

Antall dagligrøykere går sakte ned – mens snusbruk øker.

Legers engasjement er viktig for å motivere mennesker til å slutte å bruke tobakk

Verdens røykfrie dag

31. mai markerer Norge verdens røykfrie dag for tjuende år på rad. Forebyggende innsats har gitt resultater. Antall dagligrøykere i Norge utgjør nå ca. 24 % av befolkningen. 100 år etter at den første sigarettmaskinen kom til Kristiania og gjorde røyking utbredt blant folk, antyder forskere innen feltet at røyking kanskje er i en historisk utløpsfase. Fra et helseperspektiv er dette svært gledelig. Få områder innen medisinsk forskning er så veldokumentert som skadevirkninger av tobakksbruk. Det er viktig å opprettholde innsatsen for å motvirke rekruttering blant unge, og bremse fremveksten av alle tobakksvarer.

Legeforeningen har i flere år argumentert for at tobakksvarer må få en mindre synlig plassering i utsalgsstedene og ønsker all tobakk plassert under disk. Redusert tilgjengelighet vil redusere salget. Legeforeningen er fornøyd med at *Strategiplanen for det tobakksforebyggende arbeidet 2006–2010* tar til orde for å utrede forbud mot synlig plassering og avbildning av tobakksvarer i utsalgssteder. En opinionsundersøkelse som koalisjonen Tobakksfritt gjennomførte for ca. ett år siden, tyder på at tiden er moden for å gjennomføre et slikt tiltak. 51 % av den voksne delen av befolkningen stiller seg positive til at butikker og kiosker oppbevarer tobakksvarer under disk. Kun 16 % er negative. Det er i tillegg et paradoks at Norge, som har vært et foregangsland i tobakksforebyggende innsats, er blant de land i Vest-Europa som har flest utsalgssteder for tobakk.

Arenaer der barn og unge ferdes må være røykfrie. Kartlegginger viser at det er færre elever som røyker ved videregående skoler som har røykfrie skolegårder, enn ved skoler som tillater røyking i skoletiden. Norske skoler må bli røykfrie og forbudet må også gjelde ansatte på skolene. Lærere er viktige rollemodeller. Legeforeningen støtter helsemyndighetenes forebyggingsstrategi om at røykfrie videregående skoler skal være et mål mot 2010. Det er viktig at det legges press og tempo på dette arbeidet.

Samtidig som antall dagligrøykere går ned, øker antall mennesker som snuser. Ca 20 % av norske menn mellom 16–44 år bruker snus daglig eller av og til, og vi ser en økende bruk blant ungdom. Tobakksindustrien synes å benytte muligheten for et nytt marked og bruker virkemidler som f.eks. feminin emballasje for å rekruttere kvinnelige brukere. Helseskader ved snusbruk er mindre enn ved røyking, men ny kunnskap gir grunn til økt årvåkenhet. Ny kunnskap førte blant annet til at Verdens helseorganisasjons kreftforskningsinstitutt IARC i 2004 revurderte kreftfaren ved snusbruk. IARC konkluderte med at snus både kan gi kreft i munnhulen og at de kreftfremkallende stoffene i snus kan tas opp i blodet og gi kreft i bukspyttkjertelen. Funnene ble bekreftet i en svensk undersøkelse i 2005.

For at helseopplysninger skal være troverdige, må de baseres på god vitenskapelig dokumentasjon. Vi kjenner ikke omfanget av helseskader knyttet til snusbruk godt nok, blant annet vet vi ikke nok om langtidseffekter. I påvente av mer kunnskap om sammenhengen mellom snus og helseskade, er det grunn til å være føre-var. Legeforeningen advarer derfor mot bruk av snus. De samme virkemidlene som har vist seg å ha god effekt i røykeforebygging, må benyttes i forebygging av snusbruk. En av de mest effektive tiltakene for å redusere røyking, særlig blant unge, har vært høye avgifter. I dag er avgiftene på snus langt lavere enn for sigaretter. Legeforeningen mener det er rimelig å øke prisen på snus slik at den blir tilnærmet den samme som for sigaretter.

Utviklingen i antall røykere er ikke like positiv i alle land. Markedsføring trappes opp i land hvor dette fortsatt er lovlig og der befolkningen ikke er like godt informerte om helseskadelige effekter som i Norge. Vår deltakelse i internasjonalt forebyggende helsearbeid må også omfatte arbeid for å redusere forbruk av tobakk. Legeforeningen er medlem av den europeiske legeforeningen CPME og World Medical Association (WMA) som begge har policynotater om tobakk. Disse inneholder bl.a. konkrete oppfordringer til medlemslandene om tiltak mot bruk av tobakk. WMA påpeker særlig utfordringene i forhold til industriens økte oppmerksomhet mot utviklingsland.

Advarsler mot bruk av tobakk handler ikke om å innskrenke den enkeltes handlefrihet. Det handler om helseopplysning og god forebygging. Det er særlig viktig at ungdom både blir godt informert og opplever at samfunnet tar sitt ansvar alvorlig mht. tilgjengelighet og salg.

Legeforeningen vil fortsette sitt engasjement mot tobakk. Som leger har vi også en god mulighet til å hjelpe folk med å slutte. Det er vel kjent at korte motiverende samtaler med legen faktisk får flere til å slutte. Teknikken kalles minimal intervensjon. Et enkelt og godt tiltak som kan gi bedre helse både for den enkelte og omgivelsene. Ha en fin røykfri dag!



Torunn Janbu

Torunn Janbu
torunn.janbu@legeforeningen.no
president