

Nyhetsbrev från Yrkesföreningar mot Tobak

Många av oss har år efter år i föreläsning efter föreläsning rabblat allt elände som tobaksbruk och speciellt cigarettrökning ställer till med. Minst sextusen svenskar dör i förtid i någon av de 35-tal sjukdomar som rökningen orsakar, några av dem genom andras rökning. Vi har med varierande framgång försökt att få företrädare i hälso- och sjukvården att bidra i det tobaksförebyggande arbetet, i eget intresse. Att minska antalet förebyggbara sjukdomsfall borde innebära mer resurser till den som drabbas av icke förebyggbar sjukdom. Etc etc, ni har hört det förut.

VI HAR NU ett gyllene tillfälle att ta ett steg framåt i tobaksförebyggandet.

FNs generalförsamling konstaterar att utvecklingen av de största sk icke-smittsamma sjukdomarna (Noncommunicable diseases, NCDs) utgör ett växande hot. Inte minst i utvecklingsländer – som också har sin börda av smittsamma sjukdomar – är situationen alltmer ohållbar. Ökande sjuklighet, sjukvårdskostnader, produktivitsbortfall och fattigdom.

DE FYRA STORA sjukdomsgrupperna cancer, hjärt-kärlsjukdom, diabetes och kronisk lungsjukdom beräknas orsaka två av tre dödsfall varje år. Bland kända riskfaktorer för dessa sjukdomar utpekas tobaksbruk som den enda gemensamma, orsakande var sjätte dödsfall.

I flera förberedande möten senaste året inför ett FN-toppmöte i New York i september har – i konsekvensens namn –



FN-chefen Ban Ki-moon räcker fram en hjälpande hand till Fredrik Reinfeldt. FN ger nu Tobakskonventionen draghjälp. Och Sverige behöver få upp farten i arbetet med implementationen.

En draghjälp vi inte får missa...

förande av de breda åtgärder som konventionen anvisar. Vi bör uppmuntra alla som på olika sätt verkar i och kring de nämnda sjukdomsgrupperna att delta i denna opinionsbildning.

TOBAKSBRUKET MEDVERKAR till en ohållbar utveckling. I världen, i Sverige.

Göran Boëthius
Ordförande i Tankesmedjan Tobaksfakta
Styrelseledamot i Läkare mot Tobak

Tobaksfakta

- Varje år dör 5,4 miljoner människor i världen av tobaksorsakade sjukdomar.
- Men det finns hopp; 172 länder, representerande 87 % av världens befolkning har ratificerat den internationella Tobakskonventionen.

Källa: WHO

Tobaksfakta

- Över 40 länder har infört varningsbilder på tobaksförpackningar. De största har Uruguay där bildvarningen täcker 80 % av förpackningsytan.
- Över 60 länder har infört omfattande lagstiftning om rökfria miljöer.

Källa: WHO



Regeringen har lagt fram ett åtgärdsprogram för 2011, kopplat till den av riksdagen beslutade samlade ANDT-strategin. De tobaksanknutna åtgärder som finns med i programmet för 2011 är främst skatthöjningarna på tobak, förstärkt tillsyn av åldersgränsen (provköp som tillsynsметод ska utredas), utredning av om fler offentliga miljöer kan göras rökfria samt utredning av hur rökförbudet på skolgårdarna bättre ska kunna efterlevas.

Mot slutet av 2011 kommer krav på att alla cigaretter som säljs ska vara självslocknande att införas, enligt ett tidigare beslut av EU-kommissionen. Myndigheten för samhällsskydd och beredskap, MSB, räknar med att detta kommer att rädda ett tiotal liv om året. Men dödsbränder kommer fortfarande att orsakas av cigaretter eftersom de kan hinna antända något innan de slocknar.

Nu har 146 av Sveriges 290 kommuner rökfria arbetstid. Ett dussin av de 146 har tobaksfri arbetstid, som betyder att det också ska vara snusfritt. Rökfri arbetstid innebär att den tid man arbetar eller har paus ska vara rökfri. Lunchen räknas inte in i arbetstiden och är därmed undantagen.

Skatten på snus kommer att höjas med cirka 13 procent från den 1 januari 2012. Regeringen räknar med att förslaget medför att priset på en 45-grams snusdosa, som i dag kostar 47 kronor, ökar till omkring 49 kronor, inklusive mervärdesskatt.

Kritisk skuggrapport

Tankesmedjan Tobaksfakta kommenterar i en ny skuggrapport regeringens senaste avrapportering till det internationella sekretariatet för Tobakskonventionen.

Sverige ratificerade konventionen 2005 och lämnar likt övriga över 170 ratificerande länder återkommande rapporter om hur det går med genomförandet av dess artiklar. Tobaksfakta är betydligt mindre nöjd än reger-

ingen med detta genomförande och skriver bland annat "Tobaksfakta konstaterar att det i Sverige inte har hänt så mycket sedan ratificeringen 2005. Få initiativ har tagits, förutom några skatthöjningar (artikel 6), en skärpning av åldersgränsen för inköp (artikel 16) och utökad tobaksavvänjning (artikel 14). Inga som helst initiativ har tagits vad gäller tobaksindustrins inflytande på tobakspolitiken (artikel

5.3), riktlinjer om varningsbilder (artikel 11), riktlinjer om kontinuerliga och långsiktiga handlingsprogram för utbildning, information och opinionsbildning (artikel 12) eller riktlinjer om totalt förbud för tobaksreklam och sponsring (artikel 13)."

Skuggrapporten finns att läsa och ladda ned som pdf på www.tobaksfakta.se

PmT har tagit över sluta-informationen på webben

Psykologer mot Tobak har tagit över ansvaret för den webbaserade information om tobaksavvänjning som tidigare fanns på Tobaksfakta. Det angelägna arbetet med att på webben erbjuda praktiskt stöd för tobaksavvänjning sköts numer av PmT med webbsidan www.psykologermot-tobak.org

- Det känns väldigt positivt att vi fått ta över eftersom tobaksavvänjning är ett av våra expertområden, säger Barbro Holm Ivarsson, ordförande i Psykologer mot Tobak.

På PmTs webbsida finns två avdelningar om tobaksavvänjning. Den ena vänder sig till den som vill sluta röka eller snusa och innehåller kunskap och hjälp på olika nivåer. För en del passar det bäst att sluta på egen hand och de får tips som de har nytta av då.

BLAND ANNAT FINNS en självinstruerande sluta-röka-skola och en sluta-snusa-skola. Andra behöver mer stöd och vägarna till hjälpen kan man också hitta här. Det finns kontaktuppgifter till tobaksavvänjare i olika län och ansvaret för uppdatering av de

uppgifterna ligger hos samordnarna för tobaksfrågor i landsstingen.

Den andra avdelningen innehåller kunskap och material som kan användas av professionella som arbetar med att stödja människor som vill sluta med tobak. Metoddelen har utvidgats och kompletterats med mer material om bland annat tobaksavvänjning inom psykiatrin.

PmT publicerar även nyheter med anknytning till tobaksavvänjning.

Historiskt FN-möte i höst

► **DEN 19-20 SEPTEMBER** i år kommer Förenta Nationerna att samla världens ledare till ett historiskt möte där den globala tobaksepidemin står i fokus i ett nytt perspektiv. FNs generalförsamling har kallat till en "summit" om de icke smittsamma sjukdomarna (Non-Communicable Diseases, NCDs) cancer, hjärtkärlsjukdom, kroniska luftvägs-sjukdomar och diabetes. Syftet är att uppmärksamma den växande sjukligheten och dödligheten i dessa sjukdomar och att skapa en global handlingsplan mot dem.

Under diskussionerna inför mötet har tobaksfrågan hamnat i centrum. Närmare hundra av världens

ledande experter på icke smittsamma sjukdomar uttalade tillsammans med fyra stora ideella organisationer nyligen att minskad tobaksanvändning är det mål som måste ges högsta prioritet. År 2040 kan vi ha ett jordklot där mindre än fem procent av befolkningen använder tobak, anser de. Detta genom att skynda på arbetet med att genomföra åtgärderna i den internationella Tobakskonventionen.

Att arbeta för en i princip tobaksfri värld år 2040 kan, enligt experterna, förhindra minst 5,5 miljoner förtida dödsfall under en tioårsperiod.

Läs mer på www.ncdalliance.org

Materialtips från Folkhälsoinstitutet

Några aktuella och intressanta material från Statens folkhälsoinstitut, www.fhi.se:

► **"Vattenpipa – rök utan risk? Hälsoeffekter, vanor, attityder och tillsyn"**. För att begränsa bruket av vattenpipa och tillgången till vattenpipstobak behövs ett brett tobakspreventivt program.

Denna rapport ger kunskap om hälsoeffekter och attityder bland ungdomar samt om vilka regler som gäller enligt tobakslagen.

► **"En tobaksfri förskola - varför och hur?"**. En broschyr riktad till personal och föräldrar, med syftet att öka medvetenheten, väcka tankar och starta diskussioner om förskolans viktiga roll i det

tobaks-förebyggande arbetet. En mer utförlig rapport om detta ämne publiceras även inom kort.

► **"Nationell strategi för rökfria skolgårdar"**. Denna folder ska vara ett stöd för kommunledningar och skolledningar och är tänkt som ett redskap för att öka efterlevnaden av tobakslagens bestämmelser om en rökfri skolgård. Ett kompletterande fördjupande material som tillhör den



Hallå
där,
Per
Haglind

...samordnare av förberedelserna för LUFT-konferensen i Visby den 15-16 september, hur går det?

– Jo tack, vi har redan (23 maj) fått 155 anmälningar och närmar oss målet som är 200 besökare (vi har plats för fler också). Programmet som finns på www.luftkonferens.nu börjar också bli allt mer detaljerat. Det är varierat och bjuder på både små och stora frågor. Bland annat kommer nästan alla de projekt som genomfördes inom Tobaksuppdraget vid Statens folkhälsoinstitut att presenteras på något sätt.

Ni har kopplat varje programpunkt till en artikel i Tobakskonventionen – varför?

– Det är ett sätt för oss att lyfta upp Tobakskonventionen som vi tycker är alldeles för lite känd och utnyttjad. Där finns ju faktiskt alla råd och metoder vi behöver i det förebyggande arbetet. Och Sverige har ratificerat den.

Blir det några nyheter jämfört med tidigare LUFT-konferenser?

– Vi arbetar aktivt med att vidga målgruppen och hoppas bland annat kunna locka många av de nyblivna tobakssamordnare vid länsstyrelserna som tidigare arbetat mest med alkoholfrågor.

– Vi vill också introducera en öppnare samtalsform, lunchsamtal som leds av utvalda samtalsledare där man kan delta utan förhandsanmälan.

Ny bok om sluta-hjälp för utsatta grupper

”Rådgivning och tobaksavvänjning i psykiatri, beroendevård och socialtjänst” heter en ny idéskrift som tagits fram av **Psykologer mot Tobak i samarbete med Läkare, Sjuksköterskor och Tandvård mot Tobak**.

Bland personer med psykisk sjukdom, alkohol- eller drogberoende och bland socialt utsatta är det fortfarande mycket vanligt att röka och/eller snusa. Rökningens effekter på hälsa och privatekonomi är förödande och drabbar dessa grupper särskilt hårt på grund av att deras tobakskonsumtion ofta är hög. De kan också ha en nedsatt förmåga att hantera de hälsomässiga och ekonomiska problem som tobaksbruket för med sig.

– Personer i dessa grupper har goda utsikter att lyckas sluta röka om de får ett bra stöd. Samtidigt är bedömningen att patienter med psykisk sjukdom är de som idag har minst tillgång till stöd och behandling. Det är en grundläggande rättvisefråga att alla får rådgivning och tobaksavvänjning anpassad till sina speciella behov, säger Barbro Holm Ivarsson, ordförande i Psykologer mot Tobak och bokens författare.

HON FRAMHÅLLER att alla har rätt att lita på att de erbjuds den bästa tillgängliga behandlingen och får information om faktorer som är viktiga för deras hälsa.

– Psykiatriska kliniker och behandlingshem bör integrera rådgivning om tobak i rutinverksamheten och utveckla en strategi för hur det tobakspreventiva arbetet ska utvecklas i övrigt. Personalen bör få grundläggande kunskaper om tobaksbruk och dess konsekvenser och om hur de i det löpande arbetet kan stödja patienter/klienter att sluta med tobak, samt vart de kan hänvisa för tobaksavvänjning om de inte själva kan hjälpa till.

Hon anser också att varje enhet bör utse en person som är ansvarig för policyfrågor, information, rådgivning och tobaksavvänjning.

Tanken är att idéskriften ska sätta fart på landstingens och kommunernas arbete med att utveckla arbetet med tobaksfrågor inom psykiatri och beroendevården respektive socialtjänsten.

Cirka 3 500 kostnadsfria exemplar av skriften har distribuerats ut till de olika arenorna via de tobakssamordnare i länsstyrelser och landsting som visat intresse för det.



nationella strategin finns i rapporten Rökfria skolgårdar och en tobaks-fri skoltid – en kunskaps-sammanställning som kommer under våren 2011. Därutöver finns en broschyr i två versioner, en riktad till skolans personal och en riktad till föräldrar.

► **”Berusning på schemat? Stöd och inspiration för undervisningen om alkohol, narkotika, dopning och tobak”**. Boken,

som är skriven av en lärare och folkhälsovetare, finns i två versioner, en för undervisningen i åk 7-9 och en för gymnasiet. Boken vänder sig till pedagoger och annan skolpersonal och är tänkt som en praktisk uppslagsbok.

► **”Tonåringar om tobak. Vanor, kunskaper och attityder”**. Denna rapport bygger på en kartläggning bland ungdomar i åldrarna 13, 15 och 17 år som genom-

fördes 2009.

Kartläggningen redovisar även skillnader mot tidigare kartläggningar från åren 1987, 1994 och 2003.

► **”Att sälja tobak – en snabbguide”**. En folder med all information om vilka regler som gäller och vad man bör tänka på när man säljer tobak. Även översatt till engelska och ett flertal andra språk.



Bortslängda cigarettfimpar som hamnar i våra vattendrag är skadliga för både söt- och saltvattenfiskar. Det visar forskning som publiceras i en bilaga till tidskriften Tobacco Control. Cigarettfimpar är det vanligaste skräpet i vår miljö. En mängd kemikalier används vid tobaksodling och cigaretttillverkning och rester av dessa finns ofta kvar i fimparna. Även icke rökta filter var skadliga för fiskarna, vilket forskarna tror beror på de kemikalier som används vid filtertillverkningen.

► Källa: www.tobaksfakta.se

Resultaten från en ny brittisk studie visar att neutrala cigarettpaket där den enda illustrationen är en varningsbild kan förebygga rökdebuter bland icke rökare. Det har ett forskarlag från brittiska Centrum för tobaksstudier vid universiteten i Bath och Bristol kommit fram till genom att med avancerad teknik studera ögonrörelserna hos försökspersoner som tittar på cigarettpaket. ► Källa: Addiction

Nu får även EUs ledare en rökfri arbetsmiljö. Europeiska rådets ordförande Herman van Rompuy har tydligt sagt ifrån att de EU-ledare som vill röka under EU-toppmötenas middagar bör lämna matsalen först. Vid ett möte om ekonomiska planer deklarerade ordförande van Rompuy att middagarna ska vara rökfria och att det är bättre att de som vill går ut och tar en rökpaus. ► Källa: euobserver.com

På gång i Almedalen

Årets Almedalsvecka den 3-10 juli verkar dra fler opinionsbildare, kunskapspridare och debattörer än någonsin, enligt arrangörerna. Som tidigare kommer en rad tobakspreventiva organisationer att medverka på olika sätt. Tisdagen den 5 juli blir det heldag med tobaksförebyggande seminarier på Strand Hotel i Visby.

▶ KI 08-9.45 håller Lärare mot Tobak frukostseminariet "Lärares och skolledares tobaksvanor och attityder till tobak". En enkätundersökning om lärares och skolledares rökning, snusande och inställning till tobaksfrågor kommer att presenteras och diskuteras.

Företrädare för Lärarnas riksförbund, Lärarförbundet, Skolledarförbundet och Skolverket medverkar.

▶ KI 10-11.30 inbjuder Tankesmedjan Tobaksfakta till seminariet "Internationella konventioner – vem bryr sig i Sverige?". WHO:s Tobakskonvention ratificerades 2005 av Sverige och hittills av 172 länder. Dock är det få beslutsfattare eller andra i vårt land som känner till den. Representanter för Kvinno-, Barn- och andra konventioner delger här sina erfarenheter om vad som varit framgångsrikt i deras arbete. Riksdagspolitiker deltar.

▶ KI 13-14.30 är det seminarium om dold försäljning av tobak. Representanter från Norge samt svenska politiker och företrädare för handelsorganisationer deltar. Moderator: Ingrid Talu.

▶ KI 14.45-15.45 håller Sjuksköterskor mot Tobak ett seminarium om hur man kan integrera en nationell tobaksförebyggande strategi i den kliniska vardagen i hälso- och sjukvården. Exempel ges från England och New Zealand. Talare är Jennifer Percival, Royal College of Nursing, England.

▶ KI 16-17.30 har Tandvård mot Tobak ett seminarium om tandvården som arena för tobakspreventivt arbete. Medverkande: Birgitta Enmark, leg tandhygienist, Tandvård mot Tobak, Inger Kindblad, leg tandhygienist, Tandvård mot Tobak, Ywonne Wiklund, länsansvarig tobak/Tobaksfri Duo, Västerbottens läns landsting.

Rapport från Sverigemötet

▶ **YRKESFÖRENINGAR MOT TOBAK** har under flera år medverkat med information och opinionsbildning vid de politiska partiernas årliga nationella möten för landstings- och kommunpolitiker, ofta kallade landstings- och kommun dagar. I år avslutades vårens turné på partimötena med medverkan vid Sverigemötet som Moderaterna höll i Karlstad den 6-7 maj. De som deltog från det tobaksförebyggande nätverket var Ingrid Talu och Anna-Carin Sakari, Lärare mot Tobak, Göran Bëthius, Läkare mot Tobak, Annelie Johansson, Psykologer mot Tobak, och Ewy Thörnqvist, Tankesmedjan Tobaks-fakta. Sådär berättar Ingrid Talu, som deltagit under många år i dessa aktiviteter:

Vår viktigaste uppgift under dagarna i Karlstad var att öka kunskapen om Tobakskonventionen. Under Moderaternas landstings- och kommun dagar för två år sedan gjorde vi en snabbenkät bland politikerna och frågade om de kände till konventionen. De som svarade ja kunde räknas

på ena handens fingrar. I dagsläget är det fler som känner till den, men alltså inte för få.

VI HADE ÄVEN en roll-upp som visade hur dold försäljning ser ut på Island där det har varit infört i tio år. Förvånande är den stora skillnaden i attityd till dold försäljning om man jämför kommunpolitiker och landstingspolitiker med riksdagspolitiker. Vi har vid ett par tidigare tillfällen haft med oss ett uppdrag om dold försäljning som kommun- och landstingspolitikerna gärna undertecknat och det har bara varit ett fåtal som inte gett stöd.

FÖR OSS SOM varit med på de politiska partiernas landstings- och kommun dagar vid ett flertal tillfällen är det mycket glädjande att moderaterna liksom företrädare för de övriga partierna har blivit allt positivare till rökfri arbetstid. Det börjar bli självklart för allt fler att arbetsplatsen skall vara rökfri/tobaksfri för att vara en stödjande miljö.

Uppsnappat på ECTOH i Amsterdam

▶ Valfärdsstaten skyddar inte mot välfärdsjukdomar och har inte kunnat avskaffa den sociala ojämlikhet som gör att dessa sjukdomar drabbar vissa grupper

mer. Högutbildade har lättare att uppfatta hälsobudskap och omsätta dem i praktiken i sitt eget liv. De socioekonomiskt svagare har vi svårare att nå med hälsobudskap. (Amanda Amos, Edinburgh)

▶ Användning av nikotinläkemedel för rökreduktion i kliniska studier tycks öka chansen att man slutar röka senare men vi ska vara medvetna om att vi inte vet om detta också gäller människor i det vanliga livet. (Robert West, England)

▶ De flesta länder har en pragmatisk inställning till e-cigarett. De är ej reglerade och ej förbjudna men rekom-

menderas inte av experter. De tycks huvudsakligen användas som ett sätt att sluta röka men vi vet inget om hur effektivt detta är. De ger nästa lika mycket nikotin som cigaretter och dubbelt så mycket som nikotinläkemedel. Det betyder att de nivåer av nikotin man inhaled är giftiga. (JFE Etter, Schweiz).

▶ Från och med 2011 betraktas nikotinberoende som en sjukdom i hälso- och sjukvården i Nederländerna och om man går i behandling får man läkemedlen genom förmånssystemen. (Lies van Gennip, Nederländerna)

Barbro Holm Ivarsson,
PmT

Tobak eller Hälsa

ges ut av paraplyorganisationen **Yrkesföreningar mot Tobak** (▶ www.tobaccoorhealthsweden.org) där sex föreningar samarbetar för en tobaksfri framtid.

Årsprenumerering: 50 kr.
Rabatt vid gruppnumeration.

Marianne Roos och **Sara Sanchez** på kansliet
Tel: 08-669 81 58, **fax:** 08-669 81 65,
E-post: professionals@globalink.org
Besöksadress: Västgötagatan 2, plan 3
Postadress: Box 4180, 102 64 Stockholm

Ansvarig utgivare: Lena Sjöberg,
tel 070-663 68 34 e-post: lena.sjoberg@lio.se
Redaktör: Helene Wallskär, tel 08-645 18 34 e-post: wallskar@globalink.org
Dahlstedt & Wallskär mediaproduktion AB,
Selmedalsringen 22, 129 36 Hägersten.

Kontakt med Yrkesföreningarna

LÄKARE mot TOBAK
▶ www.doctorsagainsttobacco.org

TANDVÅRD mot TOBAK
▶ www.dentistryagainsttobacco.org

SJUKSKÖTERS KOR mot TOBAK
▶ www.nursesagainsttobacco.org

LÄRARE mot TOBAK
▶ www.teachersagainsttobacco.org

PSYKOLOGER mot TOBAK
▶ www.psychologistsagainsttobacco.org

Tryck: Pressgrannar AB,
Norrköping, ISSN: 1104-5639