

VISIR
VI SOM INTE RÖKER

AKTUELLT

Friskare Liv

Nr 2 juni 2005 • Medlemstidning för Riksförbundet VISIR



En del av deltagarna
poserar framför Hälsans
Hus i Stockholm.
Rapport på sid 6-7.

Effektivt förbundsmöte 21-22 maj på Hälsans hus.

Förbundsordföranden har ordet:

En viktig programpunkt på VISIR:s Ordförande- och kontaktmannakonferens 22 maj 2005 var en debatt om Riksförbundet VISIR:s framtid.

Bakgrunden är den allmänna ökade medvetenheten om tobaksbrukets hälsofaror, som även VISIR kan ta åt sig en stor del av äran för, och de framsteg som har gjorts i arbetet mot tobaksbruk. En annan bakgrund är att andra aktörer, såsom samhället med legala maktmedel, har tagit över och kunnat fullfölja VISIR:s strävanden. Det mest påtagliga just nu är ikraftträdandet av rökningförbud på serveringsställen.

ERG (En Rökfri Generation) har också framgångsrikt tagit över informationsverksamheten i skolorna för att motverka ungdomars rökdebut. Apoteken bedriver en betydande information mot tobaksbruk i skrift såväl som individuellt.

VISIR:s framgångar med att sprida och realisera sitt budskap innebär på så vis en begränsning för den vidare verksamheten. Däri ligger inte något fel; kämpar man mot något ont kämpar man också för att avskaffa sig själv i denna funktion. Vidare har VISIR nu ett betydligt mindre antal medlemmar än tidigare och därmed en reducerad idéell kapacitet.

Har VISIR nu mål och medel för fortsatt verksamhet och kan VISIR motivera sin existens? Efter diskussion enades vi om fem punkter beträffande målen:

1. Följa upp försäljningsförbudet av tobaksvaror till mindreåriga. Kontrollen ligger på kommunerna, men förbudet kringgås lätt och ofta och få brott mot förbudet har lagförts.

2. Motverka passiv rökning i ännu inte sanerade miljöer. Det finns många kvar i samhället och särskilt sådana som kan betecknas som gränsfall t ex vårdpersonal som står och röker utanför ingångarna till rökfriförklarade sjukhus.

3. Verka för att rökavvänjning i offentlig regi blir en realitet. Rökavvänjning, individuellt eller i grupp, är i allmänhet alldeles för dyrt för den redan ekonomiskt hårt belastade rökaren. Rökavvänjning på vårdcentralerna är förvisso en stor potentiell resurs. Det finns f.n. ingen officiell statistik på antalet behandlade personer eller resultat.

4. Motverka tobaksbruk i form av snus. Hälsoriskerna av snus kan kort sammanfattas i ämnesomsettningsrubbnings, tidigare diabetesdebut, hjärt- och kärlsjukdomar och därav följande sjukdomssymptom.

5. Särskild hänsyn till tobaksskador på barn. Passiv rökning och nikotin via blod och modersmjölk hos blivande mödrar och mödrar (även snusande) sensibiliserar belöningscentrum hos barn (även ofödda) för narkotika (inkl. nikotin) och alkohol med ökad risk för ett framtida beroende. Vidare har minskad födelsevikt, ökad risk för plötslig



Bengt Rosengren,
förbundsordförande i VISIR.
e-post:bengt.rosengren@spray.se

spädbarnsdöd och påtagligt ökad förekomst av allergier observerats.

Beträffande medlen är vi idag helt beroende av bidrag för fortsatt verksamhet.

Vi var alla överens om att de ovanstående målen motiverar att Riksförbundet VISIR finns. Under förutsättning av ekonomiskt stöd är vi övertygade om vikten av fortsatt verksamhet.

En glad och rökfri sommar önskar
Bengt Rosengren

Limerick Skurt

Mycket bättre prevention
det är vår heta ambition
Därför är det sådan flax
att Skurt nu snackar profylax
i skolprogram för hela vår
nation

Sven K

VISIR-Aktuellt/Friskare liv är medlemstidning för Riksförbundet VISIR.

Utkommer med fyra nummer per år. Ansvarig utgivare: **Arne Stråby**, arne.straby@telia.com

Adressen till Riksförbundet VISIR: Hälsans Hus, Fjällgatan 23A, 116 28 Stockholm

Tel 08-591 282 11, Hemsida: www.visir.a.se E-post:visir@telia.com

Förbundsordförande: **Bengt Rosengren**, bengt.rosengren@spray.se

Grafisk produktion: **Asken media**, 031/ 0708- 87 16 17 Material per post till

Asken media, Aminogatan 15D, 431 53 Mölndal. E-post:kjell@askenmedia.se

Tryck:Tryckkedjan, Mölndal 2005. ISSN 0282-0617

Goda erfarenheter av rökfria serveringar i Norge

Från den 1 juni i år blir alla serveringar i Sverige rökfria. Som en förberedelse inför detta viktiga steg hade Statens Folkhälsoinstitut i början av året bjudit in tjänstemän från det norska Social- och helsedirektoratet till Stockholm för att redogöra för vilka erfarenheter man har av det norska förbudet.



Siri Christine Näsheim och Vera Vislie rapporterade goda erfarenheter av rökfritt i Norge.

Norge ligger nästan ett år före Sverige på denna punkt. Rökfria restauranger infördes i Norge den 1 juli 2004. Till skillnad från Sverige har den norska lagen inte lämnat någon möjlighet att inrätta rökrom utan servering men inom restaurangens lokaler.

Det var Siri Christin Näsheim och Vera Vislie som hade kommit till en träff i en konferenslokal vid Drottninggatan. Det var den 27 januari, och de hade alltså nära sju månaders erfarenheter att se tillbaka på.

I korthet är erfarenheterna hittills goda. Förbudet efterlevs i hög grad. Man framhöll också att branschen har hanterat situationen smidigt. Massmedias täckning av lagens följder har varit balanserad, och man har märkt

ett ökat stöd för "nyordningen" i den allmänna opinionen.

Hur har det gått för restaurangerna då? Olyckskorpar både i Sverige och Norge har sett vikande kundunderlag och många konkurser som en följd av rökfritt. Men det har inte blivit så i Norge. Omsättningen och sysselsättningen i branschen som helhet är ungefär densamma, och antalet konkurser har heller inte ändrats.

En del förändringar har kunnat iakttas. Många restauranger har ökat ut genom att börja med utservering också. Det har ett uppenbart samband med förbudet, eftersom det är tillåtet att röka vid bord som står utomhus. I Oslo fanns året innan förbudet 2 serveringar som även hade utom-

husbord, men efter förbudets införande var det 98 som erbjöd den möjligheten.

Att opinionen accepterar förbudet styrks av siffror. År 2001 var 30 % positiva till en lag om rökfria restauranger. I mars 2004 var 71 % positiva eller neutrala till den kommande lagen, och efter ikraftträdandet var i oktober 79 % positiva eller neutrala.

Sverige och Norge borde nog reagera ganska likartat i en sådan fråga. Möjligheten att inrätta rökrom borde dock göra att ännu färre är helt negativa här.

Arne Stråby

Tack till Sparare i Humanfonden

Ditt ekonomiska stöd till VISIR har bidragit till att vi har kunnat fortsätta vårt arbete med att motverka tobaksbruk och dess hälsoskadliga effekter. Vi kan tillsammans med andra ideella organisationer och myndigheter glädja oss åt riksdagens beslut om rökfria serveringsställen från 1 juni i år. Vi måste fortsätta arbetet med att

speciellt motverka rökdebut hos skolbarn samt påverka demokratiska beslutande församlingar så att rökavvänjning i offentlig regi blir en realitet.

Vi tackar Dig varmt

Bengt Rosengren

De 75 000 andelsägare som är Bancosparare bidrar med mer än 44 miljoner till ideella ändamål!

VISIR stimulerar barn i Blekinge

Blekinge VISIR-distrikt ansöker sedan många år årligen om och får bidrag från Blekinge Landsting.

Pengarna användes till största delen för att på olika sätt stimulera länets skolbarn till attityd mot tobak.

VISIR brukar utlysa tävling i teckningar alternativt slogans i åk 6 i samtliga länets 5 kommuner.

Belöningen brukar barnen få hämta ut i någon sportaffär. Ibland delas priset mellan fler elever.

De teckningar vi ser här är producerade av barn i 13-årsåldern.

Nedan en lista på vad de belönade barnens skolor heter i respektive kommun. Det gäller dessutom att alla klasser i åk 8, som är nikotinfria och där även lärarna är nikotinfria har belönats med ett bidrag på 1.000:-.

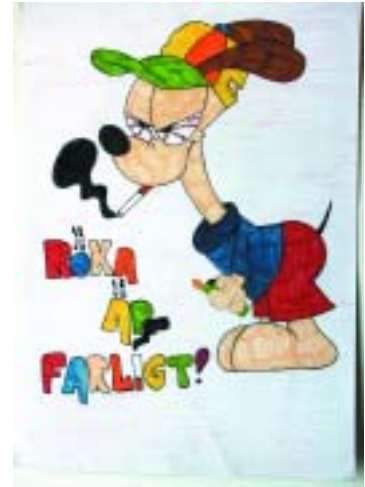
Karlshamn har följande skolor: Bodetorp, Prästslätt, Sternö, Klockeback, Korpadal, Møllegården, Mörrum.

Karlskrona: Saltö, Aspö, Rosenfeldt, Tullskolan, Hästö, Sunnadal, Vedeby, Östra Torp, Rödeby, Strömberg, Nättraby, Hasslö, Jändelskolan, Jämjö, Ramdala, Fågelmara.

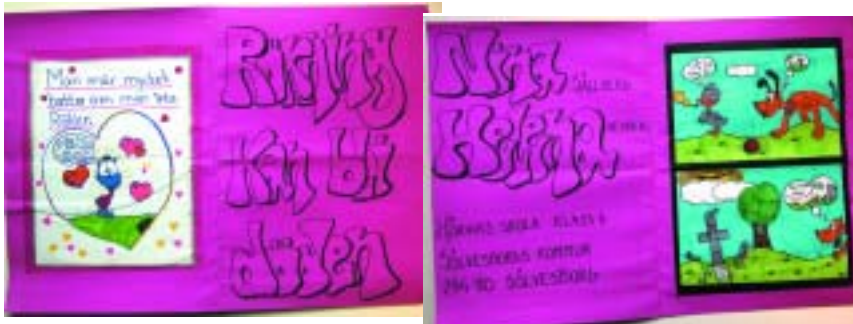
Olofström: Brännaregårdsskolan, Kyrkhult.

Ronneby: Snäckeback, Slättagårds, Kallinge, Hobyskolan. Sölvesborg: Bokelundsskolan, Mjällby, Møllebacksskolan.

Här några exempel på hur några kloka barn i Blekinge ser på rökning.



Röka är farligt tycker Frida Nilsson också i klass 6 i Hörviks skola.



Rökning kan bli döden, det är temat i samarbetet mellan Nina Sällberg och Helena Hedberg i Hörviks skola i Sölvesborg.



Börja aldrig Röka! det tycker Isabella Borgström också i klass 6 i Hörviks skola.



En mera aggressiv metod, tycker Charlotte Persson i Hörviks skola att man skall använda när man skall hjälpa någon att sluta.

Röknings skadar hälsan och av teckningen att döma även delar av fågellivet, tycker Johannes i Hörviks skola.



O, ljuva ungdom!

Tankar av REMS

Du, som nu är en så ung och frisk, och tar det tuffa för givet, är det värt, att du tar en risk, att med rök förkorta livet?

För det är ju ej utan besvär. Vet du vad tilltaget kostar, när hälsan inte längre är, för att en sjuk lunga hostar?

Om du trots allt tobaken tar, så skyll aldrig på otur. Det enda livet som du har, går aldrig nånsin i retur.

Ingen annan ditt ansvar tar. Du har en egen fri vilja, som alla andra unga har, som på sjukt och friskt kan skilja.

Så därför är det djupt allvar, att själv tänka på att njuta av sånt som ingen skada har. Det måste du själv besluta.

Ebon Stranneby

Vi tackar för donationer och gåvor

VISIR är för sin verksamhet beroende av bidrag som flyter in. Det är medlemsavgifter som betyder mest, men även frivilliga gåvor som skickas in, ofta som en liten förstärkning av den årliga medlemsavgiften.

Någon gång kan en större gåva komma in. Genom testamente har vi i år fått del av ett arv efter makarna Solveig och Gösta Nylander. Det är hustrun Solveig som har förordnat att av hennes andel ska Riksförbundet VISIR och stiftelsen En rökfri generation vardera erhålla ett betydande belopp, lika stort för båda organisationerna.

Makarna Nylander var bosatta i Järfälla. Solveig har i sitt yrkesliv arbetat på bank, medan maken Gösta har arbetat på kontor.

Solveig Nylander har arbetat aktivt inom VISIR, främst under 70-talet men även in på 80-talet. Hon var med som en av de mest aktiva i styrelsen för VISIR:s Stockholmsförening. De som var med då minns henne som en gladlynt och vänlig person, alltid välinformerad inom vårt område. Maken Gösta kom ibland med henne på årsmöten eller Luciafester och liknande.

VISIR är naturligtvis mycket tacksamma för alla bidrag som kommer oss till del, stora som små. De hjälper oss att arbeta vidare för vårt mål, ett rökfritt samhälle. Vi känner en djup tacksamhet mot Solveig Nylander för att hon tänkte på VISIR in i det sista.

Arne Stråby

Nätverket för Tobaksprevention

VISIR, tfn 08-591 28 211,

E-post: visir@telia.com www.visir.a.se

Cancerfonden, tfn 08-744 10 00,

www.cancerfonden.se

Hjärt-Lungfonden, tfn 08-566 242 00,

www.hjart-lungfonden.se

En Rökfri Generation, tfn 08-10 93 00,

www.nonsmoking.se

Läkare **mot tobak**, tfn 08-677 10 90

Lärare mot tobak, tfn 08-677 10 90,

www.teachersagainsttobacco.org

Sjuksköterskor mot tobak, tfn 08-677 10 90

Stiftelsen Laryngfonden, tfn 08-655 40 01

Farmaci mot tobak, tfn 08-677 10 90

Extra förbunds möte i Stockholm

Ett trettiotal medlemmar hade samlats till det extra förbunds mötet och ordförande-kontaktmannakonferansen den 21 och 22 maj i Hälsan Hus.

Mötet var givande tyckte alla efter avslutning på söndags-eftermiddagen.

Stadgarna gicks igenom och några viktigt ändringar gjordes med god hjälp av mötets ordförande Gunnar Edgren.

Andra dagen fick alla närvarande information om rökfria serveringar av VISIR's vice ordförande Göran Löfroth. Dessutom behandlades föreningsverksamheten och VISIR's framtid.

Föreningens ordförande Bengt Rosengren skisserade de punkter för vår framtid som behandlas på sidan 2 . Mötet såg också dessa som viktiga och motiverande för vårt fortsatta arbete."



Valentin Sevéus, legendarisk VISIR'are i Stockholm lusläste stadgarna och kom med många fina synpunkter till ändringar.



Som vanligt hade flickorna på kansliet **Ulla Palmgren och Ragnhild Berglund** gjort ett fantastiskt jobb. Under två dagar flöt programmet fram utan det minsta hinder. Enda smolket i bågaren skulle vara att Ragnhild bara har ett år kvar på kansliet, pensionen väntar.



Siv Malmberg från Svedala kommer att kolla in restaurangerna i Malmö den 1 juni. Hon har också medverkat på Hälsotorget i Malmö där VISIR hade en framträdande roll.

VISIR-kollegan **Eivor Svenonius Kinnander** pratade lite grann om hur viktigt det var att ta kontakt med rökare. En enkel fråga: Har du funderat på att sluta? Kan leda till att den tillfrågade faktiskt slutar. Eivor kommer att fortsätta jobba för att foster och barn inte utsätts för tobaksrök eller för den delen snusande föräldrar. Det finns barn som var nikotinförgiftade redan som foster.

Claes Lindemark berättade vad man gör i VISIR Blekinge med teckningstävling för årsklasser 6. Han lovordade speciellt **Harry Moscan** i Karlshamn som trots sin höga ålder fortfarande kommer att vara med på ett hörn den 1 september i Karlshamn då 2-3000 människor får ta del av VISIR's budskap om rökfritt.



Vill du ha hjälp med att sluta röka?
Bo Hyttner från VISIR Stockholm har arbetat fram ett enkelt koncept som han delar ut till rökare var han än är. En del av innehållet redovisas här:

- funderar du på att sluta men vet inte hur?

- har du försökt tidigare men misslyckats?

- har du redan slutat men mår dåligt?

- eller är det något annat du funderar på kring ditt rökstopp?

Då skall du kontakta Sluta-Röka-Linjen ring 020-84 00 00 mån-tor 9-20.00 fre 9-16.00.



Bo Helligren, VISIR Stockholm pratade under en paus med ordförande Bengt Rosengren.

Bo tyckte att VISIR skulle ta vara på FIMPA-kampanjer som Aftonbladet och Hem och Skola driver. Hemsidan borde också utvecklas med funktioner riktade till barn och ungdom.- Kanske i en modern form där ungdomarna får ett diplom mot att dom lovar att inte börja röka, sade Bo.

Skurt filmerna har nu sålts i närmare 400 stycken meddelade Sven Kinnander från VISIR Malmö som grundade ett mycket bra citat, **“rökare är också människor men inte riktigt lika länge”.**

Efter 1 juni 2001

Mat och dryck utan tobaksrök

Den 1 juni sällar sig Sverige till den ökande skaran av länder som inför rökfritt på restauranger och andra serveringsställen. Det har varit en lång kamp, först mot okunskap om rökningens och den passiva rökningens hälsoeffekter och senare mot partsintressen såsom tobaksbolagen och deras mer eller mindre synliga medhjälpare.

Redan för drygt 30 år sedan var en av VISIRs viktigaste mottoen att ingen skulle utsättas för passiv rökning mot sin vilja och detta blir alltså mer och mer verklighet. Det finns många aktörer i det tobakspreventiva arbetet och det är deras sammanlagda effekt som ger resultat.

Det grundläggande skälet till rökförbudet på serveringsställen är att skydda personalen för passiv rökning i likhet med vad som gällt flera år för arbetstagare på andra arbetsplatser.

Rökförbudet gäller alla serveringar och omfattar förutom hela serveringslokalen även alla andra utrymmen som gästerna har tillträde till som entréer, trappor, hissar, toaletter, dansgolv m.m.

Uteserveringar

Det är inte rökförbud på verkliga uteserveringar där vind och väder är som på gatan, men det kan uppstå meningsmotsättningar om vad som är en uteservering.

Grundläggande här är även att personalen inte skall utsättas för passiv rökning. Det är kommunen som i sista hand avgör om en servering är en väl luftad uteservering. Göteborgs stad har som anvisning att om 50 % eller mer av den totala tak- och väggytan (exkl. väggytan mot serveringens innedel) är tillsluten så är serveringen en inneservering där rökför-

bud alltså råder. – Om fönstren i inneserveringen är öppna mot uteserveringen så måste givetvis uteserveringen var rökfri eftersom tobaksrök annars kan komma in i den inre serveringslokalen.

Rökrum

Restaurangägare har möjlighet, men ingen skyldighet, att inrätta ett speciellt rökrum. Detta måste vara så utformat och ventilerat att tobaksröken inte kommer ut till andra delar av serveringsstället. I ett sådant rökrum får inte servering ske och där får varken ätas eller drickas. En gäst kan t.ex. inte ta med sig sitt ölglas till rökrummet. Personalen skall i största möjliga utsträckning inte behöva gå in i rökrummet när det finns tobaksrök i luften. Det finns anvisningar om det eventuella rökrummets storlek.

Tillsyn

Det är i första hand ägaren eller dennes ställföreträdare som är ansvarig för att rökförbudet upprätthålls. Om en gäst trotsar förbudet bör vederbörande upplysas om att rökförbud gäller och om gästen trots detta envisas med att röka så kan han eller hon avvisas från lokalen. Om det blir bråk bör ordningsvakt eller polis tillkallas.

Den offentliga tillsynen på lokal nivå skall utföras av kommunen med den nämnd som kommunen beslutat.

Om en ägare till ett serveringsställe inte upprätthåller rökförbudet kan vederbörande i första hand få ett föreläggande från kommunen och om detta inte hjälper så kan kommunen besluta om vite.

Göran Löfroth

Nätverksträff i Östersund

Nätverket för tobaksprevention hade möte 16-17 mars i Östersund. De drygt 30 deltagarna var de tobaksansvariga i landstingen, representanter från frivilligorganisationer och givetvis tobakskunniga från Folkhälsoinstitutet.

Nätverket har egentligen möte endast en gång om året, men detta möte var ett extra möte med anledning av att vi i Sverige får rökfritt på alla serveringsställen. Det var ett intensivt program från onsdag lunch genom eftermiddagen och kvällspass och hela torsdagen fram till och med sen eftermiddag.

Mötet började med att varje deltagare hade högst en minut, 60 sekunder, på sig att berätta något som vederbörande var stolt över eller glad för ha gjort i tobaksarbetet. Bl.a. annat en liten övning i att fatta sig kort.

Paul Nordgen och Seppo Wickholm informerade om läget för snus. IARC, Världshälsoorganisationens cancerorganisation, kommer under senhösten ut med en monografi om snus. Enligt vid mötet tillgängliga uppgifter kommer man där att fortfarande ange att snus är cancerframkallande (munhåla och bukspottskörteln). Paul Nordgren framhöll att snusstart i mycket unga år är en relativt ny företeelse och resultatet av framtida epidemiologiska undersökningar med nödvändighet inte kan komma förrän om 20-30 år när exponeringstiden blivit tillräckligt lång.

Vi fick en omfattande genomgång av lagens bokstav och tillämpningar av rökfria serveringar. (Se särskild artikel i detta nummer.)

Sista delen av mötet ägnades åt massmedia. Journalisten och högskoleläraren Lars Killander gav en grundlig exposé av hur massmedia arbetar. I grupparbeten fick vi sedan formulera en "nyhet" rörande rökfria serveringar och vart den skulle riktas och vara beredd på snärjande frågor. Frågorna kom från Lars Killander när grupprepresentanten stod framför videokameran. Det var en lyckad praktisk och mycket lärorik övning. Det gällde återigen att fatta sig kort och säga det mest väsentliga.

Mötet var också upptaget av den eventuella utflyttningen av Folkhälsoinstitutet till Östersund (som nu verkar vara definitivt bestämd). Vi ventilerade också farhågorna för ytterligare minskat centralt nationellt stöd för det tobakspreventiva arbetet som kan ge negativa verkningar på det regionala och lokala arbetet och på frivilligorganisationernas insatser.

Göran Löfroth

Vad kan vi göra?

Vi - VISIR-medlemmar och läsare av VISIR Aktuell bör känna till bestämmelserna om rökförbudet på serveringsställen så att vi inte svävar på målet om vi får frågor om det eller känner oss föranlåtna

att bedriva upplysningsverksamhet. Det finns flera ställen på webben med information i olika former (se ruta).

Om vi kommer i kontakt med serveringsställen där rökförbudet inte upprätthålls bör vi i första hand tala med ägaren och personalen. Om detta inte fungerar kan vi kontakta den kommunala myndighet som har tillsyn av rökförbudet. Vilken kommunal nämnd som har detta ansvar i alla Sveriges kommuner finns listat på Folkhälsoinstitutets hemsida under Rökfria serveringar 1 juni 2005, Tobakstillsyn i kommunerna. Om du inte har möjlighet att hitta detta så kan VISIRs kansli hjälpa till.

Du kan också senare bidra till att VISIR kan redogöra för sin insats om rökfria serveringar genom att e-posta, skriva eller ringa till kansliet och berätta om erfarenheter in din kommun.

Låt oss alla bidra till att rökförbudet blir en succé som förbättrar personalens hälsa och som för de allra flesta av oss andra ger angenämare restaurangbesök och som kanske också hjälper flera rökare att sluta röka.

Göran Löfroth
 (som också kan svara på frågor om rökförbudet: tel 08 733 17 03 och 070 525 69 69)

www.fhi.se - gå till Rökfria serveringar 1 juni 2005
www.rokfrikrog.se
www.tobaksfakta.org

SLUTA-RÖKA-LINJEN



RING 020-84 00 00

Cancerfonden, Folkhälsoinstitutet, Hjärt-Lungfonden, Apoteket AB och Centrum för Tobaksprevention

Journalistpris till Carl-Olof Rydén

Svenska Läkaresällskapet har utsett Carl-Olof Rydén, webbredaktör för www.tobaksfakta.org till mottagare av Söderbergiska journalistpriset i medicin för 2005.

Rydén får priset för "en journalistisk pionjärinsats på ett för folkhälsan centralt område där ett nytt medium använts på ett optimalt sätt för att nå många olika målgrupper med hälsobudskap och ständigt aktuell information. Gärningen karaktäriseras av stor yrkesskicklighet, uthållighet och outsinligt entusiasm".

Priset, som är på 150.000 kronor, delas ut i medicin vart fjärde år av Torsten och Ragnar Söderbergs stiftelser i samarbete med Svenska Läkaresällskapet. Prisutdelning sker i höst vid ett symposium om medicinsk journalistik.

Carl-Olof Rydén har en lång yrkesverksamhet bakom sig innan han kom in på det medicinjournalistiska området och den pionjärinsats som nu belönas. Han var journalist på Aftonbladet i många år och också dess korrespondent i USA och Frankrike. Hans engagemang omfattade också ordförandeskap i tidningens journalistklubb. Efter en sejour som chefredaktör på Norrländska Socialdemokraten kom han i början av 90-talet i kontakt med Cancerfonden.

Här började en nu femtonårig verksamhet som kombinerar gedigen journalistik med medicinsk information i många former: artiklar i fondens tidning Rädsla livet, underlag till hälsopolitiska debattartiklar, folkbildande tolkning av forskningsresultat, inläggande personreportage, rådgivande i hälsokampanjer – allt med saklig balansering, kunskap och bildning.

År 1997 startade han informationssajten www.tobaksfakta.org som under hans ledning vuxit till den största svenska informationskällan om tobak och tobaksfrågans alla aspekter. Genom bokstavligen dagligt arbete "bakom kulisserna" bevakar han tobaks



frågan nationellt och internationellt. Flera gånger per vecka lägger han ut nyhetsreportage till f n 1 600 prenumeranters fromma.

Antalet besökare på sajten varierar mellan 11 000 och 14 000 per vecka med "all time high" nästan

20 000 i december 2004 i anslutning till att facktidskriften PC FÖR ALLA utnämnde Tobaksfakta till "Månadens sajt". Sajten har utvecklats av det framgångsrika IT-företaget Framehouse i Östersund och finansieras av Statens folkhälsoinstitut, Cancerfonden och Läkare mot Tobak.

Besökare på hemsidan kommer från hälso- och sjukvården i stort, skola och skolhälsovård, kommunal ungdomsverksamhet, mediavärlden och inte minst privatpersoner som söker information och stöd i sina försök att sluta röka. Carl-Olof Rydén har därför varit mån om att sådana interaktiva, stödjande inlägg ska finnas på Tobaksfakta.

I den långsiktiga, breda och förebyggande strategin för att minska tobaksbruket intar information, utbildning och opinionsbildning en central roll.

www.tobaksfakta.org har genom Rydéns försorg blivit ett omistligt stöd för alla engagerade i detta arbete.

Ju mer dina sparpengar växer, desto mer hjälp hamnar i andras fickor.



När du sparar i Humanfonden går varje år 2% av din förmögenhet till Riksförbundet VISIRs livsviktiga arbete, och 98% till dig. Vi försöker naturligtvis få dina pengar att växa så mycket som möjligt för att Humanfonden ska vara en bra affär för dig, men också för att så mycket hjälp som möjligt ska hamna i andras fickor.

Hittills har Humanfondens kunder bidragit med nästan 400 miljoner till ideella organisationer. Nu hoppas vi innerligt att Humanfonden får massor av nya sparare, att värdeutvecklingen blir minst lika bra som tidigare och att vi kan förmedla 400 miljoner till. Minst.

HUMANFONDEN I SAMARBETE MED VISIR

BANCO

TEL 0200-23 00 40 • WWW.BANCO.SE

KONTAKTA BANCO FÖR RÅDGIVNING, INFORMATIONSBROSCHYR OCH FAKTABLAD. AKTIEMARKNADEN GÅR UPP OCH NER OCH VÄRDET PÅ ETT FONDINNEHAV KAN DÄRFÖR UNDERSKRIDA DET INSATTA BELOPPET. HISTORISK AVKASTNING ÄR INGEN GARANTI FÖR FRAMTIDA AVKASTNING.

Rökning nu största orsaken till plötslig spädbarnsdöd

Antalet fall av plötslig spädbarnsdöd har minskat i en rad västländer de senaste tio-tolv åren. I Sverige inträffade årligen över 100 dödsfall av det slaget under 1980-talet mot endast 20 år 2002. Minskningen är ett resultat av upplysningskampanjer om nyttan av att låta barnen sova på rygg i stället för på magen. En sådan kampanj inleddes i Sverige 1992. Sedan kampanjerna fått sitt stora genomslag är mödrarnas rökning den klart dominerande orsaken till plötslig spädbarnsdöd.

- Om inte en enda mamma rökte skulle vi uppnå en nollvision när det gäller plötslig spädbarnsdöd, med undantag för enstaka fall på grund av någon djupare sjukdomsorsak, säger barnläkaren och professorn Hugo Lagercrantz vid Astrid Lindgrens barnsjukhus i Solna till Tobaksfakta.

- I de fall som jag känner till, har mamman rökt, eller snusat. Professor Lagercrantz konstaterar att dödsfallen började **minocksåska** i Sverige redan från 1993/1994.

I Colorado har ett forskarlag med hjälp av delstatens födelseregister granskat drygt 480 000 barn som föddes med normal födelsevikt åren 1989-1998. Registret innehåller uppgifter om mödrarnas rökning under graviditeten, även hur många cigaretter de rökt per dag. Forskarna har jämfört med dödsorsaksregistret och analyserat dödsfallen. Det inträffade 598 fall av plötslig spädbarnsdöd under perioden. 172 var barn som exponerats för cigaretrök. 100 av dessa fall kan knytas till rökningen.

Syftet med studien var att jämföra dödsorsakerna före och under den fortskridande amerikanska kampanjen för att låta spädbarnen sova på rygg.

Forskarnas slutsats blev att risken för plötslig spädbarnsdöd fördubblas för barn som i moderlivet utsätts för tobaksrök och att rökning efter kampanjen om ryggläge för spädbarnen kvarstår som den utan jämförelse ledande orsaken till dessa dödsfall. Under studiens sista år kunde 80 procent av fallen av plötslig spädbarnsdöd knytas till rökning.

Mammas rökning kan ge barnet cancer

Nya forskningsresultat stärker misstankarna om att rökning under graviditet kan öka risken för vissa former av barncancer. I en svensk-amerikansk studie undersöktes sambanden mellan mammas rökning när hon var gravid och risken för leukemi respektive lymfkörtelcancer hos barnet.

- Det här är viktig forskning eftersom det handlar om att kartlägga farorna för en oskyddad individ som ofrivilligt utsätts för cancerframkallande ämnen från tobaksrök, säger professor Sven Cnattingius vid Institutionen för medicinsk epidemiologi och biostatistik, Karolinska Institutet i Solna.

Källa till alla uppgifter:
www.tobaksfakta.org

Skador av tobaksrök och snus.

Nu utsätts restaurangpersonalen inte längre för tobaksrök. Men hur är det för foster och barn, våra minsta och känsligaste individer.





Värst utsatta för passiv rökning är fostren och de små barnen om modern röker eller snusar. Hur skall vi kunna hjälpa dem? Jo, genom att erbjuda tobaksavvänjning för gravida och småbarnföräldrar. Det är en viktig uppgift för oss att få gehör för detta buskap.

Skriv insändare i pressen, kontakt politiker och makthavare. Hävda foster och barns rättigheter att få växa upp utan tobaksskador och t o m risk för spädbarnsdöd. **Eivor Svenonius Kinnander barnläkare och f. d. överläkare vid UMAS, Malmö.**

Lösningen till korsord 2 från nr feb 2005.

LEGET	SNÖ	SOÖ-KÄMB	GEN-ÅR EN BARNEN	R	HÖRK TID	YDA	AIR CONDIT- TION	ADRESS NÖRT	KOL
SNÖ	MÅNGA I SLÅTT- TRÄD	G	R	E	N	A	NED- ÅR FÖR HET	A	C
FINNS I LINDA	SYRE	KAN LIFT UREA I KÖRST	STÖT PAROCH	P	A	R	A	D	SNÖ
L	O	B	DÖRN- STADEN	KA- HÄLLAR	T	DEMYND BUTIK	P	R	O
SOFF- DYNA	ROSTHÄLT	L	U	F	T	FRI FRÅN ANSVAR NÖRT	A	ÄR VÄRRE I	C
P	L	Y	M	Å	EDERA	U	T	G	E
SÖT	F	A	G	E	R	FRÄNSE FÖT	P	I	E
ÄR SÄLLAN RÖKTA I NY	G	R	Å	ÄR BÄR NED BLAD OCH KÖRST	ENSAM- ÅRSTÄLL	A	GENAST SVARADES	N	U
IN I HÅNDA	F	Å	HÄLA BÄRST I ÅREN	ÅRST	O	S	CHALLISK HUSK LURAN- ÅRSTÄLL	S	I
LITEN FÄRRE SOFT HÅLLAR, BARN ATT SLIPPA RÖKNING	GÖRRA	F	R	I	S	K	A	STRAND- FÄRRE	
KÄR VÄREN	S	L	U	N	G	O	R	VÄRRE VID VATTEN	A
UPP- DEN NED- VÄND	K	A	P	S	E	J	S	A	D
FRÖNDE STÄTAR	U	S	A	L	E	T	TON	L	A
U	R	S	E	D	SÄRER BILLIGT	R	E	A	R
SÄLLAN VÄRRE I NY	T	E	V	E	ÄR VISSA ÖRST	I	N	R	E

VISIR's 3:de korsord!

STRIMMA PÅ NOGGEN DOR		BÖRJA	GÅGATA	ÄR VISSA RYKTEN	GÖR MÖNSTER PÅ RUTAN	VIKT	TÄGIT SLUT TRI		ROMERSK FEMMA MED BÄLL I		SKAPAR- GLÄDJE
JOBBAR MED LJUS											
SÄGER VISIR DEN 1/6!									IBLAND I ADRESS		
STEL						HÄR ÄTT KÄNT INFERNO TILS					
											ENGELSKT VÄRDE- HUS
SÄGS ALLA GÅTILL KOPT	FÖRDEL I							FINNS AV TORN- TYP	MOVERN TEKNIK VÄR- BÖJDE		
				KÖKS- LJUKT			DRÖGGE (JOURNA- LIST)				
KAN MAN SLÅ	GROV LITRA		"ANDE- MÖTE"	FOTAV- RYKENDEN							FEM
FIKA- STÄLLE		DUSS FÖRAN FÖR HUSSTAG VÄR TILL FÖRTEN					DERRENAS ÖFTA TILL FISK	SÄJES ANDERSJENS INITIALER			ÖKAD
				HAR TUPPEN ÖGON I SÄNGEN	&		LOCKA			STORA PÅ EAKTAN ÄR NOG REFÄRD	
GAV NAMN ÄI NIKOTIN					-						SÄLLEN
PRIVATA					HUNDRA KILO STOR SÄL			TÖRE SPS OCH REV			
HAT- STÄLLE											!
			HALS- TABLETT						FÖLJER SEGER		KOTT-TRÄD
			GENOM HEN						SUK FISK		
			LÄGGA PÅ FLÄ				FÖRST		IANS SÄMÅ PARTI		

Nästa nr av VISIR Aktuellt som är ett dubbelnummer kommer i november. Välkommen med dina bidrag före 1 oktober.

Det är Leili Hägg, bosatt i Märsta, som har konstruerat även detta korsordet för VISIR's läsare. Håll till godo.

Vi säger tack Leila!
Lösning nr 3 publiceras i nästa nummer av VISIR Aktuellt.



Riksförbundet VISIR
Hälsans Hus
Fjällgatan 23A
116 28 Stockholm

Hon jobbar rökfritt efter 1 juni

Ester vinbar och matsal är en populär krog i Kungsbäcka. Lokalen blir rökfri i sommar!

Under många år har en humör fylld med cigarrer och en bekväm soffgrupp till för rökare funnit innanför dörren. Nu är den sagan slut. Och endast i baren höll rökarna till.

Ester är förutom maten mest känd för att en älg hoppade in, förra året, genom ett av restaurangens fönster och skrämde gästerna. Älgen tog samma väg ut och klarade sig utan skador.

-Vi har valt att vänta med att införa rökfritt tills lagen träder i kraft, säger Pernilla Boström, en av ägarna. Förmodligen blir det ingen speciell rökavdelning med fläkt.

Pernilla var gravid när bilden togs och hon fick sitt första barn i december 2004. Hanna som nu är 6 månader.

- Jag är medveten om att jag är en passiv rökare, med arbetet jag har, men på somrarna har vi haft veranda och då vistades jag mest där.

Varken Pernilla eller hennes man

har varit rökare.

- Jag har inte fått någon som helst information eller varning av barnmorskan om att det är farligt för mig och mitt barn att vistas i rökiga miljöer, men jag har tänkt mycket på det själv.

På följande ställen i Kungsbäcka kommun erbjuds du redan nu en helt rökfri miljö.

- Anderssons gård
- Pensionat Frillesberg
- Beach Inn
- Pressbyrån
- Bärnarps Konditori - Kullavik & Billdal
- Restaurang Halland
- Café Solo
- Restaurang Lindälvs
- Café Trubaduren
- Restaurang på ängen
- Fjärås Fritidscenter
- Restaurang Varla
- Gottskär Kurs & Konferens
- Siam Take Away
- Kaffeteket
- Sjögårde Golfrestaurang
- Kuggaviksgården
- Skårs Gård
- Kungspizzan & Patentgodis
- Stoppet
- Lissgården
- Stättarens Gård
- Majgården i Kungsbäcka
- Särö Gästgiveri & Golfrestaurang

- Mhenam Taikök
- Vällersvik Konferens & Semestercenter

Om du söker rökfria restauranger inom din egen kommun på internet, står detta förmodligen under livsmedel eftersom tobak fortfarande klassas som livsmedel (?).

Kjell Hedlund



Pernilla Boström, krögare i Kungsbäcka, är medveten om att hon (och barnet) är/var passiva rökare.

Riksförbundet VISIR (Vi Som Inte Röker) är en ideell förening, politiskt och religiöst fristående, som är helt beroende av medlemmarnas stöd. VISIR arbetar för fler rökfria miljöer och för att ingen mot sin vilja ska utsättas för tobaksrök. Tillsammans med sina läns- och lokalföreningar bedriver VISIR ett informations- och opinionsbildande arbete runt om i landet.

BLI MEDLEM NU! Årsavgift, som inkluderar 4 nr av VISIR Aktuellt, huvudmedlem 150 kr, familjemedlem 30 kr, ungdom upp till 25 år 50 kr, skolor och organisationer 300 kr. Postgiro 60 94 07-2.

Adress: VISIR, Hälsans Hus, Fjällgatan 23 A, 116 28 Stockholm.

Tel 08-591 282 11, E-post:visir@telia.com Hemsida: www.visir.a.se