



UMEÅ UNIVERSITY

VÄLKOMMEN TILL KUNSKAPSVECKAN

WELCOME



UMEÅ UNIVERSITY

Tobaks- och nikotinprodukters förföriska utveckling

Nikotinbruket ökar bland ungdomar - hur tacklar vi det tillsammans?

Tobaksföretagen har hittat nya vinnande sätt att marknadsföra nikotin till ungdomar. Nikotin är en starkt beroendeframkallande drog som har en negativ påverkan på hälsan. Nikotin kan också vara inkörsport till alkohol och andra droger.

Hur kan vi sikta mot att skapa en nikotinfri skoltid för våra elever?

TOBACCO RÖKFRITT ENDGAME SVERIGE 2025

Vi är ett av de bästa länderna i världen på att inte RÖKA men vi använder mycket nikotin

Statistik SCB

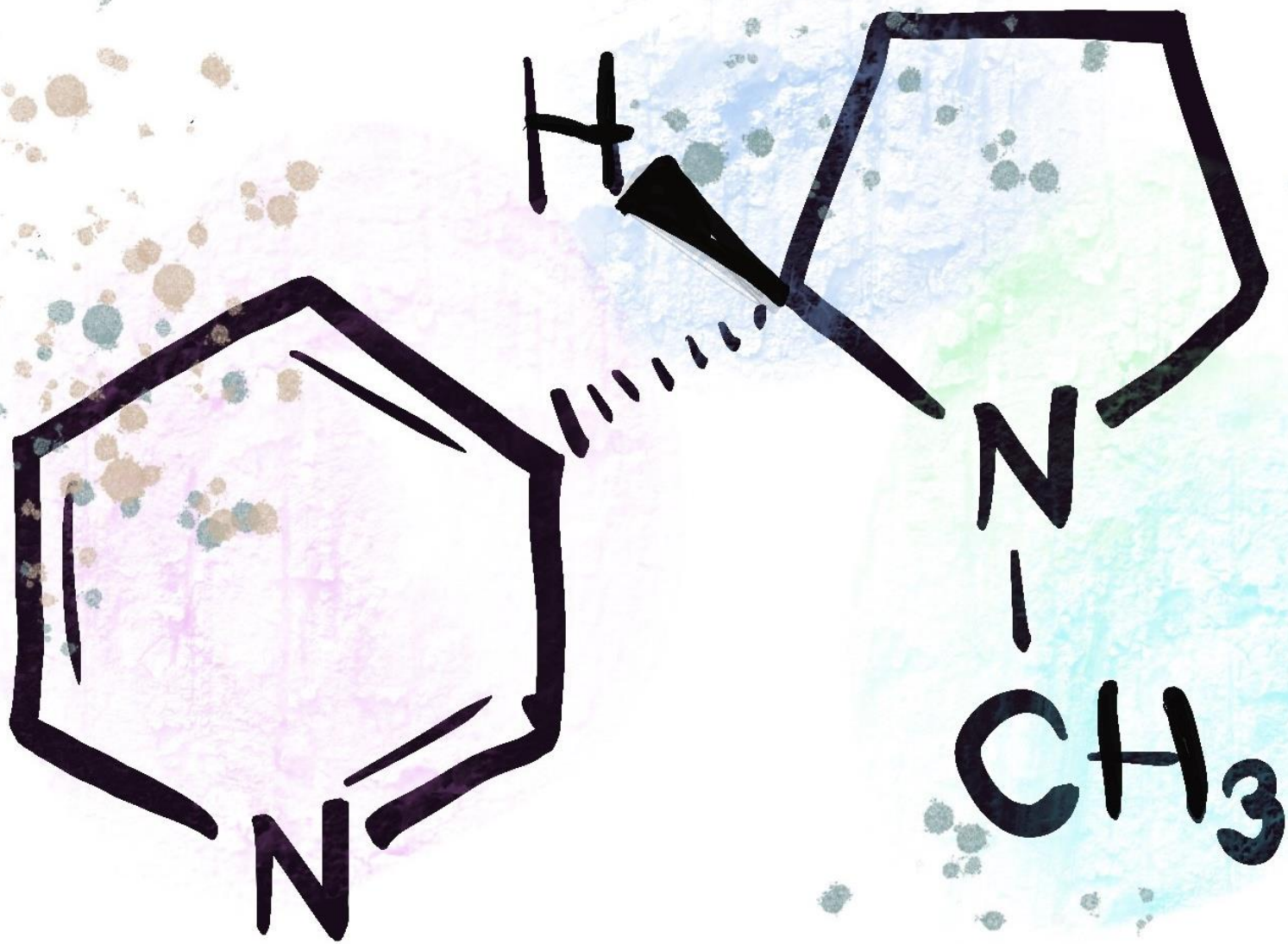
Hur många dör
av rökning
varje år

Tobakens historia

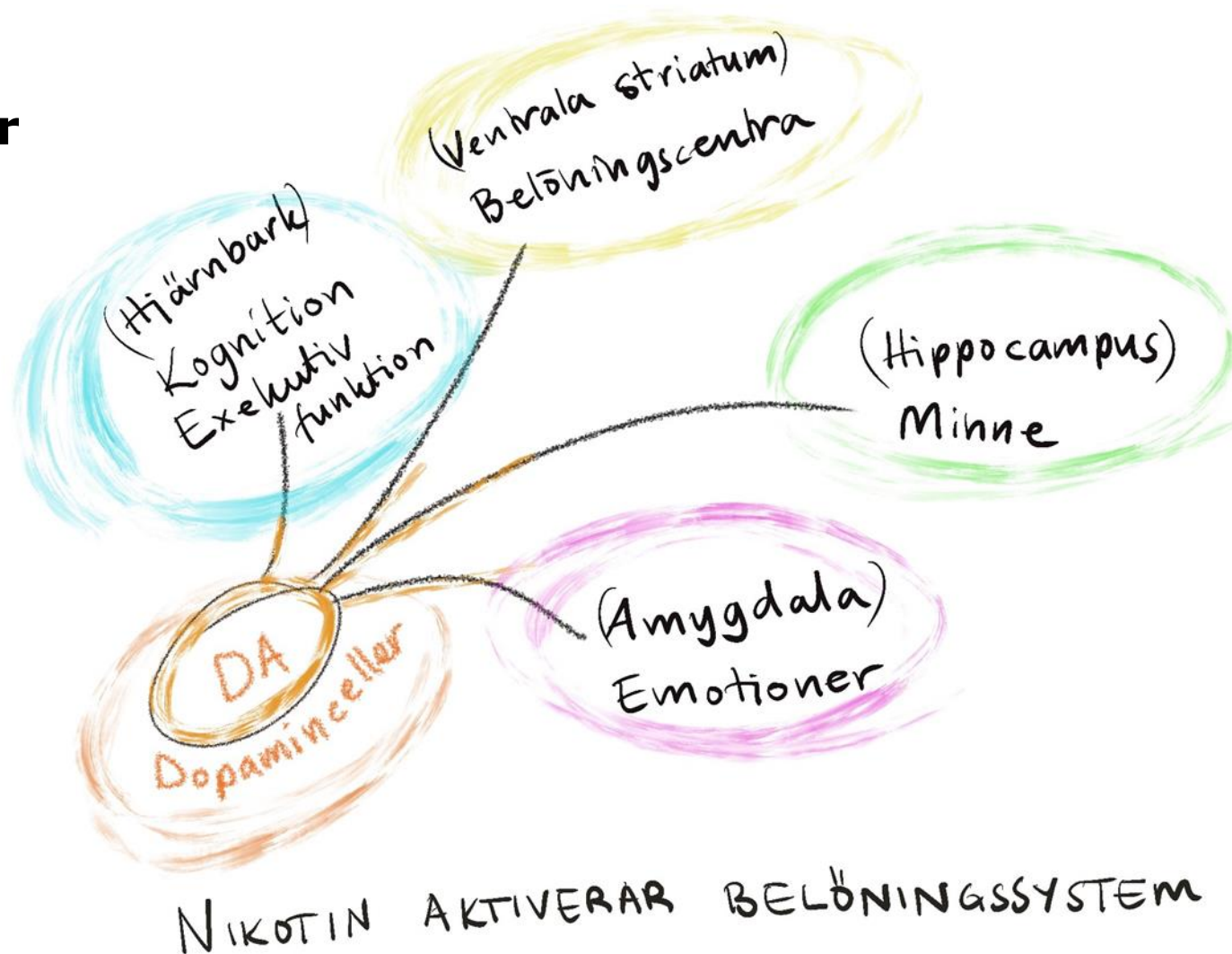
Vi visste inte bättre då

Vi vet mycket mer nu





Nikotin påverkar hjärnan



Risker med nikotin

Så här långt vet vi att nikotin

Kan öka risk för psykisk ohälsa och inlärningssvårigheter

Kan öka risk för ökat alkoholintag

Kan öka risk för hjärt-kärlsjukdom

Kan öka risk för lungsjukdom

*Nikotin är ett nervgift och ska
inom industri och mänsklig hantering
att hanteras med skyddsutrustning .*

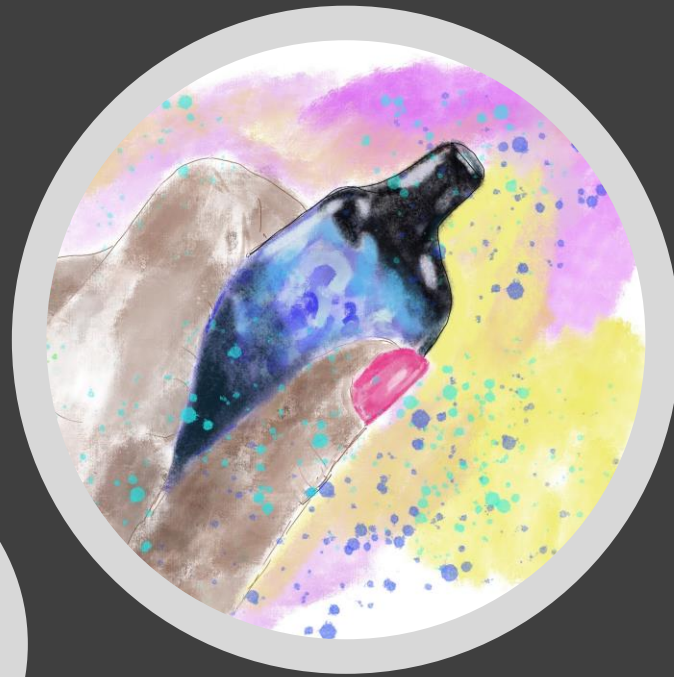
Är vi beredda att chansa på att de resultat vi har av forskning på området har fel?

Att göra något farligt..

- 25 personer dör i cykelskador, 230 allvarligt skadade och 2000 skadade
- Två av tre allvarliga huvudskador kan undvikas om cyklisten använder hjälm. Om alla använde cykelhjälm skulle antalet omkomna kunna minska med 25 procent.
- Omkring 40 % av cyklister använder hjälm

-Om jag vet att jag inte kommer att cykla omkull eller bli påkörd så behöver jag inte använda hjälm...





Det kommer hela tiden nya produkter



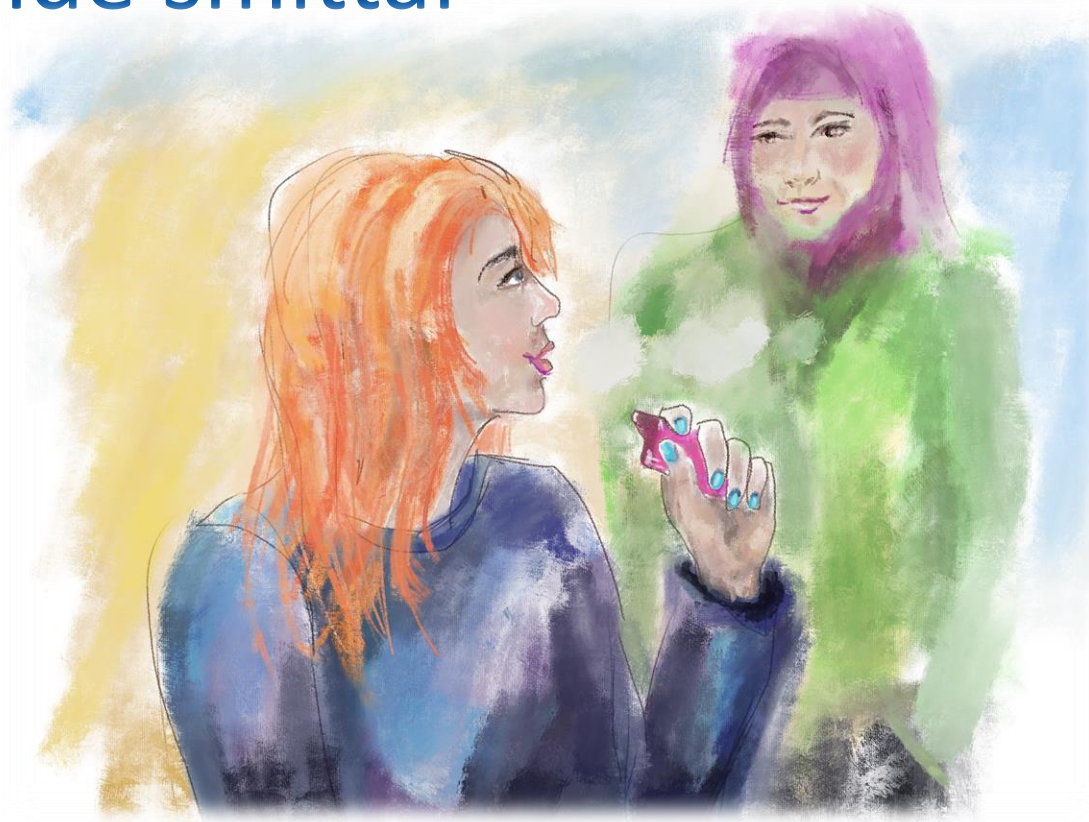
E-cigarettor, vejps, vapes, puffbars

Innehåller:

- **Nikotin** T.ex en puffbar (engångs-vape) = ca 3 paket vanliga cigarettor.
- Även vejps utan nikotin har visat sig innehålla nikotin.
- **30-tal andra ämnen** som: acetaldehyd, acrolein, formaldehyd, nickel, aluminium, krom... tungmetaller – vissa är cancerframkallande
- **Rökbildande ämnen** - Propylenglykol och/eller glycerol – irriterar luftvägarna
- **Finns tusentals varianter på smaker** – smakämnen som kan skada lungorna

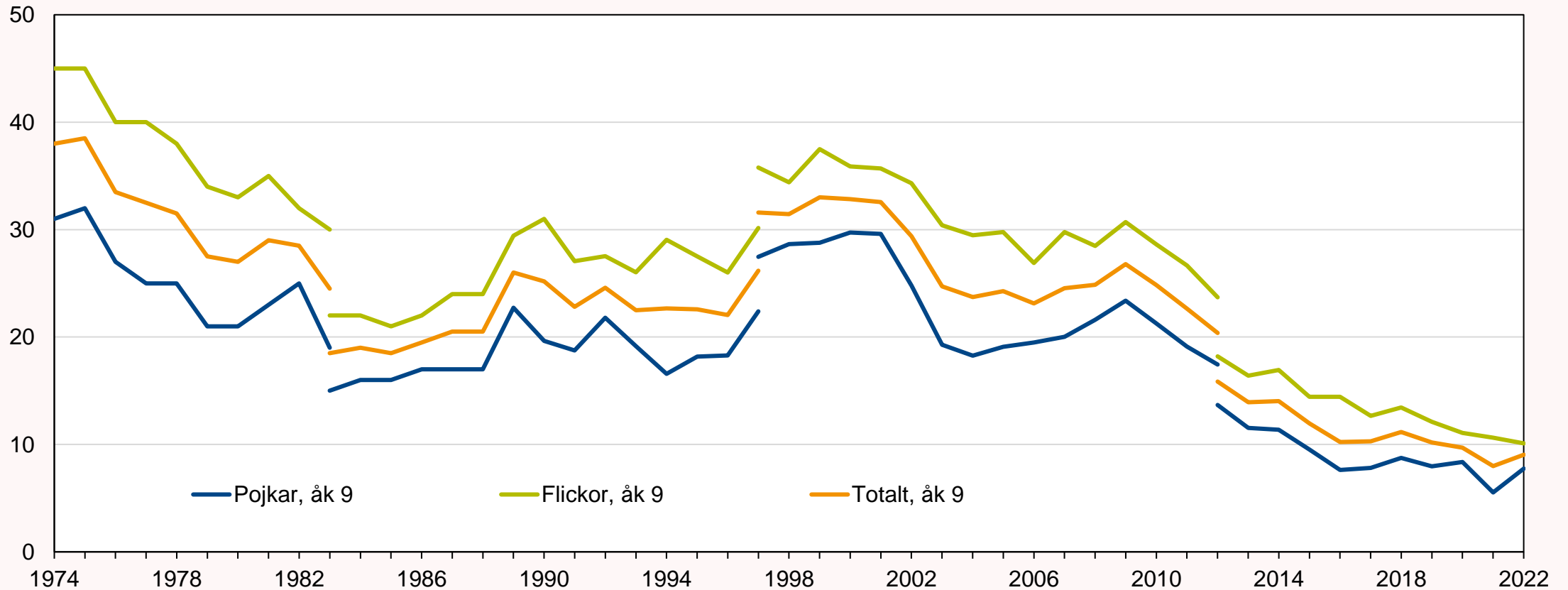


Beteende smittar



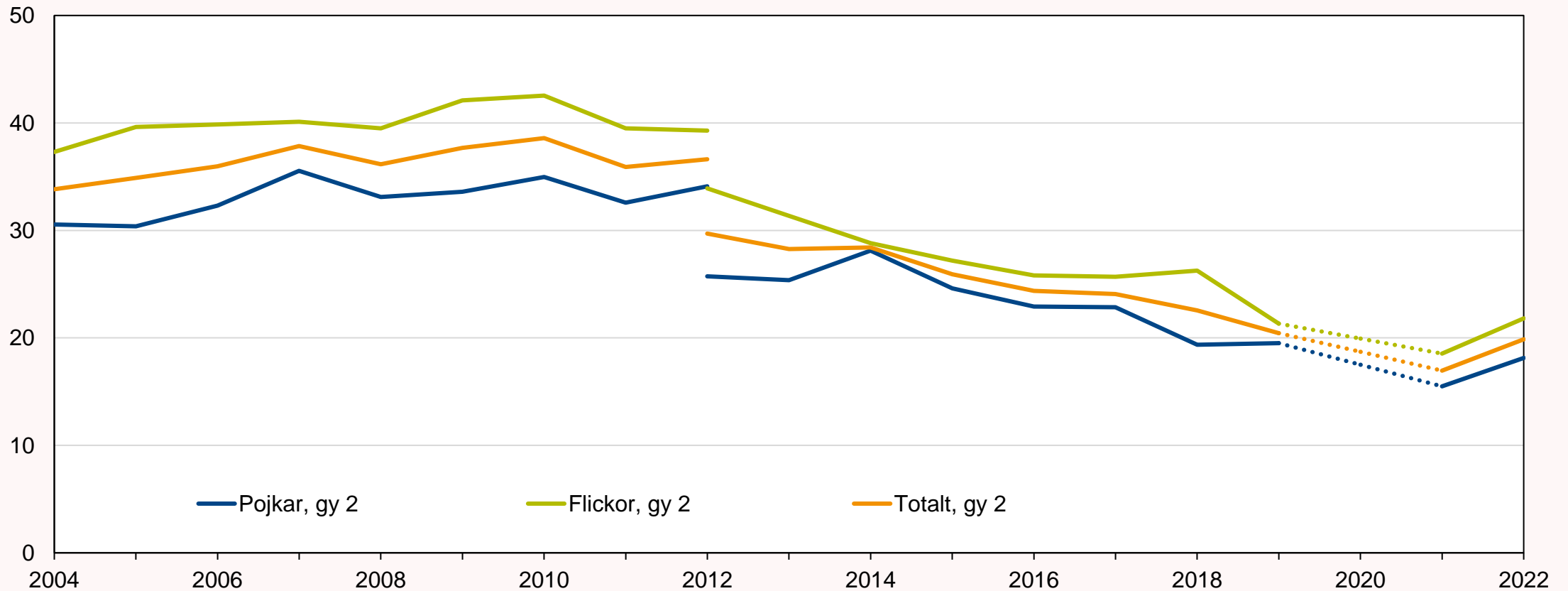
Andelen elever i årskurs 9 som röker (dagligen/nästan dagligen eller sporadiskt), efter kön. 1974–2022.

Procent



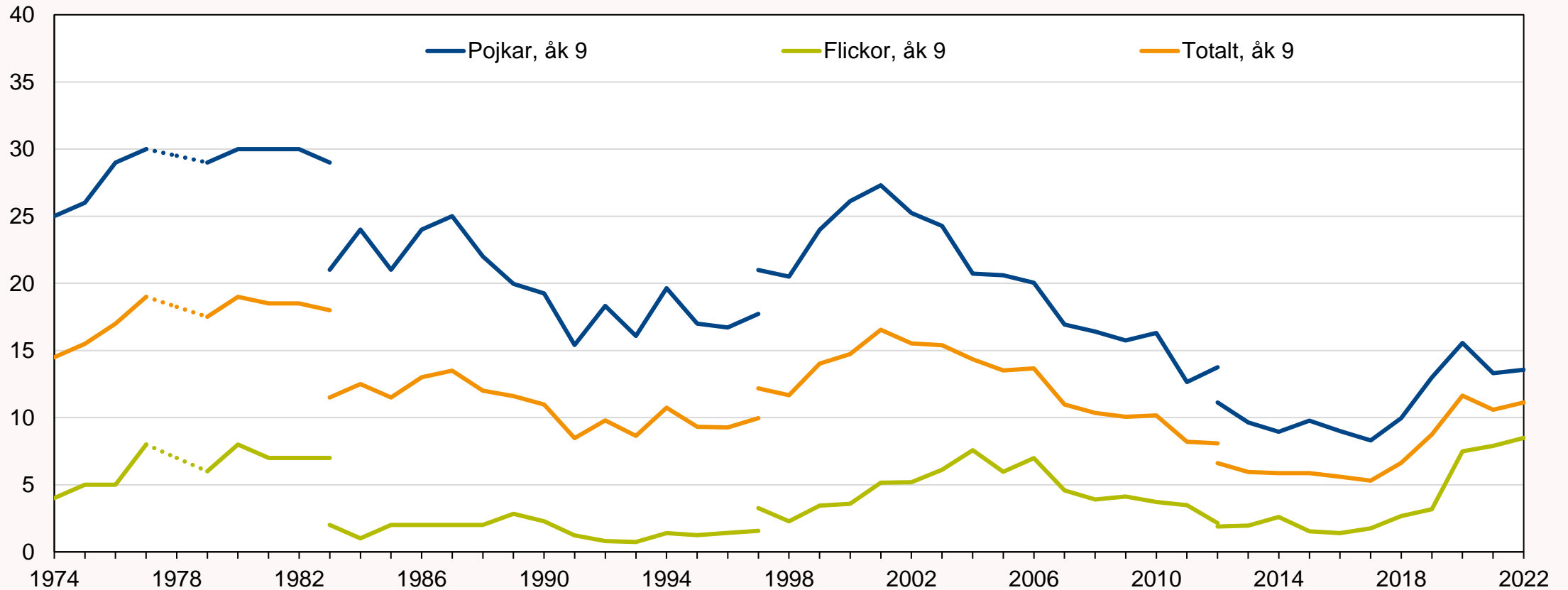
Andelen elever i gymnasiets år 2 som röker (dagligen/nästan dagligen eller sporadiskt), efter kön. 2004–2022.

Procent



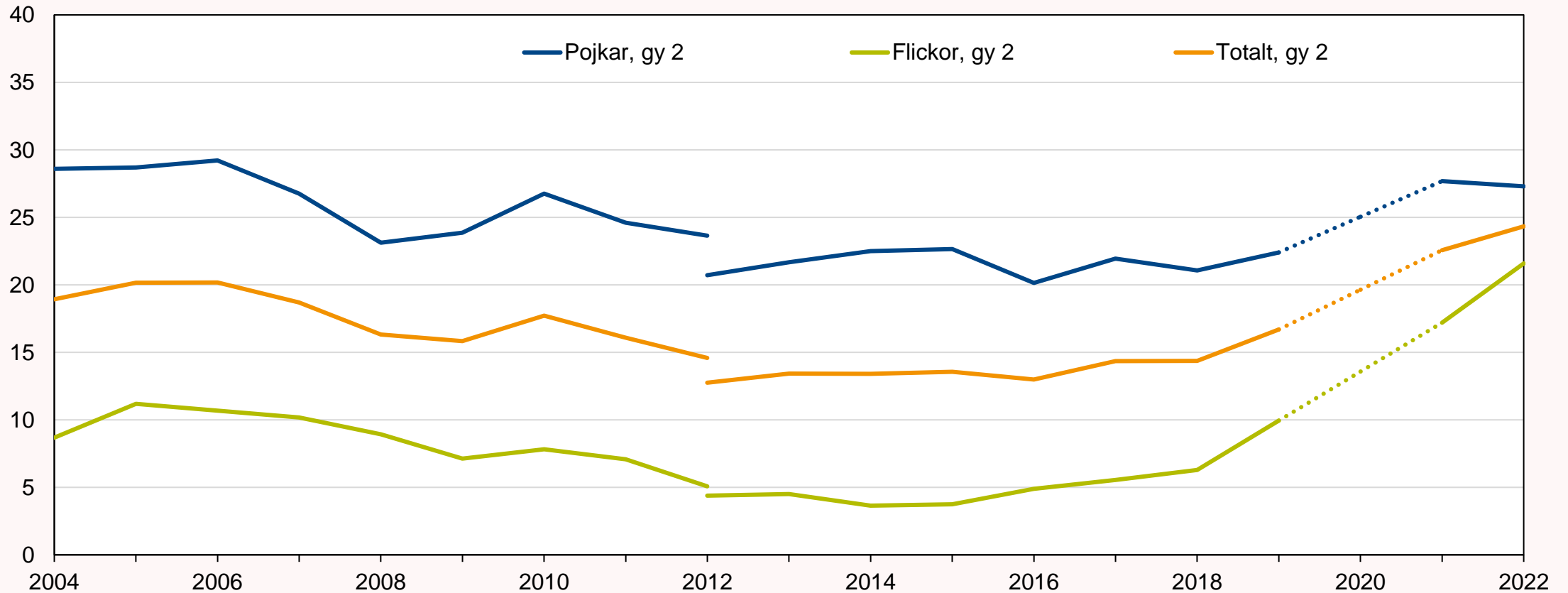
Andelen elever i årskurs 9 som snusar (dagligen/nästan dagligen eller sporadiskt), efter kön. 1974–2022.

Procent



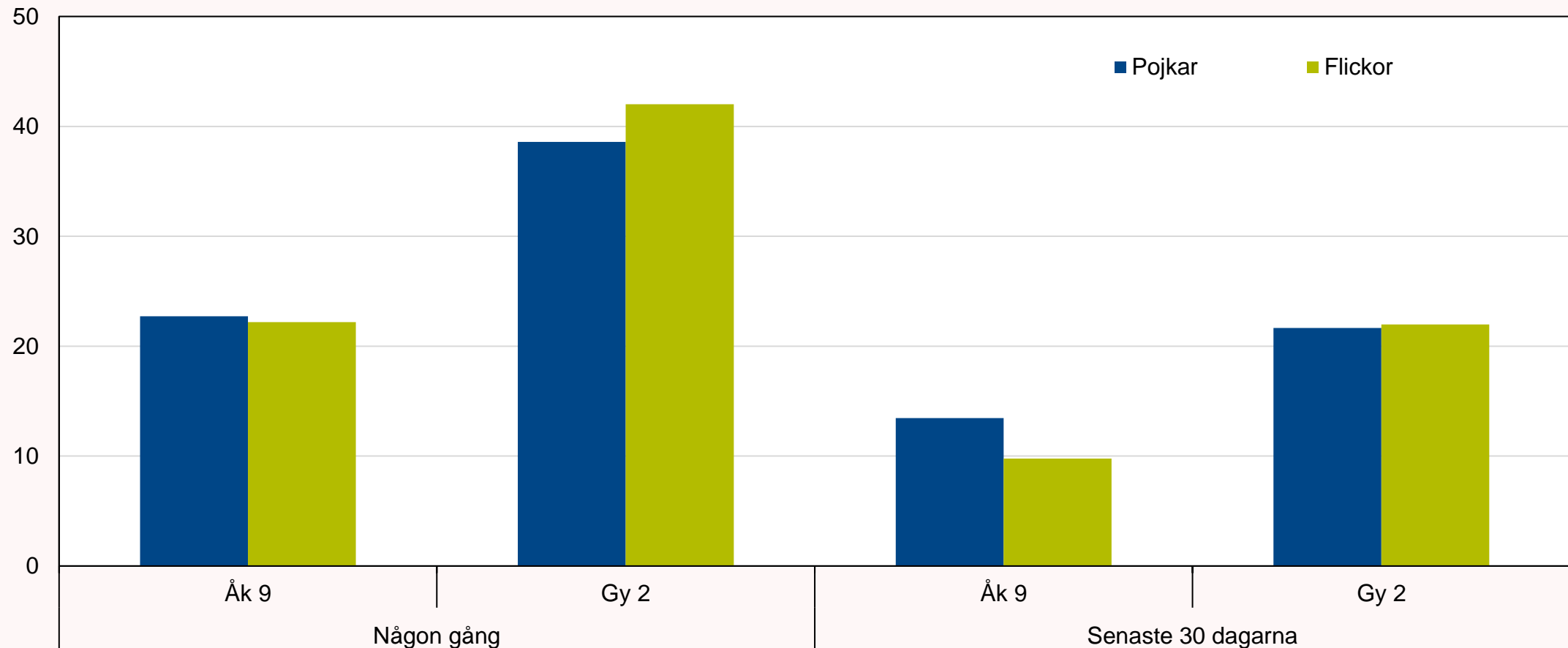
Andelen elever i gymnasiets år 2 som snusar (dagligen/nästan dagligen eller sporadiskt), efter kön. 2004–2022.

Procent



Andelen elever som använt vitt snus någon gång respektive senaste 30 dagarna, efter kön och årskurs. 2022.

Procent



Den nya generationen nikotinister

84% anger att de börjar med tobak och nikotinprodukter genom kompistryck

44% tror att tilltalande smaktillsatser kan vara en orsak att testa

57% av de unga svarar att rökning är vanligt bland minderåriga 38% av de vuxna tror att det är så

37% av ungdomarna anser att vuxnas nej är skäl att avstå men bara 23% av de vuxna inser detta

85% av de unga tycker att rökfria uteserveringar är bra

10% av vuxna vet att nikotin ökar risken för psykisk ohälsa

7 av 10 ungdomar vill ha en helt tobaksfri skoltid

<https://nonsmoking.se/projekt/tobaksfri-skoltid/>

Varför börjar ungdomar använda nikotinprodukter? (Riskfaktorer)

- Tillgång
- Acceptans
- Förebilder
- Socialt tryck
- Attityder och värderingar

Skyddsfaktorer

- Acceptera inte nikotinbruk
- Begränsa tillgången
- Reflektera över vår roll som förebilder och sträva efter att vara goda sådana.
- Uttryck förväntningar
- Lyft fram och stärk positiva attityder och värderingar
- **Nikotinfrihet – ska vara det förväntade och norm**
- Samverka

Tiden i skolan är mycket viktig

Skolans ANDTS-arbete

Tobaksfri duo www.tobaksfri.se

ANDTS-coach [ANDTS-coach](#)
[Västeråsmodellen](#)

ANDTS-policy
<https://tobaksfriskoltid.nu/>

tobaks **FRI** duo



Tobaksfri duo

- Bygger på kontraktmetoden:
- Vuxen och barn skriver kontrakt som lovar nikotinfrihet (tobak och nikotin)
- Försäkran om att en hållit sitt löfte skickas in varje vår.

www.tobaksfri.se



ANDTS-strategi

- Elevpåverkan
- Personalens inställning
- Rektorns beslut
- Nikotinfri skoltid är möjligt
- ANDTS-coach (Skellefteå prövar enligt Västeråsmodellen)

<https://tobaksfriskoltid.nu/>



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

1 NO POVERTY

2 ZERO HUNGER

3 GOOD HEALTH AND WELL-BEING

4 QUALITY EDUCATION

5 GENDER EQUALITY

6 CLEAN WATER AND SANITATION

7 AFFORDABLE AND CLEAN ENERGY

8 DECENT WORK AND ECONOMIC GROWTH

9 INDUSTRY, INNOVATION AND INFRASTRUCTURE

10 REDUCED INEQUALITIES

11 SUSTAINABLE CITIES AND COMMUNITIES

12 RESPONSIBLE CONSUMPTION AND PRODUCTION

13 CLIMATE ACTION

14 LIFE BELOW WATER

15 LIFE ON LAND

16 PEACE, JUSTICE AND STRONG INSTITUTIONS

17 PARTNERSHIPS FOR THE GOALS



Kunskap om tobaks- och nikotinprodukters skadeverkningar



Folkhälsomyndigheten, 2023. Artikelnummer: 2313

[Kunskap om tobaks- och nikotinprodukters skadeverkningar – Återredovisning av regeringsuppdrag — Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se/aktuellt/nyheter/2023/kunskap-om-tobaks-och-nikotinprodukters-skadeverkningar-aterredovisning-av-regeringsuppdrag)

Säkra källor

CAN centralförbundet för alkohol och narkotikaupplysning (ANDTS-fragor)

<https://www.can.se/publikationer/>

Yrkesföreningar samt regioner står bakom
www.tobaksfakta.se

<https://www.drugsmart.se/kunskap/tobak>

Källor

[Säkerhetsdatablad för nikotin](#)

[Folkhälsomyndigheten om nikotin](#)

www.tobaksfakta.se

www.can.se

www.drugsmart.se

[Information från Länsstyrelsen olika språk för tonårsföräldrar](#)

Källor

[nikotinprodukter och hälsorisker](#)

[Faktablad om nikotin](#)

[nikotinuutveckling Sverige](#)

[Fakta och forskning om tobaksprodukter](#)

[Föreläsning Louise Adermark](#) [Nikotin och hjärnan](#)

[Föreläsning Linnea Hedman](#) [E-cigaretter](#)

[föreläsning Magnus Lundbäck](#)

Källor miljö och tobak

- <https://www.umu.se/personal/maria-nilsson/>
- **Källor:**
- The WHO-report: Poisoning our planet. (2022) Tobacco: poisoning our planet (who.int)
- Merchants of doubt: how a handful of scientists obscured the truth on issues from tobacco smoke to global warming. Oreskes, Naomi; Conway Erik M. (2010). New York: Bloomsbury Press.
- Michaels D, Monforton C. Manufacturing uncertainty: contested science and the protection of the public's health and environment. Am J Public Health 2005; **95** (suppl 1): S39–48.
- Nilsson M, Beaglehole R, Sauerborn R. Climate policy: Lessons from tobacco control. The Lancet, 2009, 374(9706):1955-1956.
- Hiscock R, et al. Tobacco industry strategies undermine government tax policy: evidence from commercial data. Tob Control 2017;**0**:1–10.
- Whitmee S et al. Safeguarding human health in the Anthropocene epoch: report of The Rockefeller Foundation – Lancet Commission on planetary health. The Lancet commissions. Volume 386, Issue 10007, 2015.
- Tobacco Tactics. University of Bath Newer Nicotine and Tobacco Products - TobaccoTactics

Jeanette Carlsson

Hälsoutvecklare, leg. arbetsterapeut

Folkhälsoenheten

Region Västerbotten

jeanette.carlsson@regionvasterbotten.se

