

Tobakksrøyking blant unge skal ned til det halve

Økt tobakksavgift, omfattende kampanjer i pressen og strengere håndheving av aldersgrensen for kjøp av tobakk, er de viktigste tiltakene som skal til for å få unge til å slutte å røyke.



Dagfinn Høybråten

Det fremhever forskerne Karl Erik Lund og Jostein Rise ved Statens institutt for rusmiddel-

forskning (SIRUS) i en fersk rapport (1).

Rapporten er den første i sitt slag der forskerne systematisk har gått gjennom litteraturen om effekten av forskjellige virkemidler.

Lund og Rise har vurdert effekten av ti tiltak som begrunnes i rapporten: å øke avgiftsnivået, effektivisere aldersbestemmelsene, redusere antall salgssteder, satse på skoleprogrammer, innføre restriksjoner for røyking i videregående skole, lansere kampanjer i massemedia, sette i gang lokalbaserte tiltak for unge, tilby assistanse til røykeslutt blant eldre ungdom, innføre røykfrihet på serveringssteder og å gi sigarettpakkene et anonymt og ensformig utseende i skrift, form og farge.

Forskerne peker på at effekten av et tiltak vil kunne bli forsterket hvis man gjennomfører av et eller flere av de andre tiltakene.

Helseminister Dagfinn Høybråten fikk overrakt rapporten i august. Han har som mål å halvere røyking blant unge innen fem år.

– Jeg garanterer ikke at vi har nådd målet om fem år, men det er viktig å ha noe å strekke seg etter i denne viktige saken, sa han.

Han hevdet at stemningen i befolkningen viser at det er medvind for å lykkes med anti-tobakksarbeid og minnet om at alle varslede stormer mot å innføre røykfrie utesteder, var uteblitt.

Forskernes tall viser at rundt én av fire unge mellom 16 og 19 år røyker daglig og nesten like mange røyker av og til. Nesten ingen røyker før de begynner på ungdomsskolen og nesten heller ingen griper til røyken etter at de er ferdige med videregående skole. Dette er årsaken til at myndighetene vil sette inn tiltak mot røyking i aldersgruppen 13–18 år.

Rapporten kan leses på www.shdir.no og på www.tobakk.no

– Nina Husom, *Tidsskriftet*
nina.husom@legeforenningen.no

Litteratur

1. Lund KE, Rise J. En gjennomgang av forskningslitteraturen om tiltak for å redusere røyking blant unge. Oslo: Sosial- og helsedirektoratet, 2002.

Bare null sigaretter minsker helsefaren

Røykere som tror at man unngår alvorlige helsefarer ved å minske tobakksforbruket til noen få sigaretter daglig, tar grundig feil.

Forskningsresultater fra Danmark viser at kvinner som røyker tre til fem sigaretter daglig, fordobler risikoen for å få hjertesykdom. Det samme gjelder menn som tenner seks til ni sigaretter hver dag. Beregningene er hentet fra en stor undersøkelse fra København, publisert i *Journal of Epidemiology and Community Health*.

– Selv om man trapper ned sigarettforbruket til et minimum, er risikoen for å få hjerte- og karsykdom betydelig høyere sammenliknet med ikke-røykere, konkluderer forfatterne. De peker på at det meste av det man vet om helsefarene ved tobakksrøyking er basert på studier av storryktere, dvs. personer som røyker flere enn ti sigaretter daglig. Bare et fåtall studier har til nå sett på farene ved et lavt daglig sigarettforbruk.

De danske epidemiologene har samlet inn kliniske data for 12 000 menn og kvinner over 22 år, og kartlagt sammenhengen

mellom deres røykevaner og helsetilstand. I denne perioden fikk 476 kvinner og 872 menn hjerteinfarkt, og til sammen 2 305 kvinner og 2 883 menn døde.

Hos kvinner som røykte tre til fem sigaretter daglig, var sjansen for å få et hjerteinfarkt 2,14 ganger større og den generelle dødeligheten 1,86 ganger høyere enn hos ikke-røykende kvinner. Tilsvarende risikotall for menn som røykte seks til ni sigaretter var 2,10 og 1,76 sammenliknet med ikke-røykende menn.

Risikoen for hjerteinfarkt ble også funnet å være høyere blant personer som påstod at de røykte uten å inhalere sigarettene.

– Tom Sundar, *Tidsskriftet*
tom.sundar@legeforenningen.no

Litteratur

1. Prescott E, Scharling H, Osler M, Schnohr P. Importance of light smoking and inhalation habits on risk of myocardial infarction and all cause mortality. A 22 year follow up of 12 149 men and women in The Copenhagen City Heart Study. *J Epidemiol Community Health* 2002; 56: 702–6.

Røykeslutt er legens ansvar

Sykehusleger benytter seg sjelden av den spesielle muligheten de har for å påvirke pasienter til å slutte å røyke. Sykehusleger spør hyppig pasientene om røykevanene deres, men det er et stort potensial for forbedring når det gjelder legenes råd om røykeavvenning.

Det kommer frem i studien *Norske sykehuslegers praksis ved røykeavvenning* (*Tidsskriftet* nr. 14/2002).

Overlege Per Bakke ved Haukeland Sykehus står bak studien. Han støtter Dagfinn Høybråten utspill. Han sier til www.kreft.no at både allmennleger og sykehusleger har et spesielt ansvar for at vi skal lykkes med anti-røykarbeidet.

– Legen skal spørre pasienten om han eller hun røyker. Det gjelder uansett hva diagnosen eller problemet er og om sykdommen er relatert til røyking eller ikke. Legen skal også kunne gi konkrete råd om hvordan pasienten skal slutte, sier Per Bakke til www.kreft.no

Røykekutt på røykfri jobb

En analyse av 26 studier foretatt ved arbeidsplasser i USA, Australia, Canada og Tyskland viser at et røykfritt arbeidsmiljø også hjelper røykerne til å slutte (*BMJ* 2002; 325: 188).

Studien viser at ansatte ved arbeidsplasser som har totalforbud mot røyking, røyker mindre enn ansatte ved arbeidsplasser der røyking er tillatt. Røykingen ved de røykfrie arbeidsplassene gikk ned 3,8 % sammenliknet med arbeidsplasser som tillater røyking. De faste røykerne ved de røykfrie arbeidsplassene som ikke sluttet, røykte i gjennomsnitt 3,1 færre sigaretter enn sine røykende kolleger ved arbeidsplassene uten restriksjoner.

Kristiania Advokat

Advokater med helsefaglig profesjonsbakgrunn

Ansvarlig: Advokat/lege Gudleik H. Leir

Ullernchausséen 1, 0377 Oslo
Tlf.: 23 29 66 60 – Faks.: 23 29 66 66

firmaepost@kristianiaadvokat.no