

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

[zapisz się](#)

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Podstawy naukowe dla zakazu palenia

"Celem naszych badań było określenie wpływu zakazu palenia w restauracjach, klubach czy barach na zmniejszenie zanieczyszczenia powietrza w tych miejscach, oraz zbadanie zmiany stanu zdrowia pracowników po rozpoczęciu egzekwowania zakazu" - tłumaczy profesor Paal Molander z norweskiego National Institute of Occupational Health.

"Przebywanie w pomieszczeniach takich jak sale restauracyjne o złej wentylacji, w których stężenie nikotyny w powietrzu często przekracza 100 miligramów na metr sześcienny, jest szczególnie niezdrowe i prowadzić może do powstania szeregu chorób układu krążenia i oddechowego" - dodaje prof. Molander.

Dodatkowym czynnikiem wpływającym na niezdrowe warunki pracy w pomieszczeniach, w których wiele osób pali tytoń, jest obecność w powietrzu dużej ilości (zmierzono nawet 350 mikrogramów w metrze sześciennym) drobnego pyłu - wypalonego popiołu tytoniowego - informuje "Journal of Environmental Monitoring". .

Pył ten jest tak drobny, że może przedostawać się do płuc.

Po wprowadzeniu zakazu palenia w barach naukowcy zaobserwowali spadek zarówno stężenia nikotyny, jak i szkodliwego popiołu w powietrzu. Ilość nikotyny w powietrzu zmniejszyła się prawie 60- krotnie, a zawartość pyłu spadła niemal czterokrotnie.

Naukowcy odkryli również, że brak palaczy w salach barowych czy restauracyjnych spowodował również obniżenie się stężenia kotyniny (metabolitu nikotyny) w moczu badanych pracowników.

Zmiany te widoczne były zarówno u osób niepalących, jak i u palaczy!

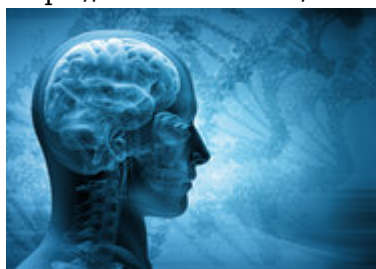
"Nasze badania wskazują, iż stężenie kotyniny w moczu spadło w większym stopniu u palących pracowników restauracji i barów, niż u niepalących" - zauważa prof. Molander.

"Choć wyniki naszych obserwacji sprawiają wrażenie oczywistych, jednakże dają podstawę naukową dla ustawodawców chcących wprowadzić zakaz palenia w miejscach użyteczności publicznej" - konkluduje profesor Paal Molander.

[PAP](#)

**Skomentuj na forum**

<https://laboratoria.net/aktualnosci/3758.html>



13-04-2026

## **Mity na temat epilepsji**

Atak epilepsji nie zawsze przebiega tak samo.



13-04-2026

## **Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie**

Wynika z danych naukowców unijnego programu obserwacji Ziemi Copernicus.



13-04-2026

## **Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu**

Może trzykrotnie zwiększać ryzyko uszkodzenia wątroby.



13-04-2026

## **W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja**

Zamiast zalecać szukanie pomocy.



13-04-2026

## **Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u...**

Sugerują badania opublikowane przez pismo „Neurology”.



13-04-2026

## **Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne**

Naukowiec przewiduje, czy w przyszłości uda się utrudnić kradzieże.



13-04-2026

## **Ruszyła Akademia Energii Jądrowej**

Pilotażowy program edukacyjny Polskich Elektrowni Jądrowych.



13-04-2026

## Neurolog w Światowym Dniu Choroby Parkinsona

Chorych będzie coraz więcej

**Informacje dnia:** [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#) [Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#)

**Partnerzy**