



## VAD ÄR EN VAPE?

En vape är en batteridriv-  
en elektronisk cigarett. Det  
finns både som påfyllnings-  
bara och engångsvarianter.



Vapes finns i alla tänkbara former och i en mängd olika smaker. Ofta kan vape framstå som mindre skadliga eller rent av hälsosamma att använda när de jämförs med tobakscigaretter. Detta stämmer dock inte då de är starkt beroendeframkallande, bland annat på grund av sin nikotinhalt.

Forskning visar på att användandet av vape ofta leder till samma hälsoproblem som tobakscigaretter. Dessutom är unga extra känsliga för nikotin eftersom hjärnan fortfarande utvecklas fram till och med 25-års åldern.

Från början togs vapes fram för att underlätta rökavvänjning. Forskning visar dock på att det leder inte till avvänjning utan oftare fungerar som en inkörsport för ungdomar till cigarettrökning.

Generellt sett motsvarar 1 st vape  
cirka 2-3 st paket cigaretter.

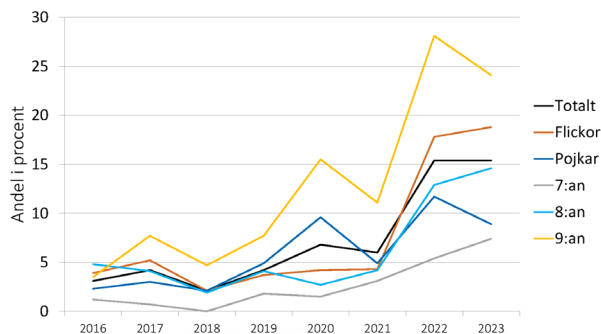
## HUR SER DET UT I HÖRBY?

Användningen av vape ökar globalt och det är framför allt unga som använder det. Årligen genomför Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN) en skolundersökning nationellt för årskurs 9 samt år 2 på gymnasiet.

Hörby kommun genomför, som en del av det drogforebyggande arbetet, varje år en drogvaneundersökning bland kommunens högstadiel elever.

Tyvärn visar siffror från båda undersökningarna att användandet av vape ligger på höga nivåer. I Hörby ser vi att siffrorna för årskurs 7 är stigande och kommunen har därför påbörjat ett förebyggande arbete.

Elevhälsan tillsammans med Aktivitetshuset gör klassrumsbesök för att prata om nikotin och dess hälsoeffekter. Detta för att ge barnen kunskap för att kunna ta medvetna beslut när de kommer i kontakt med eller blir erbjudna nikotinprodukter.



2016-2019: Andel som svarat "Ja, ibland (tex feströker), Ja, nästan varje dag eller "Ja, varje dag" på frågan "Röker du cigarett". Övriga alternativ "Nej, har aldrig rök", "Nej, har bara provat", och "Nej, har rök men har slutat".

2020-: Andel som svarat "Ja, flera gånger på frågan: "Har du använt e-cig (elektronisk cigarett) någon gång?" Övrigt alternativ: "Nej" eller "Ja en gång".



## VAD SÄGER LAGEN?

Lagen kring tobak och liknande produkter är utformad för att begränsa hälsoriskerna och utsläppen från dessa produkter. Den är även utformad för att värna om våra barn och ungdomar.

Därför:

... måste man vara 18 år för att köpa både vape och påfyllningsbehållare. Det är säljarens skyldighet att säkerställa att köparen är 18 år eller äldre.

... är det förbjudet att använda vape i rökfria miljöer, både inomhus och utomhus. Enligt lag räknas användandet av vape som rökning.

... är det förbjudet att marknadsföra vapes på internet och i sociala medier för att locka personer under 25 år. Övrig marknadsföring är starkt reglerad.



## VAD KAN DU GÖRA SOM FÖRÄLDER?

Som förälder är det viktigt att hålla dialogen vid liv kring tobak, som kring så mycket annat.

Dialogen bör vara öppen där du som förälder får möjlighet att verkligen lyssna in ditt barns tankar kring rökning. Den bör även ge dig möjlighet att vara tydlig till varför du inte vill att ditt barn ska röka.

Gruppträck är den största anledningen till att unga börjar att röka. Studier visar att det blir lättare för ungdomen att motstå gruppträck om den har ett tydligt förbud från sina föräldrar.

Källor: Hjärt-Lungfonden / Konsumentverket  
Folkhälsomyndigheten / Nonsmoking.se  
Tobaksfakta.se

Framtagen av Aktivitetshuset och Elevhälsan i  
Hörby kommun. Uppdaterad 2024



**HÖRBY**  
KOMMUN