



FAABORG-MIDTFYN
KOMMUNE

Tobaksområdet:

Strategi og indsats

Udarbejdet af:

Jørgen J. Wackes

Dato:

13. september 2007

Sagsid.:

Version nr.:



Tobaksområdet: Notat vedr. strategi- og indsats

Indledning

Tobaksområdet er i Faaborg-Midtfyn Kommunes Sundhedspolitik 2007-2009 et af de prioriterede områder.

Faaborg-Midtfyn Kommune har i sin Sundhedspolitik 2007-2009 vedtaget følgende mål på tobaksområdet:

- Antallet af rygere skal reduceres.
- Antallet af unge, der starter med at ryge, skal reduceres.
- Antallet af borgere, der udsættes for passiv røg, skal reduceres

I nærværende notat er der foretaget en gennemgang af de muligheder, der foreligger for at gennemføre en tobaksforebyggende indsats, der baserer sig på den eksisterende viden, og som inddrager de metoder og kompetencer, der findes på området. Det drejer sig om muligheder i forhold til særlige målgrupper og arenaer og om mulighed for benyttelse af forskellige metoder. Nogle muligheder er allerede iværksat, for eksempel tilbud til borgerne om gratis rygestopkurser i samarbejde med de lokale apoteker.

Mulighederne for indsatserne foreligger i kommunens forskellige fagsekretariater, institutioner, virksomheder, apoteker mv., og nærværende notat skal ses som afsæt for det samarbejde, som Fagsekretariatet for forebyggelse og sundhed skal have med interne og eksterne samarbejdspartner med henblik på at nå de af kommunalbestyrelsen opstillede mål.

I forbindelse med overdragelsen af ansvaret for den forebyggende og sundhedsfremmende indsats fra de nu nedlagte amter til kommunerne udgav Sund By Netværket publikationen "Ti skridt til god tobaksforebyggelse – den gode kommunale model". Formålet med udgivelsen var at give kommunerne et godt udgangspunkt til at gå i gang med at planlægge og gennemføre en tobaksforebyggende indsats. Nærværende notat tager udgangspunkt i denne publikation, som indeholder anbefalinger, strategier og redskaber.

Rygevaner

Antallet af rygere

Danskernes rygning er faldet støt siden de første systematiske undersøgelser i starten af 1950'erne. I 1953 røg 78 % af mændene og 40 % af kvinderne. I 2005 røg 25,6 % af den danske befolkning dagligt, medens 27 % var tidligere rygere.

I Faaborg-Midtfyn Kommune er det estimeret, at der findes 10.000 rygere, hvoraf 5.000 er storrygere mellem 25 og 64 år. Halvdelen af rygerne vil være interesseret i at holde op med at ryge, og hvert år vil 30 % af rygerne faktisk forsøge at holde op.

Stop i faldet af antallet af rygere

Sundhedsstyrelsen, Kræftens Bekæmpelse, Hjerteforeningen og Danmarks Lungeforening gennemfører årligt en monitorering af danskernes rygevaner. I 2005 viste undersøgelsen for første gang, at andelen af rygere ikke er faldet. Hvis tendensen fortsætter i de kommende undersøgelser, kan det ses som en bekræftelse på en "hærdningshypotese". Hypotesen går ud på, at i takt med at andelen af rygere i befolkningen falder som følge af den almindelige



FAABORG-MIDTFYN KOMMUNE

samfundsudvikling og det sociale pres på rygerne, vil de rygere, som er tilbage, have stadig vanskeligere ved at stoppe. Det vil betyde, at tobaksforebyggelsen i fremtiden skal intensivere indsatserne og eventuelt tage andre metoder i brug, hvis den positive udvikling skal fastholdes.

Hvilke befolkningsgrupper ryger?

Mænd og kvinder ryger stort set lige meget. Til gengæld er der kommet en stor social ulighed i rygemønsteret. Hvor der i starten af 1950'erne ikke var forskel på rygningen i forskellige sociale lag, er der i dag en stor og stigende social skæv fordeling i danskernes rygevaner.

Der er en udpræget social gradient i rygevaner inden for forskellige sociale grupper, som er i arbejde. Således ryger ca. dobbelt så mange ufaglærte arbejdere som højere funktionærer. Ser man på mere udsatte grupper i samfundet, som f.eks. kontanthjælpsmodtagere, psykisk syge og førtidspensionister, er der to-tre gange så mange i disse grupper sammenlignet med baggrundsbefolkningen.

12 % af de 11-15 årige ryger dagligt og lejlighedsvist. Blandt de 16-20 årige er 22 % dagligrygere. Andelen af rygere blandt børn og unge er faldet gennem flere år, men nu ser der ud til at være en tendens til udjævning. De fleste rygere er begyndt at ryge som børn eller unge og er begyndt at ryge, fordi mennesker i deres omgivelser ryger, for eksempel forældre eller venner.

Storrygere

Sideløbende med den sociale skævhed i rygevanerne ses en udvikling, hvor den andel af rygerne, som er storrygere (15 cigaretter eller mere om dagen), er stigende. Blandt rygende mænd var andelen af storrygere mindre end 10 % i 1950'erne, medens det i 2005 var 65 % af de rygende mænd, som røg 15 eller flere cigaretter dagligt.

For kvinder er billedet det samme på et lidt lavere niveau, idet 43 % af de kvindelige rygere i 2005 var storrygere.

Forebyggelsespotentialet

Tobaksrygning er fortsat den enkeltfaktor, som har størst negativ indflydelse på folkesundheden i Danmark. Danskernes rygning er årsag til 14.000 dødsfald om året. Hertil kommer 2.000 dødsfald som følge af passiv rygning. De i alt 16.000 dødsfald udgør 24 % af samtlige dødsfald og sker primært som følge af hjerte-karsygdom, kræft og lungesygdom.

Rygerne har endvidere en betydelig øget sygelighed, som giver sig udslag i et stort sygefravær og et stort træk på sundhedsydelse. Danskernes rygning medfører hvert år 2,5 millioner fraværsdage, 2,5 millioner kontakter til den praktiserende læge og 150.000 hospitalsindlæggelser. Institut for Sundhedsvæsen har beregnet, at en kommune med 30.000 indbyggere vil have direkte årlige omkostninger på 13,6 millioner kroner forårsaget af tobaksrygning, og at der vil være store besparelser for kommunerne at hente ved at få rygere til at holde op med at ryge.

Tobaksforebyggelsens elementer

På baggrund af mere end 40 års international forskning og praktisk erfaring er der udviklet en strategisk model for det tobaksforebyggende arbejde. De tre grundlæggende elementer heri er:



FAABORG-MIDTFYN KOMMUNE

- Fremme af røgfrie miljøer.
- Fremme af rygestop.
- Forebyggelse af rygestart.

Virkemidler til at nå målene

Verdensbanken og WHO har undersøgt og beskrevet, hvilke effektive midler der kan tages i anvendelse. Midlerne er følgende:

- a. Øget pris på tobaksprodukter via særlige tobaksafgifter.
- b. Forbud mod tobaksreklamer og andre salgsfremmende metoder.
- c. Brug af markante og stærke advarsler på cigaretpakker og andre tobaksprodukter.
- d. Regler/lovgivning der skaber røgfrie miljøer på arbejdspladser og i det offentlige rum.
- e. Brede informationskampagner og uddannelsesprogrammer.
- f. Rygeafvænningsprogrammer der kan hjælpe dem, der gerne vil holde op med at ryge.

En væsentlig del af ovennævnte virkemidler forudsætter landspolitiske beslutninger, medens punkterne e og f vedrørende information og uddannelse samt rygeafvænningsprogrammer forudsætter indsats på lokalt niveau. Det samme har ligeledes gjort sig gældende for punkt d vedrørende røgfrie miljøer, men med vedtagelsen af loven om røgfrie miljøer den 15. august 2007 er der allerede i vid udstrækning taget hånd om dette element.

Strategi

A. Fremme af røgfrie miljøer

Formålet med Lov om røgfrie miljøer, som blev vedtaget den 15. august 2007, har som formål at udbrede røgfrie miljøer med henblik på at forebygge sundhedsskadelige effekter af passiv rygning og forebygge, at nogen ufrivilligt udsættes for passiv røg. Loven finder anvendelse på arbejdspladser, institutioner og skoler for børn og unge, øvrige uddannelsesinstitutioner, indendørs lokaliteter hvortil offentligheden har adgang, kollektive transportmidler og taxaer samt serveringssteder.

Den enkelte arbejdsgiver skal udarbejde en skriftlig rygepolitik, som skal være tilgængelig for alle arbejdspladsens medarbejdere. Rygepolitikken skal som minimum indeholde oplysning om, hvorvidt og hvor der må ryges på arbejdspladsen og oplysning om konsekvenserne af overtrædelse af arbejdspladsens rygepolitik.

Faaborg-Midtfyn Kommunes rolle: Kommunen kan i forbindelse med nyetablerede virksomheder tilbyde konsulentfunktion vedrørende udvikling af rygepolitik eller spørgsmål i forbindelse med den ny lov om røgfrie miljøer.

B. Fremme af rygestop

Det anbefales,

- a. At kommunerne tilbyder borgerne varierede rygestoptilbud.
- b. At kommunerne integrerer rygestoptilbud i det sammenhængende patientforløb.
- c. At kommunerne har varierede rygestoptilbud til særlige risikogrupper.
- d. At kommunen tilbyder kommunens ansatte varierede rygestoptilbud.
- e. At kommunen medvirker til at tilbyde rygestop til private arbejdspladser og ungdomsuddannelser.

Som det fremgår af ovenstående anbefalinger er der tale om følgende målgrupper: Side 4□



FAABORG-MIDTFYN KOMMUNE

- Kommunens borgere
- Patienter med livsstilssygdomme (i særlig grad patienter med kronisk obstruktiv lungesygdom (KOL), hjertekarsygdomme og diabetes)
- Særlige risikogrupper (gravide rygere, socialt udsatte/socialt svage, psykisk syge)
- Kommunens ansatte
- Ansatte på private arbejdspladser og elever på ungdomsuddannelser

Metoder

Metoderne kan opdeles i lavintensive og højintensive metoder, alt efter deres intensitet og omfang.

Intensive rygeafvænningsmetoder

Metoderne omfatter individuel rygeafvænnning og rygeafvænnning i grupper, som er baseret på en længerevarende personlig kontakt med en specialuddannet rådgiver. Metoden har stor berettigelse over for de vane-rygere, som har en høj grad af afhængighed af rygningen og/eller få personlige og sociale ressourcer til at gennemføre rygestopet. Metoderne har en begrænset rækkevidde i forhold til den brede gruppe af rygere, men har til gengæld en høj effekt målt på rygestop efter 6 eller 12 måneder..

Lavintensive rygeafvænningsmetoder

Metoderne adskiller sig ved en kortere og mindre intensiv kontakt eller slet ingen kontakt med en rådgiver. Metoderne omfatter telefonisk rådgivning, selvhjælpsmateriale (trykt eller på internettet), kort rådgivning fra sundhedspersonale eller andet relevant personale, brug af nikotinprodukter som håndkøbspræparat med en kort rådgivning på apoteket mv. Metoderne har en potentielt større rækkevidde i forhold til den rygende del af befolkningen end de intensive rygeafvænningsmetoder. Til gengæld vil de typisk have en mindre effekt målt på rygestop målt efter 6 eller 12 måneders opfølgning.

Foreliggende tilbud

Der foreligger til borgerne både kommunale tilbud og tilbud fra andre aktører.

Kommunens tilbud:

Rygestopkurser

Faaborg-Midtfyn Kommune har indgået aftale med de tre apoteker i kommunen om gratis individuel rygeafvænnning og rygeafvænnning i grupper.

Endvidere vil kommunen efter at have gennemført et forsøgsprojekt på virksomheden Tulip om kort tid tilbyde virksomheder gratis rygeafvænnning for deres medarbejdere.

Yderligere vil kommunen i forbindelse med udarbejdelse af en kronikerstrategi konkretisere rygestoptilbud til borgere med kronisk sygdom.

Andre tilbud:

Kommunens borgere har også mulighed for at benytte en række andre gratis tilbud:

Rygestopkurser for gravide



FAABORG-MIDTFYN KOMMUNE

Ved Svendborg Jordemodercenter tilbyder Region Syddanmark løbende gratis rygestopkurser for gravide og vordende fædre. Der er endvidere mulighed for at få individuel rådgivning med sigte på rygestop ved de fleste sygehuse i det forhenværende Fyns Amt.

Selvhjælpsmateriale

Rygestopguide, udarbejdet af Sundhedsstyrelsen. Guiden kan hentes på styrelsens hjemmeside.

Rygestop på nettet.

www.drstop.dk er et interaktivt rygestopprogram, som Sundhedsstyrelsen står bag.

Telefonrådgivning.

STOPlinien rådgiver rygere, som selv henvender sig vedrørende rygning og rygestop. Telefonlinien finansieres af Sundhedsstyrelsen og Københavns Kommune, og sidstnævnte har den daglige drift af linien.

Rygestopmetoder for unge

Unge rygning er ofte i langt højere grad styret af de sociale sammenhænge, som de befinder sig i så selv om unge rygere er interesseret i at stoppe, har de ofte svært ved det.

www.Xhale.dk, som er udviklet af Sundhedsstyrelsen, er målrettet unge mellem 15-25 år, som kan få rygestophjælp online.

Endvidere findes der gåde råd på www.netdoktor.dk, www.apoteket.dk og www.cancer.dk.

Kompetenceudvikling

Uddannelse af rygestopinstruktører, som er ansat i kommunens forskellige sektorer, og som derved har kendskab til særlige klienter, beboere, medarbejdergrupper mv.

C. Forebyggelse af rygestart

Det anbefales,

- a. At kommunerne iværksætter tobaksforebyggende indsatser for børn i skole- og fritidsmiljø
- b. At kommunen iværksætter tobaksforebyggende indsatser over for unge i alderen 16-25 år.

Folkeskolen

Det er lovpligtigt at undervise i sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab. Formålet er blandt andet, at eleverne tilegner sig indsigt i vilkår og værdier, der påvirker sundhed.

Det er vigtigt, at der undervises om tobak i skolens 5. 6. og 7. klasse, hvor mange eksperimenterer med rygningens praktiske sider vedr. rygning. Man har her mulighed for at udskyde rygestart eller forebygge rygestart. Der kan undervises af lærere uddannet til at formidle sundhedsrelaterede emner eller via undervisningsressourcer hentet udefra.

Opfølgning på undervisningen i 8.-9. klasse, herunder aktiv stillingtagen til egen sundhed og livsstil.



Forældre

Skolerne opfordres til at holde forældremøder om rygning i 6.-8. klasse. Forældrene opfordres til at sætte regler for rygning i hjemmene.

Sundhedstjenesten

Kommunelæge og sundhedsplejersker følger børnene gennem hele opvæksten og kan sætte ind med tobaksforebyggelse både i forhold til barnets omgivelser og til barnet selv. Det drejer sig om to indgangsvinkler: For det første i forhold til barnets omgivelser, herunder forældre, bedsteforældre, daginstitution og skole og for det andet i forhold til barnet selv via sundhedssamtaler og forældresamarbejde.

Børne- og ungdomstandplejen

Tandlæger og tandplejere er en personalegruppe, som møder børnene og de unge jævnligt og har en anledning til at tale om rygning, fordi tandplejen kan være nogen af de første, der finder ud af, at barnet eller den unge ryger. Endvidere kan rygning som emne indgå undervisningen om tandhygiejne.

SSP (skole, social og politi)

Et vigtigt område for SSP er normer og sociale misforståelser. Børn og unge foretager handlinger, fordi de har misforståede forventninger om, hvad man bør gøre. Tobaksrygning er en vigtig adfærd at arbejde med.

Undervisningsmaterialer

"Tackling – sundhed, selvværd og samvær"

Undervisningsmaterialet henvender sig til 7.-9. klasse. Materialet kombinerer træning af personlige kompetencer med undervisning vedr. tobak, alkohol og stoffer. Målet er at støtte eleverne i deres personlige udvikling og give dem en ballast, som hjælper dem til at leve et sundt liv.

"Aktive vurderinger"

Målet med materialet er, at eleverne får øvet sig i at tænke selvstændigt, at udtrykke egne meninger og følelser, at vurdere og træffe valg og se konsekvenserne heraf.

"Alle de andre gør det"

Materialet arbejder med flertalsmisforståelser og sociale overdrivelser. Materialet har fokus på det sociale og gruppedynamiske spil, der er i dannelsen af forestillinger om, hvad normal adfærd er.

"Det er dit liv"

Video som handler om livsstil, rygevaner og konsekvenser af et liv med røg. Lægger op til debat i undervisningen med afsæt i elevernes egen virkelighed.

"Hvad gør cigaretten"

Elevhæfte og lærervejledning henvendt til biologiundervisningen, hvor der er fokus på sundhed, vaner og rygerrelaterede sygdomme.



**FAABORG-MIDTFYN
KOMMUNE**

Endvidere er der til sundhedsplejen udgivet "Rygestop for unge – en vejledning til skolesundhedsplejersker" og til forældre "Ren luft til lungerne – Beskyt børn mod passiv rygning" og "Snak med teenagere om tobak".