TISKOVÁ ZPRÁVA

Vapo a energeťáky se zabydlují v životním stylu školáků

(Praha, 18. listopadu 2026) – **Pravidelné vapování se mezi českými školáky za poslední čtyři roky více než zdvojnásobilo. Bezmála dvakrát větší je také podíl dětí, které každý den pijí energetické nápoje. Často přitom jde o stejné děti, u nichž se objevuje i kouření klasických cigaret nebo zkušenosti s alkoholem. Nová data studie HBSC ukazují také souvislosti s kratším spánkem a psychickými obtížemi.**

Pravidelně, na týdenní bázi, vapuje 10,3 % školáků, v roce 2022 to bylo 4,9 %. S věkem vapování výrazně přibývá: mezi patnáctiletými už jde téměř o každého pátého (19,9 %). Nezůstává přitom jen u příležitostného užívání: v tomto věku už elektronické cigarety předstihují ty klasické i jako každodenní návyk. Denně vapuje 12,8 % patnáctiletých, klasickou cigaretu si každý den zapálí 3,6 % patnáctiletých.

Dívky se v pití energeťáků přiblížily chlapcům

Každý den pije energetické nápoje 8 % školáků, před čtyřmi lety to bylo 4,4 %. Alespoň dvakrát týdně po nich sahá každý pátý. S věkem se přitom stávají běžnější součástí týdne – mezi patnáctiletými je pije alespoň dvakrát týdně už téměř třetina. Zatímco dříve pili energeťáky častěji chlapci, dnes už je rozdíl mezi nimi a dívkami malý.

Energetickými nápoji přitom zkušenosti části školáků nekončí. Mezi dětmi, které je pijí denně, vapovalo během posledního měsíce přibližně 58 %. Mezi ostatními to bylo přitom pouze 13 %. Častěji se u denních konzumentů objevuje také kouření klasických cigaret nebo zkušenost s opakovanou opilostí.

„Každý den se pohybujeme v prostředí, ve kterém jsou energetické nápoje snadno dostupné a intenzivně propagované. Právě proti této všudypřítomnosti je třeba rodičům i dětem pomoci. Proto prosazujeme omezení jejich prodeje dětem mladším 16 let, důslednou kontrolu věku a regulaci marketingu, který na ně cílí. Stejně důležité je zpřísnit pravidla reklamy na alkohol, která dnes děti dostatečně nechrání. Prevence ve školách je totiž důležitá, ale bez změny prostředí, v němž se děti rozhodují, její možnosti zůstávají omezené," říká Martina Bulánková, ředitelka think tanku Ministr zdraví.

Opakované opilosti mezi patnáctiletými přibylo

Za poslední dvě desetiletí výrazně ubylo školáků, kteří kouří klasické cigarety, pijí alkohol nebo užívají marihuanu. Dlouhodobé zlepšení ale neznamená, že všechny sledované zkušenosti dál ustupují. Mezi patnáctiletými se alespoň dvakrát za život opila čtvrtina (25,0 %). Oproti začátku tisíciletí je to stále výrazně méně, ale více než v roce 2022 (22,7 %). Mírně častější je také opakovaná zkušenost s marihuanou. Alespoň třikrát za život ji vyzkoušelo 10,1 % patnáctiletých oproti 8,6 % v roce 2022. Nárůst je patrný především u chlapců.

„Znepokojivý není pouze samotný nárůst vapování mezi dětmi, ale také skutečnost, že se jednotlivé formy rizikového chování často kombinují. Obdobné trendy pozorujeme i ve studiích mezi šestnáctiletými dospívajícími, a to včetně rizikových forem pití alkoholu a užívání psychoaktivních léků mimo rámec léčby. Časná zkušenost s návykovými látkami přitom zvyšuje riziko jejich pravidelného užívání v dospělosti. Tato zjištění potvrzují potřebu komplexní prevence a důslednější ochrany dětí před návykovými látkami,“ upozorňuje Pavla Chomynová z Národního monitorovacího střediska pro závislosti, které dlouhodobě sleduje vývoj užívání návykových látek v české populaci.

Ochrana zdraví dětí a dospívajících patří mezi priority Ministerstva zdravotnictví, které se vedle systematické prevence rizikového chování zaměřuje také na regulaci dostupnosti návykových látek a důslednou kontrolu dodržování pravidel jejich prodeje.

Kamarádi, rodina a krátké noci

Většina kamarádů kouří či vapuje. Pro 63 % pravidelně vapujících školáků je to popis jejich blízkého okolí. Mezi těmi, kteří nevapují nebo vapují méně často, takovou partu uvádí 9,1 %. Děti tak mohou vyrůstat s velmi odlišnou představou o tom, co je mezi jejich vrstevníky běžné. Rozdíly souvisejí také s ekonomickým zázemím rodiny: děti z chudších poměrů častěji kouří klasické cigarety, vapují a denně pijí energetické nápoje.

Když se ráno vstává do školy, doporučenou dobu spí jen zhruba každé čtvrté dítě, které denně pije energetické nápoje (26,1 %). Mezi těmi, které je pijí méně často, se dostatečně dlouho vyspí více než polovina (56,0 %).

„Když zjistíme, že dítě vapuje nebo denně pije energetické nápoje, neměli bychom rozhovor ukončit u samotného produktu. Potřebujeme se ptát také na to, jak se cítí, co prožívá a na koho se může obrátit,“ říká Michal Kalman, hlavní řešitel studie HBSC v ČR z Univerzity Palackého v Olomouci.

Ochrana zdraví dětí se podle Zsófie Pusztai, vedoucí kanceláře WHO v České republice, nemůže opírat jen o podporu doma a ve škole. Důležité je také prostředí, ve kterém děti vyrůstají.

„Když jsou nezdravé výrobky, jako je alkohol, tabák, nikotinové výrobky a energetické nápoje, široce dostupné a aktivně propagované, ovlivňuje to rozhodování dětí dávno předtím, než se začnou samy rozhodovat. Vytvářet pro děti zdravější prostředí je proto odpovědností celé společnosti,“ říká Pusztai.

Výsledky vycházejí z české části mezinárodní studie HBSC z roku 2026, do níž se zapojilo 9 670 žáků ze 186 základních škol a víceletých gymnázií. Analýzy se zaměřily na jedenáctileté, třináctileté a patnáctileté školáky. Tiskovou zprávu připravil tým Zdravé generace / studie HBSC z Univerzity Palackého v Olomouci ve spolupráci s Ministerstvem zdravotnictví, českou kanceláří WHO a think tankem Ministr zdraví.

Kontakt pro média

Mgr. Michal Kalman, Ph.D.
hlavní řešitel studie HBSC v ČR | Univerzita Palackého v Olomouci
M: +420 777 752 822 | E: michal.kalman@upol.cz

Mgr. Petr Baďura, Ph.D.
datový analytik české části studie HBSC | Univerzita Palackého v Olomouci
M: +420 777 703 154 | E: petr.badura@upol.cz