



VAD HÄNDER I

#tobaksfriutmaning

Hej förälder! Här får du aktuell information om arbetet kring Tobaksfri utmaning, som ditt barns skola är en del av. Vi som arbetar med Tobaksfri utmaning delar två gånger med oss av vårt arbete: bland annat den senaste statistiken kring tobaksbruket bland ungdomarna i Kalmar län, information om de senaste tobaksprodukterna på marknaden och tips och råd till dig som förälder.

VARNING FÖR DET NYA VITA SNUSET

Just nu ökar användningen kraftigt av det nya så kallade "tobaksfria" vita snuset. Mellan 2019-2021 ökade användningen av det vita snuset från sju procent till sexton procent bland 14-18-åringar. (CAN:s senaste skolundersökning 2021)

Här kommer lite fakta om det nya vita snuset:

- Det vita snuset regleras inte i tobakslagen och tobaksindustrin kan därför marknadsföra produkten med hjälp av produktdesign, smaktillsatser och reklam i sociala medier.
- Det marknadsförs till exempel som tobaksfritt och ofarligt, men innehåller stora mängder nikotin som framställs av tobak. Det är alltså inte alls tobaksfritt och innehåller dessutom mycket högre mängd nikotin än traditionella tobaksprodukter, ibland uppåt 20 gånger mer.
- Tillsammans med smaker som hallon/lakrits, cola och vattenmelon bidrar det till att det är lättare att prova och bli beroende. Det lurar in ungdomar i ett ibland livslångt beroende.
- Nikotinet gör att man blir beroende, men det riskerar också att störa utvecklingen av ungdomars hjärnor, från fosterstadiet ända upp till 25-årsåldern och kan orsaka permanenta skador på hjärnan och ökar risken för psykisk

ohälsa samt inlärningssvårigheter. Hjärnan blir även mer mottaglig för andra droger.

DETTA KAN DU GÖRA SOM FÖRÄLDER

Om din ungdom kan avstå tobak under tonårstiden är chansen mycket stor att hen förblir tobaksfri hela livet. Vi vet nämligen enligt undersökningar att 9 av 10 som är beroende har börjat med tobak innan 18 års ålder.

Hjälp din ungdom att hålla sig tobaksfri, både genom att tydligt visa ditt avståndstagande till att hen skulle börja med tobak, oavsett om du använder tobak själv eller inte, samt berätta om de nya nikotinprodukterna och dess farliga konsekvenser.

MER TIPS OCH STÖD

- På tobaksfriutmaning.se finns det mer information och stöd till dig som förälder.
- Till exempel kan du läsa tips om hur du kan prata med din ungdom om tobak på ett bra sätt.

MED VÄNLIG HÄLSNING

Johanna Reuterving Smajic,
Tobakssamordnare Folktandvården Folkhälsoklinik
Kalmar län

