



Nikotinbrug hos børn og unge kan give permanente skader på hjernen

Flere og flere børn og unge bruger nikotinprodukter, og det er stærkt bekymrende, fordi der er risiko for en lang række blivende skadevirkninger af det. Der er derfor god grund til at forebygge børn og unges brug af nikotin, skriver Vidensråd for Forebyggelse i ny rapport.

De seneste 10-15 år har markedet for nikotinprodukter undergået en voldsom forandring. Hvor der tidligere kun var ganske få produkter, stort set kun cigaretter, er der i dag en mangfoldig palet af nikotinprodukter at vælge imellem som fx nikotinposer, tyggetobak, snus, e-cigaretter og opvarmet tobak. Og der kommer hele tiden nye til.

De alternative nikotinprodukter til cigaretter har vundet stort indpas, også blandt børn og unge, og det er der grund til at være bekymret over, konkluderer Vidensråd for Forebyggelse i en ny rapport:

- Når børn og unge bruger nikotin, altså cigaretter eller andre nikotinholdige produkter, kan det skabe permanente forandringer i deres hjerne. Det kan føre til, at de, resten af livet, risikerer at blive afhængige af både cigaretter og andre nikotinprodukter - men også af rusmidler i almindelighed, forklarer Jørgen Vestbo, professor i lungemedicin, medlem af Vidensråd for Forebyggelse og forperson i arbejdsgruppen bag den nye rapport.

Desuden kan nikotinbrug hos børn og unge betyde, at de får koncentrationsbesvær, øget risiko for at udvikle angst, depression og stress og en dårligere evne til at regulere følelser og impulsivitet.

Rapporten "Nikotinbrug blandt børn og unge. Konsekvenser og forebyggelse" peger i øvrigt på, at brug af nikotinprodukter kan have flere andre skadevirkninger på de unge, som fx øget risiko for hjertekarsygdomme og fosterskader ved nikotinbrug i graviditeten.

Hjernen er under udvikling

Aktuelt bruger cirka en tredjedel, 31 procent, af de 15-29-årige mindst ét nikotinprodukt. Halvdelen af dem, 14 procent, bruger udelukkende alternative

nikotinprodukter som fx e-cigaretter, opvarmet tobak, snus eller nikotinposer, og over det seneste årti er der sket en støt stigning i brugen af disse produkter i aldersgruppen.

- Når vi er bekymrede for den stigende brug af nikotinprodukter blandt børn og unge, er det fordi, deres hjerner stadig er under udvikling. Hjernen er først færdigudviklet, når man er cirka 25-30 år gammel, og indtil da er den ekstremt sårbar over for påvirkninger udefra som fx nikotin, forklarer Jørgen Vestbo.
- Derfor gør det os særligt bekymrede, når sundhedskonsulenter og SSP-medarbejdere ude i kommunerne fortæller om, at børn helt ned til 10-12 år er i besiddelse af fx e-cigaretter i form af såkaldte Puff bars, understreger han.

Inspiration fra forebyggelse af rygning

Nikotin er altså, uanset hvilken form man indtager det i, et meget potent stof, der kan skabe fysiologiske forandringer i den endnu ikke udviklede hjerne, selv efter et ganske lille forbrug. Og der er derfor al mulig grund til at forebygge, at børn og unge bruger produkter, der indeholder nikotin.

Ser man på årtiers forskning i forebyggelse af tobaksrygning, er prisen det mest oplagte redskab at skrue på:

- Al tilgængelig forskningsviden fra tobaksområdet viser, at en markant højere pris er det mest effektive redskab til at forebygge rygning blandt børn og unge. Og det er også vores anbefaling, når det kommer til øvrige nikotinprodukter. Altså, højere afgifter på alle produkter med nikotin, siger Jørgen Vestbo.

Derudover mere effektiv håndhævelse af lovgivningen på området, fx om røg- og nikotinfri skoletid på alle uddannelsesinstitutioner, aldersgrænse for køb af nikotinprodukter og udstillingsforbud i detailhandelen. Og en styrket håndhævelse af markedsføringsloven, så producenterne ikke kan nå børn og unge med reklamer for nikotinprodukter.

- Som noget særligt har vi set, at både markedsføringen og distributionen af alternative – og i nogle tilfælde ulovlige – nikotinprodukter sker ad andre veje, end vi kender det fra tobakken. De markedsføres og sælges til - og nogle gange også af - børn og unge på sociale medier som TikTok, i Den Blå Avis, i skolegården og fra baglokaler i kiosker. Og det stiller naturligvis nogle andre krav til formuleringen og håndhævelsen af lovgivningen.

Dertil bør alle alternative nikotinprodukter være underlagt det samme forbud mod smagstilsætning som cigaretter.

- Når nikotinprodukter tilsættes smag af eksempelvis jordbær, vandmelon og mentol, virker det særligt tillokkende på børn og unge, forklarer Jørgen Vestbo.

Der skal også oplysning til

Morten Grønbæk, der er forperson i Vidensråd for Forebyggelse, har i en lang årrække arbejdet med forebyggelse af rygning, og han peger på ét område, hvor forebyggelse af børn og unges nikotinbrug adskiller sig fra almindelig tobaksforebyggelse:

- Når det kommer til de alternative nikotinprodukter, så har vi en stor oplysningsopgave foran os. For hvor alle godt er klar over, at cigaretter er livsfarlige, så synes der at være en almindelig opfattelse både blandt forældre, politikere og visse af de fagprofessionelle, der arbejder med børn og unge, af, at disse produkter nok ikke er så skadelige.
- Men Vidensrådets rapport dokumenterer, at nikotin er så skadeligt for børn og unges helbred, at der må sættes en effektiv stopper for deres brug af dem, nu.

Rapporten kan downloades på Vidensråd for Forebyggelses hjemmeside:

www.vidensraad.dk.

For yderligere oplysninger kontakt:

- Jørgen Vestbo, forperson for arbejdsgruppen, professor i lungemedicin. Mail: Jorgen.Vestbo@manchester.ac.uk eller tlf.: 30 35 03 17. Jørgen Vestbo kan henvise til de øvrige arbejdsgruppemedlemmer, der hver især har et specialiseret forskningsområde. Arbejdsgruppen består ud over Jørgen Vestbo af følgende forskere: Charlotta Pisinger, Jesper T. Andreassen, Lotus Sofie Bast og Lisbeth Lund.
- Susanne Vigsø Grøn, kommunikationsansvarlig, Vidensråd for Forebyggelse. Tlf.: 20 47 30 35

Om Vidensråd for Forebyggelse

Vidensråd for Forebyggelse er et uafhængigt råd, der består af 15 eksperter, som samler og formidler den nyeste forskningsviden om forebyggelse af sygdom og fremme af befolkningens sundhed. Rådet er finansieret af bevillinger fra fonde og bidrag fra Lægeforeningen. Derudover finansieres Rådets aktiviteter af løbende projektbevillinger fra diverse andre fonde, myndigheder eller organisationer.