еден од главните причинители за кардиоваскуларните болести кои впрочем се и број еден причина за смрт во нашата држава, тие се ризик фактор и за други сериозни хронични заболувања како: малигните заболувања, респираторните, ендокрините, метаболните и др.

Како земја со многу висока преваленца на активни пушачи, една од главните цели на работењето на установите кои се бават со дејност на превентивна медицина е да се намали активната бројка на пушачи во државата. Според програмата за јавно здравје на Република Северна Македонија, на пушачите им се овозможува пристап до Советувалишта за откажување од пушење во рамките на Центрите за јавно здравје.

Иако овие центри се како и единствена достапна помош за откажување од пушење што ја обезбедува Фондот за здравство на Република Северна Македонија, за жал нивната работа е се со помал обем, бидејќи имаат мала посетеност, а исто така имаат многу мал буџет и имаат.

Со цел да се анализира работата на овие советувалишта, Институтот за јавно здравје на Република Северна Македонија, спроведе кратка анкета со здравствените професионалци кои работат во рамките на советувалиштата за откажувања од пушење, со цел да се увиди кои се потребните услови кои треба да се обезбедат за да се подобри работата на овие советувалишта, а со тоа и да се намали бројот на активни пушачи во државата.





## 2. ВОВЕД

### 2.1. Тутун и тутунски производи

Тутун (*Nicotiana*) е род на кратколисни растенија од фамилијата зрнци по потекло од Северна и Јужна Америка. Тутуновите листови се пушат во облик на пури, цигари (е-цигари), во луле или наргиле. Тутунот содржи никотин, силен невротоксин. Секој начин на земање на тутун резултира со апсорпција на никотин во разни количества во крвотокот на уживателот, со време доведува до развиток на толеранција и зависност.

Тутунските производи опфаќаат разновидна палета на артикли, секој со свои уникатни карактеристики и методи на консумирање. Овие производи се добиени од листовите на растението тутун и се користат со векови низ различни култури. Еве краток преглед на некои вообичаени видови тутунски производи:

#### *Цигари:*

Цигарите се можеби најпознатиот тутунски производ. Тие се состојат од ситно сечкан тутун завиткан во хартиен цилиндар. Пушењето цигари е главна причина за здравствени проблеми, вклучително и респираторни и кардиоваскуларни болести.

#### *Пури:*

Пурите се поголеми, замотани листови тутун кои можат да варираат по големина и форма. Тие често се поврзуваат со повеќе лежерен и контемплативен облик на пушење. Чадот од пура обично не се вдишува толку длабоко како чадот од цигарите.

#### *Тутун за луле:*

Тутунот за луле е дизајниран за употреба во традиционалните луле за пушење. Доаѓа во различни парчиња, како што се исечени со лента или снегулки, и може да понуди широк спектар на вкусови во зависност од мешавината. Пушењето луле често се смета за поритуалистичко и ароматично искуство.

#### *Тутун без чад:*

Тутунот без чад вклучува производи како тутун за џвакање и бурмут. Корисниците ги ставаат овие производи во устата и тие се апсорбираат преку непцата. Тутунот без чад е поврзан со зголемен ризик од рак на устата и други здравствени проблеми.

*Тутун за нарџиле или шутун за вода:*

Наргилето користи тутун со вкус, често познат како шиша или масел, кој се загрева и чаdot поминува низ водата пред да се вдише. Пушењето наргиле носи здравствени ризици поради вдишувањето на чад од тутун.

## **2.2. Сродни производи**

*Снус:*

Снус е форма на безчаден, влажен тутун со потекло од Скандинавија. За разлика од многу други производи без чад, снус се става во горната усна. Се здоби со популарност како потенцијално помалку штетна алтернатива на пушењето во Шведска.

*Електронски цигари (е-цигари или исјарување):*

Електронските цигари загреваат течност (обично која содржи никотин, ароми и други хемикалии) за да создадат аеросол, кој потоа се вдишува. Вапингот порасна во популарност, особено меѓу помладите демографски групи, со загриженост за неговите долгорочни здравствени ефекти заболувања. (1)

*Производи од шутун што не горат а се загреваат (НТТР – Heated Tobacco Products)*

Во последно време најактуелни се овие тутунски препарати кои со помош на уреди за нивна употреба тие го загреваат тутунот, а не го согоруваат и притоа испуштаат аеросол сличен како кај цигарите. Иако овие производи не содржат катран како кај класичните цигари, тие содржат бројни штетни супстанции, вклучувајќи и никотин, кои ги прават подеднакво опасни како и цигарите. Некои земји како на пр. САД одлучија овие производи да подлежат на иста законска легислатива како и класичните цигари, а во земјите на Европската Унија се почесто се воведуваат закони со кои се регулира нивното производство и употреба, со цел да се намали нивната примамливост кај младата популација.

## **3. СОЦИЈАЛНО МЕДИЦИНСКИ АСПЕКТИ НА УПОТРЕБАТА НА ТУТУН И ТУТУНСКИ ПРОИЗВОДИ**

Употребата на тутунски производи претставува повеќеслоен предизвик во областа на социјалната медицина, опфаќајќи ги и индивидуалните здравствени влијанија и пошироките општествени импликации.

Во суштина, потрошувачката на тутун е сериозно јавно здравствено прашање. Зависничките својства на никотинот го отежнуваат прекилот на болеста за многу корисници, што доведува до низа здравствени проблеми како што се рак на белите дробови, кардиоваскуларни заболувања и респираторни нарушувања. Овие здравствени влијанија не само што ги оптоваруваат поединците, туку и ги оптоваруваат системите за здравствена заштита, пренасочувајќи ги ресурсите што би можеле да се користат за други итни медицински потреби.

Надвор од индивидуалното здравје, употребата на тутун има длабоки социјални импликации. Тоа често ги влошува здравствените нееднаквости, несразмерно влијаејќи на маргинализираните заедници и популациите со ниски приходи кои можеби немаат пристап до ресурсите за прекин или се соочуваат со поголема изложеност на пасивно пушење. Овој диспаратитет го нагласува пресекот помеѓу здравствените резултати и социоекономските фактори, нагласувајќи ја потребата од насочени интервенции кои се однесуваат на основните социјални детерминанти на здравјето.

Од општествена перспектива, економските трошоци поврзани со употребата на тутун се значителни. Загубите на продуктивноста поради болест, отсуство од работа и прерана смрт влијаат на ефикасноста на работната сила и економската стабилност. Понатаму, трошоците за здравствена заштита поврзани со лекување на болести поврзани со тутунот ставаат финансиски притисок врз јавните здравствени системи, пренасочувајќи ги ресурсите кои инаку би можеле да се инвестираат во превентивна здравствена заштита или развој на инфраструктурата.

Решавањето на овие предизвици бара повеќеслоен пристап кој ги интегрира клиничките интервенции, јавните здравствени политики и социјалните реформи. Ефективните мерки за контрола на тутунот вклучуваат оданочување за да се обесхрабри потрошувачката, сеопфатни забрани за пушење на јавни места за да се намали изложеноста на пасивно пушење и едукативни кампањи за подигање на свеста за здравствените ризици од употребата на тутун. Понатаму, поддршката за програмите за откажување од пушење и пристапот до прифатлива здравствена заштита се клучни за да им се помогне на поединците кои сакаат да се откажат.

Како заклучок, аспектите на социјалната медицина за употребата на тутун ја нагласуваат сложената врска помеѓу здравјето, општеството и политиката. Со сеопфатно справување со употребата на тутун, ние не само што ја промовираме индивидуалната благосостојба, туку и поттикнуваме поздрави заедници и ги ублажуваме социо-економските оптоварувања. Преку заеднички напори низ секторите, можеме да го ублажиме влијанието на употребата на тутун врз јавното здравје и да напредуваме кон општество каде што сите поединци имаат можност да живеат подолг и поздрав живот.

## **3.1. Преваленца на употреба на тутун и тутунски производи**

### *3.1.1. Употреба на тубун и тубунски производи кај возрастното население*

Според последните истражувања спроведени од Институтот за јавно здравје на Република Северна Македонија, во соработка со Министерството за здравство и Светската здравствена организација, се добиени многу загрижувачки резултати поврзани со активната употреба на тутун во нашата земја.

Според податоците од истражувањето 45,4% од испитаниците се активни пушачи, 15,6% се лица кои биле пушачи во минатото, но повеќе не се активни пушачи, а 39% се непушачи, односно никогаш во животот не консумирале тутунски производи. Овој процент на активни пушачи е доста голем споредено со податоците од ЕУ земјите(19.7% според податоците од ЕУРОСТАТ), но споредено со земјите од Балканскиот регион, кое е подрачје со висока преваленца на пушење, ситуацијата во Република Северна Македонија е слична и како кај нашите соседи.

Во просек еден активен пушач консумира до 18 цигари дневно, додека најголемиот дел консумираат по 20-тина цигари, односно една кутија цигари дневно. Најчесто тие што консумираат повеќе цигари, според податоците од испитувањето се: од машки пол, имаат пониска перцепција за ризикот од пушењето, имаат висока желба и нагон за пушење, имаат пристап кон пушење на повеќе локации. Најчесто желбата за откажување е повисока кај оние кои консумираат помалку цигари дневно.(2)

Во однос на употребата на IQOS (уреди што го загреваат, а не го согоруваат тутунот), податоците покажуваат дека само 4.5% од учесниците во истражувањето биле активни корисници на тие уреди. Иако во моментот на спроведувањето на истражувањето тоа се релативно ниски бројки на корисници, со текот на годините се очекува оваа бројка да се зголеми.

### *3.1.2 Употреба на тубун и тубунски производи кај деца*

Институтот за јавно здравје на Република Северна Македонија е активен учесник во бројни европски истражувања за употреба на штетни супстанции кај децата. Со помош на овие истражувања и податоците добиени добиваме добар опис на состојбата со употребата на зависни супстанции кај младината.

Според ЕСПАД истражувањето од 2019 година, процентот на деца од 15 и 16 годишна возраст кои имале пробано цигари е 38%, додека помал дел, односно 21% пробале и електронски цигари.(3)

**Преваленца на употреба на цигари кај 15 и 16 годишни адолесценти (процент)**

	Во текот на животот	30-дневна употреба	Во текот на животот		30-дневна употреба	
			Машко	Женско	Машко	Женско
Македонија	38	20	40	36	23	17
Европски просек	41	20	43	40	20	20

**Преваленца на употреба на е-цигари кај 15 и 16 годишни адолесценти (процент)**

	Во текот на животот	30-дневна употреба	Во текот на животот		30-дневна употреба	
			Машко	Женско	Машко	Женско
Македонија	21	7.1	28	14	9.2	5
Европски просек	40	14	46	34	16	11

Институтот за јавно здравје исто така е активен истражувач и во Глобалното истражување за употреба на тутун кај младите (Global Youth Tobacco Survey) од 2016 година. Според податоците од ова истражување, процентот на деца на возраст од 13-15 години кои се активни пушачи изнесува 7.7%. Нешто што треба да не загрижи бидејќи од ова се забележува дека доста голем дел од младината се активни пушачи.(4)

Преваленција	2002/2003			2008			2016		
	Вкупно	Машки	Женски	Вкупно	Машки	Женски	Вкупно	Машки	Женски
Некога пушеле цигари	23,6 (18,5-29,5)	26,3 (21,2-32,1)	21,0 (15,4-28,0)	26,0 (21,6-30,8)	27,7 (23,3-32,5)	24,2 (19,2-29,9)	23,8 (20,3-27,8)	25,6 (21,6-30,1)	22,0 (18,6-25,9)
Некогашни пушачи, прв пат пушеле цигара на возраст под 10 години	19,6 (14,8-25,5)	22,3 (15,9-30,5)	16,7 (11,3-23,9)	16,3 (12,8-20,5)	19,7 (14,7-25,7)	12,6 (8,9-17,5)	18,5 (14,7-22,9)	24,8 (19,6-31,0)	10,6 (7,3-15,2)
Сегашни пушачи на цигари	7,7 (5,1-11,4)	8,5 (5,3-13,2)	6,8 (4,2-10,6)	9,8 (7,4-12,7)	9,7 (7,3-12,9)	9,8 (7,2-13,1)	7,6 (5,9-9,7)	9,0 (6,9-11,6)	6,1 (4,6-8,2)
Непушачи (подложни) кои можеби би пропуштиле во тек на следната година	16,3 (13,2-19,9)	14,4 (11,2-18,3)	17,7 (13,5-23,0)	16,7 (15,0-18,5)	15,4 (13,4-17,7)	17,9 (15,5-20,5)	14,2 (12,8-15,7)	13,0 (11,1-15,2)	15,2 (13,4-17,2)

Исто така Институтот за јавно здравје учествуваше во Меѓународна студија за однесувањето кон здравјето на деца од училишна возраст, 2018 (Health Behaviour in School- aged Children). Според податоците од ова истражување кое е спроведено на популација од деца на 11 годишна возраст и помали, може да забележиме дека 4.1% од децата на оваа возраст имаат бар еднаш пробано цигара.(5)

Вкупно	Мажи	Жени	15
4,1%	6,3%	2%	4,1%

#### **4. ДОСЕГАШНИ ЗАКОНСКИ И ДРУГИ МЕРКИ ЗА ПРЕВЕНЦИЈА НА УПОТРЕБА НА ТУТУН**

Употребата на тутун и тутунски производи во Република Северна Македонија е регулиран со неколку закони, главните се: Законот за здравствена заштита, Закон за заштита од пушење и Закон за контрола на тутун и сродни производи. Како дополнување на сите овие закони, Министерството за здравство ја има потпишано и Рамковната конвенција за контрола на тутунот (FCTC) во 2006 година.

Според истражувањата на Институтот за јавно здравје, поврзани со употреба на тутун, дојдено од следните заклучоци:

Потребно е законски измени со кои дополнително ќе се регулира употребата на тутун и тутунски производи. Промените од 2018 година во Законот за заштита од пушење дозволуваат дозволија повторно пушење на тераси и посебни места, дополнително во 2021 година се дозволи и употребата на уредите што го загреваат тутунот а него согоруваат во внатрешните делови од угостителските објекти.(6)

Исто така не се спроведува соодветно овој закон во голем дел од државата, па затоа се потребни редовни контроли.

Дополнително потребно е зајакнување на програмите кои нудат помош за откажување од пушење.

## 4.1 Работа на советувањата за откажување од пушење

Со цел прибирање на податоци за подготовка на Информацијата, Секторот за промоција, анализи и следење на незаразни болести во Институтот за јавно здравје на РМ испрати Анкетен прашалник за работата на Советувалиштата за откажување од пушење (СОП), кој што беше испратен електронски и по пошта до сите Центри за јавно здравје (ЦЈЗ). Со помош на одговорените анкетни прашалници се подготви оваа Информација за работата на СОП.

Советувалиштата за откажување од пушење при сите Центри за јавно здравје во Република Македонија започнаа да функционираат на 23 јуни 2014 година. Според Програмата за здравствените работници за откажување од пушење, Министерот за здравство на прес конференција го најави започнувањето на работата на СОП и ги информираше сите здравствени работници и граѓани низ Р.Македонија дека од 23 јуни до 20ти август, советувањата ќе бидат достапни за здравствените работници кои се пушачи, додека од 20 август Советувалиштата ќе бидат достапни и за сите заинтересирани граѓани кои ќе се обратат во Центрите за јавно здравје, а воедно ќе бидат воведени и посебни термини наменети за советување за откажување од пушење кај адолесцентите.

Цел на работата на овие советувањата во првата фаза беше здравствените работници да се обидат да се откажат од пушењето и да се обучат за да можат да им помагаат на сите нивни пациенти во иднина, во процесот на откажување од пушење. На овој начин, со континуирана едукација и укажување на исклучително штетните последици од пушењето, се придонесува кон целокупно подобрување на јавното здравје и одржување на здрави генерации во нашата земја.

Сите ЦЈЗ подготвија план за работа на Советувалиштето, кој што беше достапен на веб-страниците на Центрите. Овие едукации се одржуваат двапати неделно по два часа. На пример, во Центарот за јавно здравје во Скопје, советувањето работи во вторник и четврток од 13 до 15 часот. (7)

Пред секој Центар за јавно здравје низ Републиката се поставени информативни табли, со унифициран изглед, со цел нивно лесно препознавање.

1. Во 2023 година, вкупниот број на советувани граѓани во сите 10 ЦЈЗ изнесува 43.
2. Од 10-те СОП, во овој квартал немало ниту една групна обука.
3. Во ЦЈЗ Тетово и ЦЈЗ Охрид по 1 лице добило помош во однос на индивидуално советување, додека во ЦЈЗ Битола 10 лица биле советувани.

4. Во ЦЈЗ Велес, ЦЈЗ Кочани, ЦЈЗ Штип, ЦЈЗ Прилеп, ЦЈЗ Струмица, ЦЈЗ Куманово и ЦЈЗ Скопје немало никакви активности поврзани со Советувалиштата за откажување од пушење.
5. Стручен и обучен кадар од доктор (специјализант, магистер и/или доктор по општа медицина) и медицинска сестра одржуваат едукативни предавања во Советувалиштата, а во зависност од можностите на ЦЈЗ, овозможена е соработка и со други кадри, како што е социјален работник и слично.
6. Од добиените анкетни прашалници може да се види дека не се обезбедени посебни простории за откажување од пушење, а во ЦЈЗ, како решение се користат канцеларија, просторија во одделот за социјална медицина при Центарот за јавно здравје, просторија каде што работат статистичарите и сл.
7. Од опрема која што е на располагање на советувалиштата најчесто се користи компјутер, печатар, картотека и здравствено пропаганден материјал. Во ниту еден од ЦЈЗ нема на располагање мерач на нивото на јаглерод моноксид.
8. Од медицинска документација и евиденција која се води во советувалиштата во ЦЈЗ во Прилеп имаат формулари за тестови како што се: Фагерстромов тест за проценка на степен на тутунска зависност, ROSS-тест за испитување на причините за пушење, Proshaska J.O, Di Clemente C.C test за проценка на подготвеност за откажување и книга за закажување и се води картон за пушач и книга за откажување и евиденција за лицата кои присуствуваат на групна и индивидуална едукација за откажување од пушење. ЦЈЗ во Струмица, имаат презентација за обуките.

Со анкетниот прашалник кој беше доставен до сите ЦЈЗ, оваа година исто така се утврдени и потребните промени кои треба да настанат во рамките на советувалиштата за откажување од пушење, со цел да се подобри нивната работа. Сите советувалишта се соочуваат со недостаток на кадар. Потребата од проширување на обучен кадар кој работи во рамките на советувалиштата е потребен за да може подобро да функционираат. Исто така обезбедување на фармаколошка терапија за пациентите е потребна, бидејќи моментално таа не е достапна во советувалиштата. Дополнително тие сметаат, дека треба интензивно да се водат здравствени кампањи со кои ќе се промовира дејноста на овие советувалишта со цел да се привлече поголем број на луѓе кои сакаат да се откажат од пушење.



## 5. ПРЕПОРАКИ ЗА ВО ИДНИНА

Според добиените резултати од краткиот анкетен прашалник кој им беше испратен на ЦЈЗ, во врска со нивните потреби за подобро функционирање на Советувалиштата за откажување од пушење се донесени следниве заклучоци:

- Советувалиштата имаат недостаток од кадар, потребно е формирање на соодветни тимови од експерти кои ќе работат во рамките на советувалиштата со цел да се овозможи оптимален третман на пациентите кои сакаат да се откажат од пушење.
- Некои советувалишта немаат соодветни простории за водење на овие активности, па покрај кадар потребна е и соодветна инфраструктура за да се овозможи успешна работа
- Обезбедување на бесплатна фармаколошка терапија во советувалиштата, бидејќи голем дел од луѓето кои се јавиле во советувалиштата очекувале дека ќе добијат некаква фармакотерапија за да им помогне со откажувањето
- Обезбедување доволно финансии за работа на советувалиштата
- Засилени кампањи и промотивни активности со кои ќе се промовира дејноста на советувалиштата, со цел да се зголеми посетеноста на истите

Исто така на 25 и 26 јуни во Скопје, се одржа работилница организирана од Светската Здравствена Организација, со цел да се презентираат идеи како може да се подобри севкупно борбата против пушењето во Република Северна Македонија. Од таа работилница се изнесоа неколку клучни препораки и тоа:

1. Да се обезбеди усогласување со најновите информации на СЗО, преквалификацијата на персоналот и воспоставувањето редовен систем кој обезбедува квалитет на работата што се врши во советувалиштата за откажување од пушење
2. Инвестиции во обука на целиот здравствен персонал на национално ниво, за да има кратки совети за разговори за време на сите здравствени посети, за да се охрабрат повеќе пациенти да размислат дали откажувањето од пушење може да биде во нивен најдобар интерес.
3. Инвестирањето во quitline(телефонски линии за откажување од пушење) или друга дигитална услуга за прекин (како mCessation) е. Како што дознавме на конференцијата, од суштинско значење е да се воспостават овие услуги и да се инвестира во нивно промовирање преку масовните медиуми (ако се достапни ресурсите) или социјалните медиуми, што е прифатлива опција. Меѓународните невладини организации може да бидат заинтересирани да ги поддржат овие напори со средства.

4. Воведувањето на никотинска заменска терапија во Северна Македонија и нивното ставање на располагање со покривање на средствата од Националниот Фонд за здравствено осигурување би било значајна пресвртница. За да се овозможи ова ќе биде потребна соработка помеѓу јавно-здравствените службеници, креаторите на политиките и фармацевтските компании. Би можело да биде корисно да се разговара и со претставници од други земји кои го постигнале ова за тоа како тие го направиле тоа и да ги соберат најдобрите практики.
5. Зголемување на свеста и застапувањето кај младите, адолесцентите и родителите, за да се промени културниот наратив за пушењето и да се направи тоа помалку општествено прифатливо отколку што е денес.

## 6. ЛИТЕРАТУРА

1. Институт за јавно здравје на Република Северна Македонија. извештај - резултати од бихејвиорални студии за употреба на тутун, тутунски и сродни производи во Република Северна Македонија. Институт за јавно здравје на РСМ, Скопје, 2023.
2. Using the COM-B Model to examine the barriers and enablers to smoking cessation among adults in North Macedonia. WHO Regional Office for Europe, Ministry of Health of the Republic of North Macedonia, Institute of Public Health of the Republic of North Macedonia, Skopje, 2023
3. EMCDDA. ESPAD Report 2019 Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2020.
4. Институт за јавно здравје на РСМ. Глобално истражување за употребата на тутун кај млади, 2002 - 2016
5. Currie C et al., eds. Social determinants and well-being among young people. Health Behaviour in School- aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey, 2013/2014, 2018
6. Закон за заштита од пушењето. Редакциски пречистен текст. Службен весник на Република Северна Македонија, кој ги опфаќа сите изменувања и дополнувања заклучно со Законот за изменување и дополнување на Законот за заштита од пушењето објавен во "Службен весник на РМ" бр.157/13
7. Институт за јавно здравје на Република Северна Македонија. Извештај за здравје на населението во РСМ во 2022. Институт за јавно здравје на РСМ, Скопје, 2023.

