



Statens
folkhälsoinstitut

Vattenpipa – rök utan risk?

Hälsoeffekter, vanor, attityder och tillsyn

Vattenpipa – rök utan risk?

Hälsoeffekter, vanor, attityder och tillsyn

© STATENS FOLKHÄLSOINSTITUT, ÖSTERSUND 2010, R 2010:22

ISSN: 1651-8624

ISBN: 978-91-7257-733-6

OMSLAGSFOTO: SCANPIX/JUAN CARLOS MUÑOZ

FOTO INLAGA: S. 10 BILDARKIVET.SE, S. 16 PHOTOS.COM, S. 20 BILDARKIVET/

T. ANDERSSON, S. 24 PHOTOALTO, S. 28 BILDARKIVET/AUGUST ÅBERG,

S. 34 JOHNÉR/JONAS INGERSTEDT, S.40 BILDARKIVET/LEIF JOHANSSON,

S. 45 JOHNÉR/PETER CARLSSON, S. 50 NETTAN OLIV, S. 57 SCANPIX/TRONS

GRAFISK PRODUKTION OCH ILLUSTRERING: AB TYPOFORM

TRYCK: EDITA, 2010

Innehåll

5	Förord	
6	Sammanfattning	
8	Summary	
11	Inledning	
12	Historia	
13	Vattenpipan och dess användning	
	Vattenpipan	13
	Tobaken	14
	Rökmassa och andra substanser till vattenpipa	15
	Tillbehör till vattenpipa	16
17	Hälsoeffekter av vattenpipsrökning	
	Myter om vattenpipsrökning	17
	Skadliga ämnen och partiklar i rök från vattenpipa	18
	Passiv vattenpipsrökning	22
	Sjukdomar	23
	Sammanfattning av hälsoeffekter av vattenpipsrökning	26
27	Vattenpipsbruk och dess utbredning	
	Bruk i andra länder	27
	Bruk i Sverige	29
	Vattenpipsrökning bland ungdomar	31
	Vattenpipa som inkörsport till cigarettrökning	36
	Sammanfattning av vattenpipsbruk och dess utbredning	37
39	Attityder till vattenpipsrökning	
	Vattenpipsrökningens sociala funktion	39
	Rökens farlighet	42
	Om beroendet	43
	Vuxnas attityder till ungdomars vattenpipsrökning	46
	Framtiden för vattenpipsrökning	46
	Sammanfattning av attityder till vattenpipsrökning	47

49	Regler för vattenpipstobak	
	Varningstexter och förpackningar	49
	Marknadsföring	51
	Skatt på tobak till vattenpipa	51
	Försäljning av vattenpipstobak	52
	Sammanfattning av regler för vattenpipstobak	53
54	Sammanfattande slutsatser och diskussion	
	Minska tobaksbruket	54
	Rök med risk	55
	Social aktivitet	55
	Tillsyn och lagstiftning	56
	Vattenpipsrökningens framtid	57
58	Referenser	
63	Bilaga 1. Metod attitydundersökning	
66	Bilaga 2. Informationsblad	
67	Bilaga 3. Samtycke – Intyg	
68	Bilaga 4. Bakgrundsformulär	
69	Bilaga 5. Samtalsöversikt	
71	Tack till personer och organisationer	

Förord

VI HAR UNDER de senaste åren sett en ny trend i Sverige med en ökad användning av vattenpipa. Så många som var tredje pojke och var fjärde flicka i årskurs 9 och ännu fler på gymnasiet har rökt vattenpipa.

Flera av de styrdokument som finns för det tobaksförebyggande arbetet på nationell nivå innefattar all form av tobak, såsom *tobakslagen*, *tobakskonvention* och de *nationella delmålen*. Detta eftersom all tobak som cigaretter, snus och vattenpips-tobak skadar hälsan. Om vi ska lyckas med riksdagens delmål – att halvera antalet ungdomar under 18 år som börjar röka eller snusa, och halvera andelen rökare bland de som röker mest – är det betydelsefullt att vi arbetar för att också minska alla former av tobak i samhället. I viss mån kan särskilt anpassade insatser mot vattenpipsrökning krävas, men framför allt är det de övergripande åtgärderna mot allt tobaksbruk som ger effekt. Dessa åtgärder gäller prissättning, att påverka den sociala acceptansen och att minska tillgängligheten.

En anledning till varför så många ungdomar röker vattenpipa är framför allt att det finns en okunskap bland både vuxna och ungdomar om hur farlig vattenpipsrökning är. Det är därför viktigt att kunskapen om vattenpipsrökning och dess hälsorisker ökar bland aktörer på nationell, regional och lokal nivå, såväl inom det hälsofrämjande och förebyggande arbetet som inom tillsynsverksamheterna.

Vår förhoppning är att denna rapport ska bidra till att lyfta problematiken kring vattenpipsrökning och ge en ökad kunskap om detsamma samt utgöra ett stöd för att prioritera frågan inom det tobaksförebyggande arbetet.

Skribent har varit Natasha Anderberg, Tobakspreventiva enheten, Universitets-sjukhuset Örebro, i samråd med Cecilia Birgersson, Statens folkhälsoinstitut. Folkhälsoinstitutet vill tacka Matz Larsson, Tobakspreventiva enheten, Universitets-sjukhuset Örebro, som genomfört den vetenskapliga granskningen av rapporten. Vi vill även tacka referensgruppen för värdefulla synpunkter, de presenteras utförligare på sidan 71.

Östersund, december 2010

Sarah Wamala

Generaldirektör

Statens folkhälsoinstitut

Sammanfattning

TOBAKSBRUK ORSAKAR SKADOR, sjukdomar och ett livslångt beroende. Rökning med vattenpipa har funnits i många österländska och afrikanska kulturer under flera århundraden, men har sedan 1990-talet spridit sig till västvärlden och under senare år även till Sverige. I Sverige har 27 procent (bland personer som är 15 år och äldre) provat att röka vattenpipa, ett sätt att röka som framför allt tycks attrahera ungdomar och unga vuxna. Var tredje pojke och var fjärde flicka i årskurs 9 har provat att röka vattenpipa och över 60 procent av ungdomarna i årskurs 2 på gymnasiet har rökt vattenpipa under 2009. Många har provat att röka mer än en gång och det är även vanligt med samband mellan vattenpipsrökning och användning av cigaretter, snus, alkohol och narkotika. Forskning tyder även på att det finns risk att vattenpipsrökning kan fungera som en inkörsport till rökning av cigaretter.

Vattenpipsrökning producerar stora volymer rök som innehåller giftiga ämnen och partiklar. Rök från vattenpipa innehåller bland annat nikotin som orsakar beroende, kolmonoxid som ökar risken för hjärt-kärlsjukdomar och tjära som innehåller många cancerframkallande ämnen. Röken från vattenpipa liknar cigaretrök, vilket gör att vattenpipsröken med stor sannolikhet orsakar liknande skador och sjukdomstillstånd som är vanligt förekommande vid cigaretrökning. I dag finns forskning som visar att vattenpipsrökning fördubblar risken för lungcancer, orsakar sjukdomar i andningsvägar samt ökar risken för svår tandlossning. Vattenpipsrökning skapar stora mängder och höga nivåer av skadliga partiklar i omgivande luft, vilket även bidrar till en stor risk för passiv rökning.

Samtal med ungdomar visar att vattenpipsrökning har en social funktion och att de flesta delar vattenpipa och röker i andras sällskap. Den sötade tobak som används smakar gott och är len, mild och lätt att inhalera. Ungdomarna upplever inte vattenpipsrökning som farligt eller tror att det kan leda till beroende. Vattenpipan inbjuder till lek och experiment, och förutom tobak används ibland även illegala droger som till exempel hasch och marijuana i vattenpipor.

Vattenpipstobak omfattas av såväl *tobakslagen* som *lagen om tobaksskatt* och därmed lagarnas föreskrifter om försäljning, förpackning, varningstexter och beskattning. Tobaken säljs i butiker, på marknader, via Internet och inhandlas vid utlandsresor, och är trots 18-årsgräns lättillgänglig för yngre ungdomar. Den vattenpipstobak som i dag finns till försäljning säljs till ett mycket lågt pris, saknar ofta varningstexter, har många gånger vilseledande information om innehåll och är förpackad så att den liknar ofarliga produkter som te, kaffe, tuggummi och godis. Förutom den sötade tobaken används även rökmassa utan tobak till vattenpipor. Rökmassan utan tobak omfattas inte av tobakslagen eftersom den inte innehåller tobak, men ska i normalfallet beskattas som röktobak enligt lagen om tobaksskatt.

Det låga priset på både vattenpipstobaken och rökmassan utan tobak gör att man kan dra slutsatsen att de sällan är beskattade. För att begränsa bruket av vattenpipa och tillgången på dess tobak i Sverige behövs ökad forskning och spridning av kunskap om vattenpipsrökning och dess hälsoeffekter till befolkningen. Det krävs också att olika myndigheter och organisationer samordnar sitt arbete, inte minst när det gäller lagar och tillsyn.

Summary

Waterpipes – smoking without risk?

Health effects, habits, attitudes and surveillance

THE USE OF TOBACCO causes injuries, illnesses and life-long addiction. Smoking waterpipes has been common in Eastern and African cultures for centuries, but has spread to the Western World since the 1990s, including Sweden in more recent years. 27 percent of Swedes, 15 years of age and older, have tested waterpipe smoking; a way of smoking that appears to attract adolescents and young adults in particular. One out of three boys and one out of four girls in grade 9 have tried smoking a waterpipe and more than 60 percent of the students in the second year of high school have smoked a waterpipe in 2009. Many have smoked more than once and it is common for waterpipe smoking to be connected to the use of cigarettes, snuff, alcohol or narcotics. Research indicates that there is a risk that waterpipe smoking may function as an introduction to cigarettes.

Waterpipe smoking produces large amounts of smoke that contains toxic substances and particles. For instance, this smoke contains nicotine that causes addiction, carbon monoxide that increases the risk of cardiovascular diseases, and tar that contains many carcinogenic substances. Smoke from waterpipes is similar to that from cigarettes, which means that it most likely causes injuries and ill health similar to effects associated with cigarette smoking. Today, research shows that waterpipe smoking doubles the risk of lung cancer, causes illnesses of the respiratory tract and increases the risk of severe periodontoclasia. Waterpipe smoking also produces large amounts and high levels of harmful particles in the air, which contribute to a high risk of passive smoking.

Interviews with young Swedes indicate that waterpipe smoking fills a social function and that most of the young people share their waterpipes and smoke in the company of others. The flavoured and sweetened tobacco used tastes good and is smooth, mild and easy to inhale. Young people do not perceive waterpipe smoking as harmful. Nor do they believe that it can lead to addiction. The waterpipe invites playfulness and experimentation so that sometimes even illegal drugs, such as hashish and marijuana, are used in waterpipes.

Tobacco for waterpipes falls under the *Swedish Tobacco Act* as well as the *Swedish Act on Excise Duty on Tobacco*. Consequently, it is subject to their regulations regarding sales, packaging, health warnings and taxation. The tobacco is sold in shops, at markets and on the Internet and is also bought on trips abroad. Despite an age limit set at 18, it is easily obtainable for younger people. The tobacco for waterpipes available today is sold at a very low price and health warnings are often missing. There is often misleading information about the content and it is frequently

designed to look like a harmless product, such as tea, coffee, chewing gum or candy. In addition to sweetened tobacco, substances without tobacco are also used for waterpipe smoking. These products are not subject to tobacco legislation as they do not contain any tobacco, but normally, according to the Swedish Act on Excise Duty on Tobacco, they should be taxed as tobacco used for smoking. The low price of both tobacco for waterpipes and substances without tobacco leads to the conclusion that they are rarely taxed. In order to limit the use of waterpipes and access to tobacco for them, more research is needed, as are more public knowledge concerning waterpipe smoking and its health effects and coordination between various authorities and organisations, especially concerning legislation and surveillance.



Inledning

VATTENPIPSRÖKNING HAR FUNNITS i århundraden i Afrika, Asien, Kina, Indien och Mellanöstern. Detta sätt att röka tobak har blivit alltmer vanligt även i Sverige och det finns därför ett stort behov av en svensk rapport inom ämnet. Denna kunskaps-sammanställning har tagits fram för att sammanfatta den kunskap som i dag finns om vattenpipsrökning. Rapporten består av följande delar: grundläggande kunskaper om vattenpipan, hälsoeffekter av vattenpipsrökning, vattenpipsbrukets utbredning, ungdomars syn på vattenpipsrökning samt regler för försäljning och tillsyn av vattenpipstobak. Rapporten bygger på följande material:

- genomgång av aktuell forskning
- bearbetning av statistik från Örebro läns landstings *Liv & hälsa ung* – undersökning från 2009
- samtal med ungdomar som röker vattenpipa
- genomgång av regler för tillsyn och försäljning
- kartläggning av försäljning av vattenpipstobak i Örebro och Kristianstads kommuner.

Historia

VATTENPIPAN HAR MÅNGA olika namn beroende på i vilket land den används, till exempel ”shisha”, ”boory”, ”gooza”, ”narghile”, ”narguila”, ”arghile”, ”hookah”, ”hubble-bubble” eller ”chicha” (se tabell 1) (Hadidi & Mohammed, 2004; Maziak, Ward, Afifi Soweid & Eissenberg, 2004). Ett av vattenpipans vanligare namn *narghile* kommer från det persiska ordet *nārghile*, som betyder kokosnöt. Det gör att man tror att de första vattenpiporna tillverkades av kokosnötter (Nationalencyklopedin). I denna rapport används endast ordet vattenpipa.

Tabell 1. Namn på vattenpipa

shisha, chicha, boory, gooza	Egypten, Saudiarabien
narghile, nargeela, narguila, arghile, argeela	Israel, Jordanien, Libanon, Syrien
hookah	Afrika, Indien
hubble-bubble	Många olika regioner
Andra namn: okka, kalian, gheyloon, ghalyan	

Källa: Aljarrah, Ababneh och Al-Delaimy (2009), Hadidi och Mohammed (2004) och Maziak, Ward et al. (2004).

Vattenpipor har använts för att röka tobak och andra örtblandningar (som exempelvis kryddväxter, cannabis, vallmo, sockerrör i form av så kallad rökmassa¹) i över 400 år (Maziak, 2008, 2010). Det finns flera olika historier om hur vattenpipan uppfanns – en av dem är att vattenpipan uppfanns i Indien på uppdrag av kejsare Akbar. Rökning av tobak blev alltmer populärt bland den indiska överklassen och kejsaren ville hitta ett mindre farligt sätt att röka tobaken på. Den indiske läkaren Hakim Abul Fath uppfann då vattenpipan som påstods vara ofarlig, eftersom de trodde att röken renades när den passerade genom vattnet (World Health Organization, 2005). Myten om att vattenpipsrökning är harmlös verkar alltså ha funnits med från start och tycks i stor utsträckning finnas kvar.

1. Rökmassa till vattenpipa som inte innehåller tobak eller nikotin, se sidan 15.

Vattenpipan och dess användning

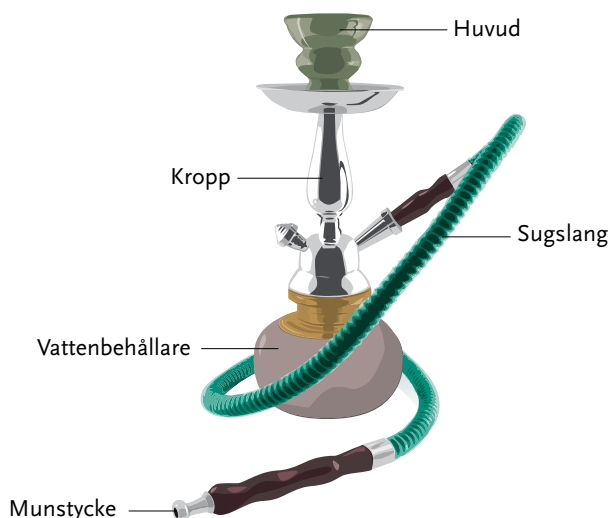
VATTENPIPSRÖKNING INNEBÄR ATT röken passerar genom vatten innan den inandas. Rökning med vattenpipa ses ofta som en social aktivitet för att fördriva tid och umgås med vänner, och olika ritualer kring förberedelserna av rökningen är vanligt förekommande. Vattenpipa röks hemma, med familj och vänner, eller på kaféer. Motivationen till att röka vattenpipa varierar, det kan vara att ha roligt med vänner, som underhållning, av grupptryck, den avslappnande effekten eller att man blir inspirerad av atmosfären, smaken och lukten (Hammal, Mock, Ward, Eissenberg & Maziak, 2008; Smith-Simone, Maziak, Ward & Eissenberg, 2008). I USA är vattenpipsrökning ibland en sysselsättning för ungdomar som inte har åldern inne för att komma in på barer och diskotek (Eissenberg, Ward, Smith-Simone & Maziak, 2008; Maziak, 2008). I USA är det även vanligare att röka vattenpipa på helger (fredag till söndag) än på vardagar (Smith-Simone et al., 2008). Ofta delas vattenpipan med andra, vilket innebär att munstycket går från person till person (Knishkowsky & Amitai, 2005).

I mellanöstern röks vattenpipa ofta på inneställen eller trendiga kaféer och i Sverige har vattenpipsrökning börjat förekomma på uteserveringar, festivaler och liknande. Dagens vattenpipsrökare är främst ungdomar och unga vuxna (Neergaard, Singh, Job & Montgomery, 2007). En europeisk undersökning visar att den typiske vattenpipsrökaren ofta är en ung, välutbildad man i åldern 15–24 år som tillhör en hög social samhällsklass (European Commission, 2010).

Vattenpipan

Vattenpipor finns i olika storlekar och utföranden, med mer eller mindre utsmyckning, men har alltid samma grundkonstruktion. De kan vara tillverkade av olika material, som till exempel metall, glas, keramik, kokosnöt eller kalebass (Nationalencyklopedin).

Figur 1. Vattenpipans delar



En typisk vattenpipa har en konstruktion som består av ett huvud, kropp (rör), vattenbehållare (skål), sugslang (en eller flera) och munstycke (se figur 1). Tobaken placeras i det så kallade huvudet, som är en fördjupning avsedd för tobaken. Tobaken täcks ofta över med perforerad aluminiumfolie och brinnande kol placeras sedan över foliet. Skålen ska vara till hälften fylld med vatten, så att det når över röret som leder in röken, men inte över den slang som leder ut röken. Den varma röken dras genom kolet, via tobaken och vidare ner genom röret. Vid inandning bildas ett vakuum i luften ovanför vattnet som gör att röken stiger till ytan. Detta skapar bubblor som leds in i slangen och som rökaren suger i sig. Vattenpipor kan ha en eller flera sugslangar (vilket möjliggör att flera personer kan röka samtidigt) och ibland kan utbytbara munstycken användas i syfte att minska smittspridning. Röken kyls ned genom vattenpassagen (Maziak, Ward et al., 2004) och kontinuerliga inandningar krävs för att hålla tobaken brinnande (Knishkowsky & Amitai, 2005). Vattenpipa röks ofta under 45 minuter eller längre (Knishkowsky & Amitai, 2005; World Health Organization, 2005) och under denna tid kan både kol och tobak behöva bytas ut eller fyllas på. Vattenpipor kan användas för olika sorters tobak och rökmassa med olika smaker (Maziak, Ward et al., 2004).

Tobaken

Den mängd tobak som ska rökas benämns ofta som ett "huvud" och väger oftast mellan 10–20 gram och finns i tre olika former:

1. "Maasel" eller "Mu'essel" är den mest använda formen av vattenpipstobak och består av cirka 30 procent tobak och 70 procent honung eller melass (Knishkowsky & Amitai, 2005). Mu'essel är ett arabiskt ord för "tobamel" som kommer från

en sammansättning av ”tobacco” och ”mel”. ”Mel” betyder i sin tur honung på latin. Benämningen Mu’essel kan alltså härledas till huvudingrediensen melass², som är en biprodukt vid sockertillverkning (The Sacred Narghile). Maasel (eller mu’essel) är oftast smaksatt med olika fruktessenser som till exempel äpple, mango eller cappucino. Det finns mer än 40 olika smaksättningar. Smaksatt tobak säljs ofta i lådor av kartong eller plast som är dekorerade med fruktbilder (Knishkowsky & Amitai, 2005). Förutom att maasel är sötad och smaksatt så är den vanligtvis färdig att användas direkt. Den behöver inte fuktas, formas och torkas innan, vilket andra former av tobak kräver (det vill säga tumbak, ajami och jurak, se nedan) (Maziak, Ward et al., 2004). Maasel kan dock även säljas i två delar med tobaken och melassen separerade, vilket innebär att man blandar själv och blötlägger rökmassan under ett par dagar innan användning. Maasel är i princip den enda form av vattenpipstobak som används i Sverige. Vid samtal med ungdomar och vid kartläggning av försäljning av vattenpipstobak i Sverige har ingen annan form av vattenpipstobak än maasel påträffats. Maasels karaktäristiska söta smak anses bidra till att unga personer som annars inte använder tobak börjar röka vattenpipa (Rastam, Ward, Eissenberg & Maziak, 2004).

2. ”Tumbak” eller ”ajami” är en oblandad, mörk tobakspasta utan tillsatser och är den tobak som ursprungligen användes till vattenpipor (Aljarrah et al., 2009). I Sverige är tumbak en ovanlig form av vattenpipstobak och den används i mycket begränsad omfattning även i andra länder. Tumbak är i dag mest populär i de äldre generationerna och i synnerhet bland män (Shihadeh, 2003).
3. ”Jurak”, som kommer från Indien, är närmast ett mellanting av maasel och tumbak och innehåller både frukt och oljor, men kan även vara en form av renodlad tobak helt utan smaktillsatser (Knishkowsky & Amitai, 2005). I Sverige är jurak en ovanlig form av vattenpipstobak.

I Sverige finns vattenpipstobak till försäljning i butiker, på marknader och på Internet, eller inhandlas vid utlandsresor.

Rökmassa och andra substanser till vattenpipa

Som tidigare nämnts finns även en form av rökmassa som inte innehåller tobak som används till vattenpipsrökning. Den kan ibland även kallas för nikotinfri vattenpips-tobak eller örttobak, men innehåller inte i egentlig mening tobak utan består av melass, tillsatser och sötningsmedel. Inhalering av rök från organiskt material kan medföra hälsorisker (för exempel, se avsnittet Tillsatser på sidan 22), även om det inte innehåller tobak (Statens folkhälsoinstitut, 2007). Rökens egenskaper samt vilka ämnen som bildas när rökmassa utan nikotin upphettas behöver studeras mer, men det är rimligt

2 Melass är en tjock sirapsliknande substans som bildas som en restprodukt från sockerrör eller sockerbetor vid sockertillverkning. Används framför allt som djurfoder (Nationalencyklopedin).

att sådan rökmassa (bortsett från nikotin) skapar en rök som liknar röken som bildas när ”vanlig vattenpipstobak” (som till exempel maasel) brinner. Även denna form av vattenpipstobak säljs i Sverige (se kartläggningen i Örebro kommun på sidan 52).

Vid vattenpipsrökning används övervägande tobak och rökmassa – men ibland förekommer även illegala droger som till exempel hasch (Korn, Harel-Fisch & Amitai, 2008). Mer än en fjärdedel av deltagarna i en studie i USA rapporterade att de rökt annat än tobak och rökmassa med hjälp av vattenpipa. 10 procent beskrev att de använt samma vattenpipa för att röka både marijuana och tobak (Smith-Simone et al., 2008). Sambandet mellan vattenpipsrökning och andra droger bör undersökas närmare även i Sverige.

Tillbehör till vattenpipa

Förutom vattenpipa och tobak eller rökmassa behövs kol för att hetta upp tobaken. Alla former av tobak som används till vattenpipor är mycket fuktig och brinner därför inte av sig själv (Smith-Simone et al., 2008). Det finns flera olika sorters kol till vattenpipor: snabbkol (konstgjort kol eller så kallat ”magic coal”), silverkol, kokoskol, bambukol och vanligt naturkol. Mellan tobaken och kolet används perforerat aluminium. Andra tillbehör till vattenpipor är: tång för att kunna hantera det brinnande kolet, gaständare till kolet, borstar för rengöring av vattenpipan, vindskydd, gummipackningar, ”tasty puffs” (smaksättning som ska maskera tobakslukt) Det går även att ”pimpa” (smycka) vattenpipor genom att köpa kedjor och särskilda lampor.



Hälsoeffekter av vattenpipsrökning

HUR HÄLSOFARLIGT OCH beroendeframkallande vattenpipsrökning är beror till stor del på hur länge och ofta man röker, vilken typ av tobak eller rökmassa som används och hur stora volymer rök som inhaleras. Det faktum att kol alltid används för att få tobaken att brinna påverkar också (Maziak, 2008). Kol ökar hälsoriskerna eftersom även det genererar kolmonoxid, metaller och cancerogena ämnen. Vid vattenpipsrökning under en timme kan en lika stor volym rök inhaleras som den från 100 cigaretter eller fler (World Health Organization, 2005).

Det finns både likheter och skillnader mellan vattenpipsrökning och cigarett-rökning. Vattenpipsrökning innebär mer kolmonoxid, liknande mängder nikotin och stora volymer av rök jämfört med cigarett-rökning. Rök från såväl cigaretter som vattenpipor innehåller skadliga ämnen och partiklar (Eissenberg & Shihadeh, 2009).

Denna del beskriver inledningsvis vanliga myter om vattenpipsrökning. Därefter följer en genomgång av skadliga ämnen i vattenpipsrök, som påverkar individers hälsotillstånd. Slutligen följer en redovisning av de vetenskapliga belägg som finns i dag för olika sjukdomstillstånd som kan relateras till vattenpipsrökning. Denna rapport tar endast upp hälsoeffekter av tobaksanvändning i vattenpipor, eftersom det saknas studier som beskriver hälsoeffekter av rökning av rökmassa eller illegala droger i vattenpipa. Trots att forskningen är mycket begränsad och att det är svårigheter att standardisera mätningar av vattenpipsrökning, och att många som röker vattenpipa också röker cigaretter, kan ändå vissa slutsatser dras efter genomgång av befintlig forskning.

Myter om vattenpipsrökning

De myter och föreställningar som finns om vattenpipsrökning beror ofta på bristande kunskap om vattenpipsrökning. Dessa myter riskerar att skapa en tillåtande attityd hos allmänheten som kan bidra till att vattenpipsrökning nu sprids till allt fler länder i världen. Faktakunskaper om vattenpipsrökning och dess hälsoeffekter behövs för att komma tillrätta med denna negativa utveckling. Tabell 2 på nästa sida beskriver några vanliga myter om vattenpipsrökning.

Tabell 2. Myter om vattenpipsrökning

MYT	FAKTA
Vattenpipsrökning är mindre farligt än att röka cigaretter eftersom tobaken innehåller inget eller mindre nikotin.	Vanligtvis röks vattenpipa under längre tid än en cigarett, vilket kan ge ett högre nikotinintag. Nikotininnehållet varierar dock beroende på röktid och val av tobak.
Vattnet filtrerar bort de farliga ämnena i röken när den passerar genom vattnet.	Vattnet i vattenpipan filtrerar inte bort alla giftiga ämnen och partiklar, många finns kvar och inhaleras av den som röker.
Vattenpipsröken är mild och len och därför mindre skadlig.	Den kalla, "lena" röken är ett resultat av nedkylningen och fukten i pipan. Den rök som bildas vid förbränningen är dock fortfarande skadlig att andas in.
Frukten som finns i vattenpipstobak gör vattenpipsrökning till ett "hälsosamt" val.	Smaktillsatser gör inte tobaken mindre skadlig. Den söta smaken och doften från tillsatta essenser kamouflerar obehagliga (och giftiga) ämnen och dofter i tobaksröken.

Källa: Knishkowsky & Amitai (2005).

Skadliga ämnen och partiklar i rök från vattenpipa

De studier som hittills genomförts om rök från vattenpipa har visat att vattenpipsrök innehåller samma typ av skadliga ämnen och partiklar som cigarettrök, och därmed har samma potential att skada. Jämfört med cigarettrökning bildas det större mängder rök vid vattenpipsrökning. Eissenberg och Shihadeh (2009) jämförde 45 minuters vattenpipsrökning med 5 minuters cigarettrökning och den totala volymen rök från vattenpipa blev då cirka 49 liter vilket kan jämföras med 1 liter rök vid cigarettrökningen. Det innebär att enda bloss från en vattenpipa ger tolv gånger mer rök än ett bloss från en cigarett, eller att vattenpipsrökning i 45 minuter ger 40 gånger större volym rök än 5 minuters cigarettrökning (Eissenberg & Shihadeh, 2009). En annan studie visade på en total volym på 54–79 liter rök för vattenpipsrökning (Maziak et al., 2009). Alla genomförda studier oavsett metod visar att stora volymer rök bildas vid vattenpipsrökning, vilket innebär att både den som röker vattenpipa och den som vistas i en miljö där det röks vattenpipa exponeras för stora mängder rök. Enligt en sammanställning genomförd av World Health Organization (2005) tar en vattenpipsrökare mellan 50–200 bloss rök vid en och samma session (se tabell 3).

Tabell 3. En typisk vattenpipssession för en person jämfört med rökning av en cigarett

	1 cigarett	1 vattenpipssession
Genomsnittlig rökzeit	5–7 minuter	20–80 minuter
Antal bloss	8–12 bloss	50–200 bloss
Total volym rök	1 liter	49 liter

Källa: Eissenberg och Shihadeh (2009) och World Health Organization (2005).

Nikotin

Nikotin är den beroendeframkallande substansen i tobaksrök. Nikotinet har en kärlsammandragande effekt men anses trots detta spela en begränsad roll i utvecklingen av sjukdomar orsakade av rökning (Deutsches Krebsforschungszentrum [DKFZ], 2009). Det är en vanlig uppfattning att vattnet i vattenpipan filtrerar bort nikotin och andra farliga substanser. I själva verket fångar vattnet upp mindre än 5 procent av det totala nikotinet (eftersom det är vattenlösligt) och det finns därmed stora mängder nikotin kvar i röken som inhaleras (Hadidi & Mohammed, 2004; Neergaard et al., 2007).

Huruvida vattenpipsrökning leder till beroende eller inte har diskuterats. En analys av 13 olika märken av vattenpipstobak visar att mängden nikotin kan variera, beroende på vilken tobak som ingår. Ett ”huvud” (20 g) av den rena, ej smaksatta tobaken (tumbak eller ajami) innehåller i genomsnitt 713 mg nikotin, vilket motsvarar nikotinet i 70 cigaretter. Den sötade och smaksatta tobaken (maasel) med melass, honung, glycerin och andra smaktillsatser innehåller mindre nikotin – i snitt 67 mg, vilket motsvarar nikotinet i 6,5 cigaretter (Hadidi & Mohammed, 2004). Det är dock viktigt att komma ihåg att det ofta är flera personer som delar på en vattenpipa.

Ett annat sätt att mäta nikotinexponering är att mäta kotinin i urin. En studie visar att daglig vattenpipsrökning (1–10 pipor/dag) ger kotininvärden i urinet som motsvarar daglig rökning av 10 cigaretter. Vattenpipsrökning enstaka gånger under ett fyra dagars intervall gav kotininnivåer som motsvarade rökning av två cigaretter per dygn (Neergaard et al., 2007). En amerikansk studie visar att toppnivån av nikotin i blodet blev i genomsnitt densamma (ca 10 ng/ml³) som vid rökning av en cigarett, men eftersom vattenpipa vanligen röks under längre tid blev den totala nikotindosen ändå 70 procent större jämfört med en cigarett (Eissenberg & Shihadeh, 2009).

Vattenpipstobak har potential att initiera och vidmakthålla ett tobaksberoende (Hadidi & Mohammed, 2004). Nikotinberoende är klassificerat som en sjukdom enligt de internationella klassifikationssystemen för sjukdomar (American

3 Nanogram per milliliter, vilket är 10 upphöjt till minus nio eller 0.000000001 (M.Larsson, Universitetssjukhuset Örebro, personlig kommunikation, 2010-12-02).



Psychiatric Association [APA], 2002; Socialstyrelsen, 1997). Vid etablerat nikotinberoende ser rökaren till att få i sig den dos nikotin som behövs, vilket gör att effekten av mindre nikotin per bloss försvinner eftersom rökaren fortsätter att röka tills önskad nikotinnivå uppnås. Detta innebär att stora volymer rök inhaleras vid vattenpipsrökning, vilket ökar exponering för andra giftiga ämnen i röken (Neergaard et al., 2007). Det finns i dag inga publicerade studier om rökavvänjning för personer som blivit nikotinberoende av vattenpipsrökning (Maziak et al., 2009).

Kolmonoxid

Kolmonoxid är ett farligt ämne som på lång sikt ökar risken för hjärt-kärlsjukdomar (Maziak, 2008; Statens folkhälsoinstitut, 2009a). I en studie där vattenpipsrökning och cigarettrökning jämfördes gav de första 5 minuterna av vattenpipsrökning fyra gånger mer kolmonoxid i blodet jämfört med att röka en cigarett (Eissenberg & Shihadeh, 2009). Även mätning i utandningsluft visar på stora mängder kolmonoxid vid vattenpipsrökning. En nyligen genomförd studie som mätte kolmonoxid 5 minuter efter avslutad vattenpipsrökning visade höga siffror med ett medelvärde på 31,5 ppm⁴, vilket är flera gånger högre än vid cigarettrökning (jämförelsevärde är 6 ppm) (Maziak et al., 2009). En annan studie visade ett ännu högre medelvärde på 42 ppm efter vattenpipsrökning inomhus (El-Nachef & Hammond, 2008).

De höga nivåerna kolmonoxid som bildas vid vattenpipsrökning antas bero på en ofullständig förbränning av tobak och glödande kol samt att stora volymer rök inhaleras. Kolmonoxidförgiftning är ett allvarligt akut tillstånd med risk för kvarstående neurologiska skador och behöver omgående behandlas på sjukhus. Giftinformationscentralen har under 2010 haft två fall av kolmonoxidförgiftning som orsakats av vattenpipsrökning i Sverige (M. Enghag, Giftinformationscentralen, personlig kommunikation, 2010-11-01). Exponering för kolmonoxid kan under graviditet skada fostret och antas ligga bakom låg födelsevikt, låga Apgar-poäng⁵ och andningsbesvär vid födseln (Maziak, Ward et al., 2004; Nuwayhid, Yamout, Azar & Kambris, 1998).

Tjära

Tjära bildas vid förbränning av organiskt material och skapas i tobak när den upphetas. Vid en mätning av temperaturen vid vattenpipans huvud uppmättes en temperatur på 450 grader Celsius, vilket är lägre än cigarettens cirka 900 grader. Temperaturen är dock tillräckligt hög för att tjära ska bildas. I en konstruerad rökmaskin som simulerade vattenpipsrökning under 30 minuter bildades tjära motsvarande 20 cigaret-

4 Ppm från engelskans parts per million "antal per miljon" är ett mått på andel eller koncentration. Uttryckt i procent är 1 ppm = 0,0001 procent (Nationalencyklopedin).

5 Apgar-poäng är en bedömning av alla nyfödda barns tillstånd efter födseln där barnets puls, andning, hudfärg, tonus (muskelspänning) och retbarhet (reaktion vid beröring) kontrolleras och poängsätts (Hellström-Westas, Norman, & Lagercrantz, 2008).

ter med lågt tjärinnehåll (Shihadeh, 2003). I tjära finns många cancerframkallande ämnen, till exempel nitrosaminer (Statens folkhälsoinstitut, 2001a).

Tillsatser

Framtida studier behövs för att kunna säga om tillsatserna i den smaksatta tobaken (till exempel glycerin, melass och honung) kan ge skador (Hadidi & Mohammed, 2004). Det är dock känt att när socker upphettas kan ett antal giftiga ämnen bildas som är farliga för hälsan, bland annat flera olika aldehyder⁶. Aldehyder som bildas vid förbränning (till exempel formaldehyd⁷ och acetaldehyd⁸) är cancerogena ämnen och orsakar irritationer i andningsvägar, ögon, hud och slemhinnor (R. Lindahl, Kemiska institutionen vid Umeå universitet, personlig kommunikation, 2010-08-20) (Statens folkhälsoinstitut, 2001a). Aldehyder anses även stimulera nikotinreceptorerna och kan på så sätt förstärka nikotinberoende (Statens folkhälsoinstitut, 2001a). Även kolet som används vid vattenpipsrökning för att få tobaken att brinna bidrar sannolikt till ökad exponering för hälsofarliga partiklar i röken.

Passiv vattenpipsrökning

Vattenpipsrök producerar precis som cigaretrök stora mängder och höga nivåer av skadliga partiklar i luften (Maziak, Rastam, Ibrahim, Ward, & Eissenberg, 2008). Det finns i dag ett starkt forskningsstöd för att all passiv rökning är skadlig och att det inte finns några säkra nivåer för att utsättas för andras rök (Socialstyrelsen, 2009).

I en studie har innehållet i röken från vattenpipa och cigarett jämförts genom att studera antalet partiklar i röken. Partiklarna delades in i två kategorier beroende på storlek, *ultrasmå partiklar* med mindre diameter än 2,5 µm (engelsk term är particulate matters) och *små partiklar* med diameter upp till 10 µm. Ju mindre partiklar i luften desto större risk för att de tränger djupt in i lungorna och orsakar skador. Sådana här mikropartiklar är även kända för att innehålla gifter och cancerframkallande ämnen. Studien visade att ultrasmå partiklar ökade med 443 procent vid vattenpipsrökning jämfört med 501 procent vid cigaretrökning. Små partiklar ökade med 563 procent vid vattenpipsrökning och med 447 procent för cigaretrökning (Maziak et al., 2008). När det gäller ultrasmå partiklar ökade dessa i större utsträckning vid cigaretrökning, medan små partiklar visade det motsatta förhållandet. Studien visar dock att vattenpipsröken i stort sett innehåller jämförbara nivåer av skadliga partiklar som cigaretrök, och att båda sätten att röka tobak orsakar mycket höga nivåer av partiklar i omgivande luft.

6 Aldehyd är ett kolväte som innehåller en karbonylgrupp. Gruppen betecknas vanligen -CHO.

7 Acetaldehyd är en färglös, brännbar vätska med karakteristisk lukt. Tobaksbolagen beskriver ämnet som en smakförstärkare som även påverkar hur mycket nikotin rökaren tar upp (Statens folkhälsoinstitut, 2001a).

8 Formaldehyd är en färglös gas som har en karakteristisk stickande lukt och lätt löses i vatten. Ämnet används som desinfektionsmedel och insektsgift, och det irriterar starkt andningsvägar, hud och slemhinnor och är cancerframkallande (Statens folkhälsoinstitut, 2001a).

En studie med rökmaskiner visar att den passiva röken från en vattenpipssession gav fyra gånger högre nivåer av cancerframkallande ämnen samt 30 gånger mer kolmonoxid jämfört med en enda cigarett. Detta innebär att en timmes röksession med vattenpipa kan producera lika mycket passiv rök med cancerframkallande och giftiga ämnen som fyra rökta cigaretter och producera kolmonoxid som motsvarar 20 cigaretters passiva rök under samma tid (Daher et al., 2010).

Vattenpipsrökningens förbränning sker som tidigare nämnts vid en lägre temperatur än cigarettens (Shihadeh, 2003). Vid cigaretttrökning har huvudröken (den rök som inhaleras av rökaren själv) en högre temperatur än sidoröken (röken som bildas mellan blossen). Sidoröken har visat sig ha en högre koncentration av partiklar som gör den ännu farligare än huvudröken (Statens folkhälsoinstitut, 2001b). Med tanke på att vattenpipstobak förbränns vid en lägre temperatur än cigaretter finns det åtminstone teoretiskt en risk att vattenpipsröken har hög skadepotential – men ingen studie finns ännu som jämför cigarettens sidorök med vattenpipsrök.

Sjukdomar

Vattenpipsrökning kan kopplas till flera allvarliga sjukdomstillstånd som lungcancer, försämrad lungfunktion, hjärt-kärlsjukdomar, högt blodtryck, låg födelsevikt hos nyfödda om mamman rökt under graviditet, minskad fertilitet (ännu endast studerat hos par där mannen röker vattenpipa) samt andningsbesvär vid exponering av passiv rök (Knishkowsky & Amitai, 2005; Maziak, Ward et al., 2004; Neergaard et al., 2007; Shafagoj, Mohammed & Hadidi, 2002). Samtliga sjukdomar är även vanligt förekommande vid cigaretttrökning. Nedan beskrivs sjukdomar som forskning visat har samband med vattenpipsrökning.

Lungcancer och KOL

En systematisk genomgång av sex studier⁹ visar att vattenpipsrökning mer än fördubblar risken att få lungcancer (oddskvot (OR) = 2,12, 95 % konfidensintervall (CI) 1.32–3.42) och sjukdomar i andningsvägarna (OR = 2,3, 95 % CI 1.1–5.1) jämfört med den som inte röker (Akl et al., 2010). Risken för lungcancer vid cigaretttrökning ökar med 15–30 gånger jämfört med den som inte röker (IARC, 2004). Vid kombinerad cigarett- och vattenpipsrökning bör sannolikt risken kunna öka ytterligare. Ovanstående data kan inte användas för att jämföra vattenpipsrök och cigaretttrök vad gäller cancerrisk, eftersom till exempel exponeringstiden skiljer sig betydligt mellan de två olika sätten att röka tobak. Studier kring cancerrisk och vattenpipsrökning är dessutom fortfarande i sin linda jämfört med motsvarande forskning för cigaretttrökning.

Samband mellan vattenpipsrökning och försämrad lungfunktion samt kronisk obstruktiv lungsjukdom (KOL) har nyligen påvisats (Raad et al., 2010). Aktuell studie visar att personer som röker vattenpipa har en sämre lungfunktion än personer

9 Studierna är genomförda i Kina, Tunisien och Indien.



som inte röker. Däremot gick det inte att fastställa någon skillnad i lungfunktion mellan rökare av cigaretter respektive vattenpipa. Resultatet visade att vattenpipsrökning påverkar lungfunktionen negativt och därför sannolikt orsakar sjukdomen KOL. Deltagarna i de genomgångna studierna kom från länder där regelbunden eller daglig vattenpipsrökning är mer vanlig än i Sverige¹⁰ (Raad et al., 2010).

Hjärt-kärlsjukdomar

Den tidigare nämnda höga exponeringen för kolmonoxid (se sidan 21) vid vattenpipsrökning ökar risken för hjärt-kärlsjukdomar (Maziak, 2008). En studie i Jordanien genomförd på unga män visar att hjärtfrekvens och blodtryck ökar efter vattenpipsrökning (Shafagoj et al., 2002). En fallstudie visar att hjärtinfarkt var vanligare hos patienter som regelbundet röker vattenpipa jämfört med dem som inte röker vattenpipa (Jabbour, El-Roueiheb & Sibai, 2003). Cigarettökning beräknas orsaka drygt 20 procent av all hjärt-kärlsjukdom i Sverige, främst genom åderförkalkning, slaganfall, försämrad cirkulation i hjärtat (vilket kan leda till hjärtinfarkt) och akuta rytmrubbningar i hjärtat (Statens folkhälsoinstitut, 2009a). Även om det behövs mer studier indikerar den nuvarande forskningen att även vattenpipsrökning kan orsaka hjärt-kärlsjukdomar (Cobb, Ward, Maziak, Shihadeh & Eissenberg, 2010; Knishkowsky & Amitai, 2005; Maziak, Ward et al., 2004).

Tandsjukdomar

En genomgång av fem studier visade på ett signifikant samband mellan vattenpipsrökning och tandsjukdomar (OR var mellan 3–5) (Akl et al., 2010). Vattenpipsrökning har liksom cigarettökning negativ effekt på ”vertical periodontal bone loss” (VPBD) (Baljoon, 2005), ett tandlossningstillstånd som innebär gradvis försämrat benstöd som gör tänderna lösa¹¹ (L. Sjöberg, Tandvård mot Tobak, personlig kommunikation, 2010-03-11). Risken för att få svår VPBD var 2–3 gånger högre för cigarettökare och 6 gånger högre för vattenpipsrökare jämfört med icke-rökare (Baljoon, 2005).

Infektionssjukdomar

Förutom de hälsorisker som själva röken medför kan vattenpipsrökning även sprida infektionssjukdomar. Smittspridning kan ske vid rökning med samma munstycke och pipa. Infektionssjukdomar som enligt Knishkowsky och Amitai (2005) kan överföras är hepatit C, herpes, tuberkulos och virus för luftvägsinfektioner. Befintliga studier visar i nuläget på mycket små risker, men forskningen är också mycket begränsad (Akl et al., 2010).

10 Studierna genomfördes i Turkiet (n = 3), Kuwait (n = 1), Saudiarabien (n = 1) och Syrien (n = 1). Exponering och rökfrekvens saknades i studierna eller var olika, men en ”light” vattenpipsrökare rökte 1–2 vattenpipor per dag i en av studierna.

11 Tillståndet (VPBD) innebär, förutom att det gör tänderna lösa, att vävnaden blir infekterad på grund av djupa fickor med bakterier och tandsten, vilket orsakar smärta och allmänpåverkan på hälsotillståndet (L. Sjöberg, personlig kommunikation, Tandvård mot Tobak, 2010-03-11).

Sammanfattning av hälsoeffekter av vattenpipsrökning

Sammanfattningsvis finns det i nuläget mycket som tyder på att rök från vattenpipa är skadlig på ett liknande sätt som från cigaretter. Röken innehåller i stor utsträckning samma skadliga partiklar och ämnen som cigarettrök, vilket innebär att likartade risker och sjukdomar orsakade av cigarettrökning kan antas drabba även den som röker vattenpipa. Studier visar på samband mellan vattenpipsrökning och lungcancer, KOL, hjärt-kärlsjukdomar och tandsjukdomar. Befintlig forskning kommer huvudsakligen från länder där regelbunden vattenpipsrökning är vanlig. Det finns sannolikt precis som för cigarettrökning ett samband mellan exponering, rökfrekvens och utveckling av sjukdom. Det finns dock skillnader både när det gäller temperaturer vid upphettning och mönster för användning som gör en jämförelse mellan vattenpipsrök och cigarettrök osäker. Forskningen är även svårtolkad och komplex då vissa studier använder variabeln röktid medan andra skattar mängd eller antal bloss. Dessutom saknas ofta uppgifter om rökvanor och antal personer som delar vattenpipa framgår inte. Vattenpipans storlek kan också ha betydelse för mängden partiklar och gifter, och så vidare.

Det finns alltså fortfarande mycket lite forskning om hälsoeffekter av vattenpipsrökning. Det behövs mer forskning om vilka skador vattenpipsrökning ger för dem som röker då och då, jämförelser av cigarettens sidorök och vattenpipans rök och forskning på rökmassa såväl med som utan nikotin.

Vattenpipsbruk och dess utbredning

DEN BEFINTLIGA STATISTIKEN om hur många som röker vattenpipa är fortfarande mycket begränsad. Vattenpipsrökning har till exempel sällan ingått som en fråga i tobaksenkäter. Under 1980-talet minskade vattenpipans popularitet i de länder där vattenpipan förekom men under 1990-talet vände trenden igen (Maziak, Ward et al., 2004). Den nu ökande populariteten för vattenpipsrökning världen över anses till stor del bero på introduktionen av den sötade och smaksatta tobaken samt påverkan från media (Internet och satellit-tv) och marknadsföring från tobaksindustrin (Rastam et al., 2004). Man kan även anta att globaliseringen där fler människor reser och flyttar till andra länder bidrar till att nya grupper som inte haft vanan tidigare nu kommer i kontakt med den. Enligt Maziak et al. (2004) visar allt tydligare siffror att bruket ökar och vattenpipsrökning beskrivs av många som en kommande global "epidemi".

Denna del av rapporten visar statistik om vattenpipsbruk från Sverige och andra länder samt en analys av samband mellan vattenpipsrökning och andra levnadsvanor från Örebro läns landstings regionala undersökning *Liv & hälsa ung* från 2009 (Örebro läns landsting, 2009).

Bruk i andra länder

Över 100 miljoner människor i världen beräknas röka vattenpipa varje dag (Knishkowsky & Amitai, 2005). De få undersökningar som inkluderat frågor om vattenpipsrökning visar att det tycks vara många som har provat och/eller röker regelbundet (Ward, Eissenberg et al., 2006). Den internationella ungdomsundersökningen *Global Tobacco Youth Survey* som omfattar 100 länder eller platser visar att medan cigarettrökningen ligger på en konstant nivå eller minskar bland ungdomar i åldern 13–15 år så ökar vattenpipsrökning (Warren et al., 2009).

För att förstå den utveckling som sker i västvärlden är det viktigt att ta del av förekomsten i andra länder där traditionen funnits en längre tid. Det finns dock bara några få studier som visar hur vanligt det är att röka vattenpipa. En svårighet är att olika studier har olika definitioner av vattenpipsrökning. Flera internationella undersökningar visar att det är vanligast att röka vattenpipa lite då och då, det vill säga inte dagligen som är vanligast med cigaretter (Ward, Eissenberg et al., 2006).

I undersökningar från andra länder används ofta följande alternativ: provat att röka, rökt senaste månaden (regelbundet) respektive rökt dagligen.

Den senaste undersökningen av tobaksvanor i Europeiska unionen (EU) genomförd år 2009 visar att vattenpipa var den mest använda tobaksprodukten förutom cigaretter. Av EU:s invånare (15 år och äldre) hade 12 procent någon gång provat



att röka vattenpipa. Av dessa rökte 11 procent vattenpipa då och då och 1 procent rökte vattenpipa regelbundet (European Commission, 2010).

Några andra studier som visar hur vanligt det är i olika länder att ha **provat att röka vattenpipa** är följande:

- *Danmark*: 62 procent pojkar och 58 procent flickor (16–20 år) år 2008¹² (Sundhedsstyrelsen, 2009).
- *Jordanien*: 62 procent studenter (genomsnittsålder på 22 år) år 2008 (Azab et al., 2010).
- *Syrien*: 63 procent manliga studenter och 30 procent kvinnliga (genomsnittsålder på 22 år) år 2003 (Maziak, Fouad et al., 2004).

Följande studier visar hur vanligt det är att ha **rökt den senaste månaden**:

- *Jordanien*: 43 procent studenter (genomsnittsålder på 22 år) år 2008 (Azab et al., 2010).
- *USA*: 20 procent collegestudenter (genomsnittsålder på 18 år) år 2006 (Eissenberg et al., 2008).

Följande studier visar hur vanligt det är att **röka vattenpipa dagligen**:

- *Syrien*: 20 procent bland studenter och cafébesökare (23 procent män och 12 procent kvinnor) år 2003 (Asfar, Ward, Eissenberg & Maziak, 2005).
- *USA*: 10 procent ungdomar 18–25 år (i delstaterna Virginia och Tennessee) år 2005 (Ward et al., 2007).

Bruk i Sverige

Enligt EU:s undersökning år 2009 har 27 procent av befolkningen (15 år och äldre) i Sverige provat att röka vattenpipa. Detta innebär att Sverige hör till de fem länder¹³ i Europa där vattenpipsrökning är mer än dubbelt så vanligt som genomsnittet i Europa, som ligger på 12 procent. Även om vattenpipsrökning är vanligast bland dem som röker cigaretter är det ändå många vattenpipsrökare som aldrig rökt cigaretter (European Commission, 2010).

Det finns ingen nationell undersökning som visar hur många vuxna som röker vattenpipa i Sverige. Planer finns dock på att vattenpipsrökning ska ingå i Statens folkhälsoinstituts årliga nationella enkätundersökning *Hälsa på lika villkor* som innefattar personer i åldern 16–84 år från och med 2011 (C. Birgersson, Statens folkhälsoinstitut, personlig kommunikation, 2010-06-23). När det gäller ungdomar inkluderades frågor om vattenpipsrökning först år 2009 i den årliga drogvaneeundersökningen på högstudier och gymnasieskolor som genomförs av Centralförbundet

12 Detta är en minskning från år 2006 då 70 procent pojkar och 62 procent flickor hade provat att röka vattenpipa i Danmark (Rheinländer & Nielsen, 2007).

13 Litauen 34 %, Estland 29 %, Danmark 28 %, Lettland 28 % och Sverige 27 %.

för alkohol och narkotikaupplysning (CAN). I årskurs 9 hade 33 procent av pojkarna och 26 procent av flickorna rökt vattenpipa med eller utan nikotin. I årskurs 2 på gymnasiet var det ännu mer vanligt – 62 procent av pojkarna och 64 procent av flickorna hade provat att röka vattenpipa. Detta innebär att var tredje pojke och var fjärde flicka i årskurs 9 har rökt vattenpipa och ungefär två tredjedelar av ungdomarna på gymnasiet (Hvitfeldt & Gripe, 2009). Vid CAN:s senaste mätning under våren 2010 hade 42 procent pojkar och 37 procent flickor i årskurs 9 och 63 procent av både pojkarna och flickorna i årskurs 2 på gymnasiet rökt vattenpipa (Hvitfeldt & Gripe, 2010).

Undersökningar på regional nivå och på länsnivå visar liknande resultat. Skåne var först med att inkludera frågan om bruk av vattenpipa i sin ungdomsundersökning 2007. Denna undersökning som har genomförts två gånger visar att det var fler ungdomar som hade rökt vattenpipa 2009 än 2007 (se tabell 4 nedan) (Region Skåne, 2007, 2009).

Tabell 4. Andel ungdomar som provat att röka vattenpipa i Sverige. Andel i procent av pojkar/flickor som rökt vattenpipa enligt enkäter år 2009 (siffror inom parentes avser 2007)

	CAN	Uppsala	Skåne	Örebro
Årskurs 6			6/4	
Årskurs 7		25/16		20/15
Årskurs 9	33/26	45/42	49/44 (44/35)	45/40
Årskurs 2 på gymnasiet	62/64	66/63	66/61 (60/50)	62/55

Källa: Hvitfeldt och Gripe, 2009, Landstinget i Uppsala län, 2009, Region Skåne 2007, 2009 och Örebro läns landsting, 2009.

Undersökningar som i mellanöstern har visat att debut av vattenpipsrökning oftast sker vid 19 års ålder (Maziak, Ward et al., 2004) verkar inte stämma in på Sverige. Tidig introduktion och debutålder tycks vara vanligare i Sverige. I Uppsala hade 25 procent av pojkarna och 16 procent av flickorna i årskurs 7 provat vattenpipa 2009 (Landstinget i Uppsala län, 2009). Örebro visar liknande siffror (se tabell 4 ovan) (Örebro läns landsting, 2009). Skåne har även valt att fråga eleverna i årskurs 6 om vattenpipsrökning. Redan i denna ålder uppgav 6 procent pojkar och 4 procent flickor att de provat att röka vattenpipa (Region Skåne, 2009). I Sverige har tidig introduktion även noterats för cigarettrökning, en femtedel av ungdomarna tar sin första cigarett vid 13 års ålder eller tidigare (Nilsson, 2005).

Vattenpipsrökning bland ungdomar

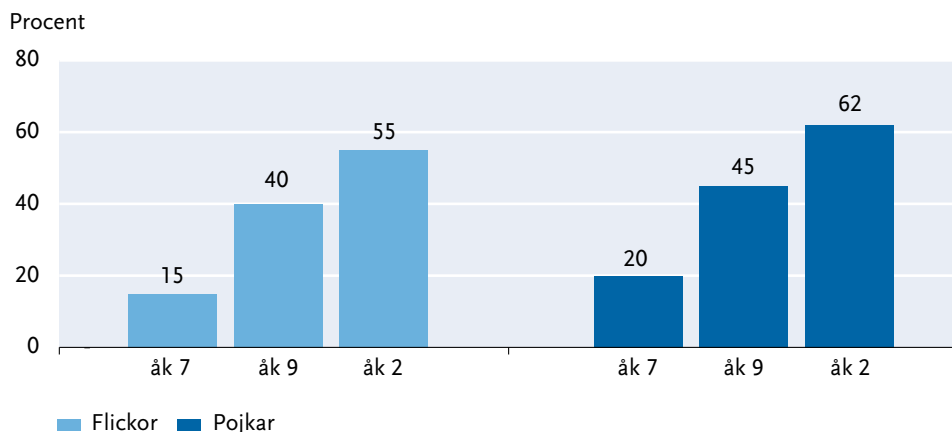
Det finns i dag mycket begränsad kunskap om vilka ungdomar som röker vattenpipa i Sverige. För att få mer kunskap har statistik från Örebro läns regionala *Liv & hälsa ung* undersökning från 2009 bearbetats (Örebro läns landsting, 2009). År 2009 inkluderades för första gången frågor om vattenpipsrökning i denna undersökning. Statistiken omfattar totalt 8 179 elever i årskurs 7 (2 713) och 9 (2 632) samt årskurs 2 på gymnasiet (2 667)¹⁴. 17 procent i årskurs 7, 42 procent i årskurs 9 och 59 procent i årskurs 2 på gymnasiet har svarat att de röker vattenpipa. Eftersom det är vanligare att äldre elever röker vattenpipa har fördjupade analyser till största delen gjorts på årskurs 2 på gymnasiet. Resultaten i *Liv & hälsa ung* undersökningen i Örebro län liknar resultat från andra regionala undersökningar och överensstämmer till stor del med de nationella droganeundersökningarna från CAN, vilket gör att följande sambandsanalyser med viss försiktighet kan bedömas ha relevans även för andra regioner i Sverige. Nedanstående avsnitt grundar sig på statistik från Örebro läns regionala *Liv & hälsa ung* undersökning från 2009 om inte annat anges.

Hur ofta röker ungdomar vattenpipa?

Antal elever som provat att röka vattenpipa stiger med ökande ålder oavsett kön. Det är i denna undersökning fler pojkar än flickor som provat att röka vattenpipa, oavsett vilken årskurs som studeras. Andra regionala undersökningar (Landstinget i Uppsala län, 2009; Region Skåne, 2007, 2009) (se även tabell 4 på sidan 30) visar samma förhållande mellan pojkar och flickor för årskurs 7, 9 och årskurs 2 på gymnasiet. I de nationella mätningarna finns samma förhållande (fler pojkar än flickor som röker vattenpipa) för årskurs 9, men kan inte ses på gymnasiet i årskurs 2 där det nu är lika många pojkar som flickor (63 procent) som provat att röka vattenpipa (Hvitfeldt & Gripe, 2010).

14 Totalt svarade 8 012 elever på frågan om vattenpipa av de 8 179 elever som deltog i undersökningen.

Diagram 1. Andelen ungdomar i procent i Örebro län som provat att röka vattenpipa fördelat på årskurs och kön



Källa: Örebro läns landsting (2009).

Bland elever i årskurs 7 som provat att röka vattenpipa är det vanligast att ha rökt endast en gång. I både årskurs 9 och årskurs 2 på gymnasiet är det vanligast att ha rökt 2–4 gånger, näst vanligast är att ha rökt 5–10 gånger med sjunkande frekvens ned till 21–50 gånger¹⁵. När det gäller den grupp som rökt fler än 50 gånger skiljer sig mönstret mellan könen då andelen fortsätter att minska bland flickorna men ökar bland pojkarna (4 procent flickor och 11 procent pojkar har rökt 50 gånger eller mer). Elever som rökt vattenpipa mer än 50 gånger de senaste 12 månaderna benämns fortsättningsvis som regelbundna vattenpipsrökare.

Sammanfattningsvis visar undersökningen i Örebro att 9 procent¹⁶ i årskurs 7 har rökt vattenpipa mer än en gång (17 procent har provat), 32 procent i årskurs 9 (42 procent har provat) och 50 procent i årskurs 2 på gymnasiet (59 procent har provat). De flesta i årskurs 9 och årskurs 2 på gymnasiet som provat att röka vattenpipa har rökt två eller fler gånger.

Vattenpipsrökning och härkomst

Med tanke på att traditionen att röka vattenpipa kommer från andra kulturer är det lätt att föreställa sig att det i stor utsträckning är ungdomar med ursprung från andra länder som röker vattenpipa. Det är något vanligare att ungdomar med utländsk härkomst¹⁷ har provat vattenpipa jämfört med ungdomar med svensk härkomst¹⁸

15 Avser totalt antal gånger som en person har rökt vattenpipa eller så kallad livstidsprevalens.

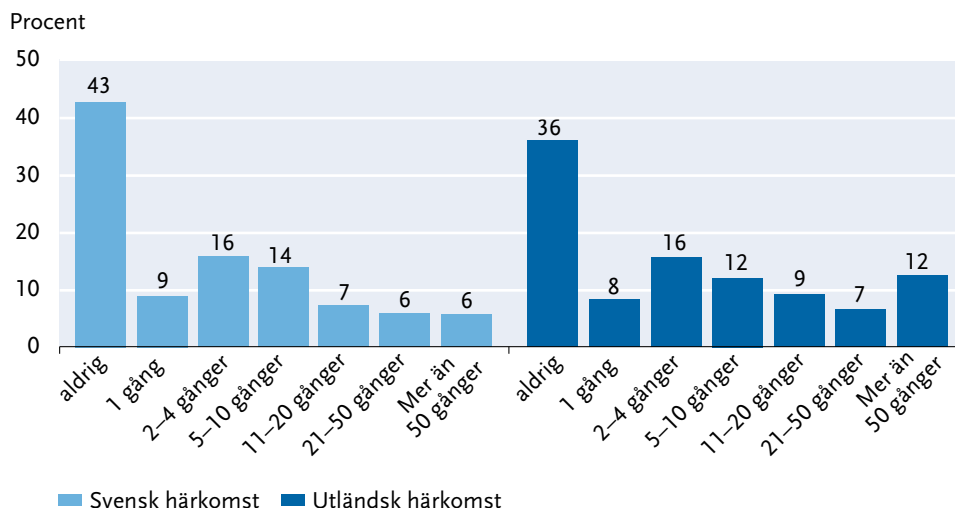
16 Pojkar och flickor hopräknade.

17 Född utomlands eller med utlandsfödda föräldrar.

18 Född i Sverige och mamma och pappa som är födda i Sverige.

(64 procent jämfört med 57 procent i årskurs 2 på gymnasiet)¹⁹. Liknande gäller även årskurs 7 och årskurs 9. Den största skillnaden mellan ungdomarna finns i gruppen som rökt mer än 50 gånger, vilket är dubbelt så vanligt bland ungdomar med utländsk härkomst (12 procent jämfört med 6 procent) (se diagram 2 nedan). Det gäller både pojkar och flickor men totalt sett är det fler pojkar än flickor som röker vattenpipa.

Diagram 2. Rökvanor när det gäller vattenpipa hos elever i årskurs 2 på gymnasiet i Örebro län fördelat på härkomst



Källa: Örebro läns landsting (2009).

Vattenpipsrökning och annan tobak

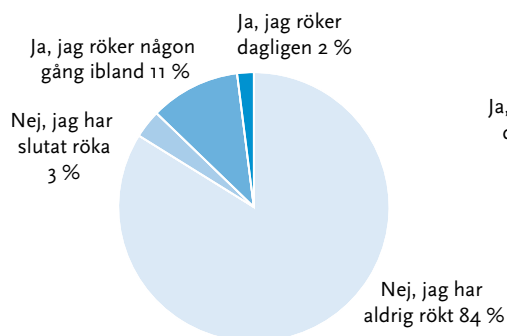
Elever som regelbundet röker vattenpipa (50 gånger eller mer) röker vanligen även cigaretter. Det finns ett linjärt samband mellan att röka vattenpipa och cigaretter: ju oftare ungdomarna har rökt vattenpipa, desto vanligare är det att även ha rökt cigaretter. Detta samband finns i såväl årskurs 7, årskurs 9 som i årskurs 2 på gymnasiet. Bland dem som aldrig rökt cigaretter är det vanligt att ha provat vattenpipa, och de som aldrig har rökt vattenpipa har oftast inte heller rökt cigaretter. Av dem som aldrig rökt en cigarett har 11 procent i årskurs 7, 25 procent i årskurs 9 och 39 procent i årskurs 2 på gymnasiet provat att röka vattenpipa (se diagram 3 sidan 34).

¹⁹ I denna analys har hänsyn ej tagits till vilket land svaranden kommer från, vilket innebär att elever i kategorin utländsk härkomst även kan komma från länder som inte har lång tradition eller kultur av vattenpipsrökning.

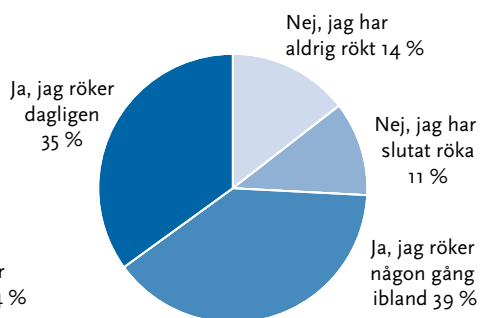


Diagram 3. Rökvanor bland elever på gymnasiet i årskurs 2 i Örebro län

Rökvanor cigaretter bland elever i gymnasiet år 2 som aldrig rökt vattenpipa



Rökvanor cigaretter bland elever i gymnasiet år 2 som rökt vattenpipa minst 50 gånger



Källa: Örebro läns landsting (2009).

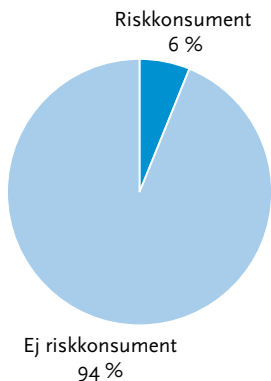
De pojkar som aldrig rökt vattenpipa snusar även i mycket liten utsträckning (11 procent snusar ibland eller dagligen i årskurs 2 på gymnasiet). Av de pojkar som rökt vattenpipa 50 gånger eller mer är det 64 procent som snusar ibland eller dagligen. Ju fler gånger de har rökt vattenpipa desto vanligare är det att även använda snus. För flickor kan inga statistiskt säkra samband påvisas när det gäller snusning då antalet flickor som snusar i undersökningen är få.

Vattenpipsrökning och alkohol

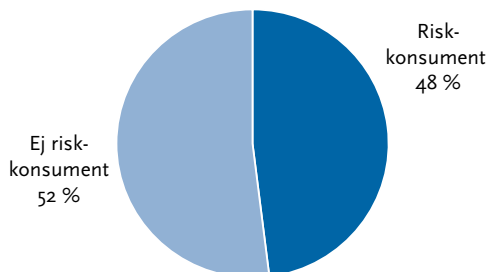
För att se samband mellan vattenpipsrökning och alkoholvanor används flera frågor enligt AUDIT index²⁰ och ungdomarna kategoriseras in i "ej riskkonsument" och "riskkonsument". Det finns ett klart samband mellan risken för att vara riskkonsument av alkohol och att röka vattenpipa. Ju oftare och ju mer de röker vattenpipa desto vanligare är det att vara riskkonsument av alkohol. Detta gäller för såväl årskurs 9 som årskurs 2 på gymnasiet. Av dem som aldrig rökt vattenpipa är det väldigt få som är riskkonsumenter av alkohol – endast 2 procent i årskurs 9 och 6 procent i årskurs 2 på gymnasiet (se diagram 4).

Diagram 4. Alkoholvanor enligt AUDIT bland elever i gymnasiet i årskurs 2 i Örebro län som aldrig rökt vattenpipa respektive rökt minst 50 gånger

Alkoholvanor enligt AUDIT bland elever i gymnasiet år 2 som aldrig rökt vattenpipa



Alkoholvanor enligt AUDIT bland elever i gymnasiet år 2 som rökt vattenpipa minst 50 gånger



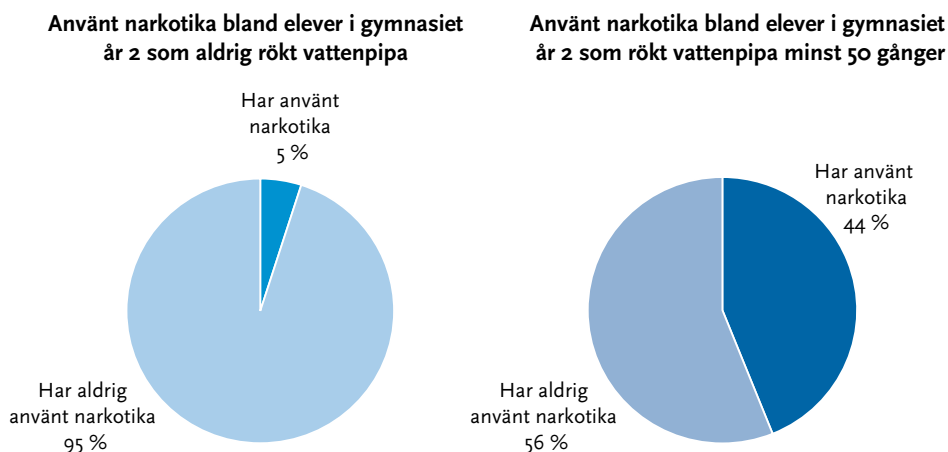
Källa: Örebro läns landsting (2009).

20 Riskkonsumtion av alkohol enligt AUDIT-C (Alcohol Use Disorders Identification Test) beräknas utifrån tre frågor som ger ett index: hur ofta och hur mycket som dricks vid ett vanligt tillfälle samt hur ofta en större mängd dricks vid ett och samma tillfälle. Indexet kan anta värde 0–12. Kvinnor som har 6–12 poäng och män som har 8–12 poäng klassas som riskkonsumenter.

Vattenpipsrökning och narkotika

I undersökningen i Örebro ställdes följande fråga: ”Har du någon gång använt narkotika?”. Det finns ett klart samband mellan att röka vattenpipa och att ha provat narkotika (för både årskurs 9 och årskurs 2 på gymnasiet). Andelen som provat narkotika i årskurs 2 på gymnasiet ökade ju fler gånger de hade rökt vattenpipa – från 7 procent (rökt vattenpipa en gång) till 44 procent (rökt vattenpipa 50 gånger eller mer) bland dem som hade provat narkotika. Det är alltså tio gånger vanligare att ha provat narkotika bland ”regelbundna vattenpipsrökare” än bland dem som aldrig rökt vattenpipa. Bland dem som aldrig rökt vattenpipa var det 5 procent som provat narkotika (både för årskurs 9 och årskurs 2 på gymnasiet) (se diagram 5 nedan).

Diagram 5. Elever i gymnasiet i årskurs 2 i Örebro län som använt narkotika och aldrig rökt vattenpipa respektive rökt minst 50 gånger



Källa: Örebro läns landsting (2009).

Vattenpipa som inkörsport till cigarettrökning

I analysen från *Liv & hälsa ung*-undersökningen i Örebro (se diagram 3 på sidan 34) och i flera studier om vattenpipsrökning från andra länder framgår att många av dem som röker vattenpipa även röker cigaretter. En studie i USA visade att 56 procent av studiedeltagarna förutom vattenpipa även rökte cigaretter (Maziak, Ward & Eissenberg, 2007). Detta väcker frågan om vattenpipsrökning kan leda till ökad risk för bruk av cigaretter. Inte minst med tanke på att den som röker vattenpipa exponeras för nikotin samt initieras i ”konsten att röka”.

I en studie följdes 800 danska 15- och 16-åringar under åtta månader. Ungdomarna hade testat att röka cigaretter, men rökte inte regelbundet och ungefär hälften hade provat att röka vattenpipa. Studien visade att de som rökte vattenpipa hade nästan tre gånger så stor risk för att bli cigarettrökare jämfört med dem som

inte rökte vattenpipa. För såväl vattenpipsrökande pojkar som flickor var risken större att gå från experimenterande med cigarettrökning till regelbunden användning av cigaretter (Jensen, Cortes, Engholm, Kremers & Gislum, 2010). I en studie bland collegestudenter i USA uppgav 35 procent av dem som rökte vattenpipa²¹ men inte cigaretter att de "troligen" eller "definitivt" skulle röka en cigarett under det kommande året (Ward et al., 2007). Ytterligare en studie från USA tyder på att de som röker vattenpipa i högre utsträckning än de som inte röker vattenpipa har avsikter eller tankar om att börja röka cigaretter i framtiden (Ward, Vander Weg, Relyea, Debon & Klesges, 2006).

I Örebroundersökningen (Örebro läns landsting, 2009) var det nästan 40 procent (årskurs 2 på gymnasiet) som har rökt vattenpipa men aldrig rökt en enda cigarett. Det innebär att en stor andel av dessa ungdomar kanske inte skulle ha kommit i kontakt med nikotin om de inte rökt vattenpipa. En studie på idrottande collegestudenter i USA visade att den grupp av ungdomar som röker mindre cigaretter än genomsnittet i stor utsträckning röker vattenpipa²² (Primack, Fertman, Rice, Adachi-Mejia & Fine, 2010). Forskningen stödjer hypotesen att vattenpipsrökning är en inkörsport till framtida användning av tobak. Cigarettrökare löper i sin tur ökad risk att utveckla alkoholproblem och cigarettrökning har visat sig kunna vara en inkörsport till andra droger (Lai, Lai, Page & McCoy, 2000; Narahashi et al., 2001). Liknande studier saknas för vattenpipsrökning.

Sammanfattning av vattenpipsbruk och dess utbredning

Vattenpipsrökning finns i dag i många länder. Det är vanligast att vattenpipa röks då och då, regelbunden vattenpipsrökning är ännu ovanlig i Europa och Sverige. Sverige hör till de fem länder i Europa där många har provat att röka vattenpipa och bland svenska ungdomar på gymnasiet har över 60 procent provat att röka vattenpipa. Flera regionala undersökningar i Sverige har visat att det är vanligare att pojkar röker vattenpipa än flickor, men de nationella undersökningarna från CAN visar inga skillnader mellan pojkar och flickor i årskurs 2 på gymnasiet. Regionala undersökningar visar även på en tidig introduktion av vattenpipsrökning. Rökning av vattenpipa samvarierar med bruk av cigaretter, snus, alkohol och narkotika. Det är dock svårt att säga något om riktningen på sambanden, det vill säga om det är vattenpipsrökning som ökar risken för bruk av andra droger eller tvärtom. Vattenpipsrökning kan dock vara en inkörsport till framtida användning av annan tobak, som till exempel cigaretter.

21 Majoriteten av deltagarna i denna studie rökte 1–2 vattenpipor i månaden.

22 30 procent hade provat att röka vattenpipa och av dessa hade 7 procent rökt 1–2 gånger under de senaste 30 dagarna.

Sammanfattningsvis visar den analyserade statistiken från Örebro regionala undersökning *Liv & hälsa ung* från 2009 följande resultat:

- Det är vanligare att ha provat att röka vattenpipa ju äldre ungdomarna är.
- Bland elever i årskurs 2 på gymnasiet är det vanligast att ha rökt vattenpipa 2–4 gånger.
- Det är nästan lika vanligt att ha provat att röka vattenpipa bland ungdomar med svensk härkomst som bland ungdomar med utländsk härkomst, men det är vanligare att röka ofta eller regelbundet bland ungdomar med utländsk härkomst.
- Det är vanligare att röka cigaretter dagligen bland dem som provat att röka vattenpipa än bland dem som aldrig provat.
- Pojkar som snusar ibland eller dagligen i årskurs 2 på gymnasiet röker vattenpipa i högre utsträckning än de som inte snusar alls.
- Det är vanligare att den som ofta röker vattenpipa är riskkonsument av alkohol jämfört med den som inte röker vattenpipa alls (årskurs 9 och årskurs 2 på gymnasiet).
- Det är tio gånger vanligare att ha provat narkotika bland dem som har rökt vattenpipa 50 gånger eller mer än hos dem som aldrig rökt vattenpipa.

Attityder till vattenpipsrökning

VAD ÄR DET SOM gör att mer än hälften av svenska ungdomar i årskurs 2 på gymnasiet har provat att röka vattenpipa? Ungdomars erfarenheter och kunskaper är värdefulla att ta del av, särskilt med tanke på möjligheten till framtida förebyggande insatser mot vattenpipsrökning. I denna attitydundersökning har Natasha Anderberg på Tobakspreventiva enheten, Örebro läns landsting, genomfört grupp-samtal med 30 ungdomar från årskurs 2 på gymnasiet som röker vattenpipa. Metoden beskrivs mer utförligt i bilaga 1. Denna del av rapporten beskriver först vad som framkommit i de genomförda samtalen, därefter en kort genomgång av andra studier om attityder till vattenpipsrökning och slutligen en sammanfattning i punktform av den svenska undersökningens resultat.

Vattenpipsrökningens sociala funktion

Varför attraheras ungdomar av att röka vattenpipa? De flesta provar att röka mer än en gång och under samtalen med ungdomarna framkom framför allt att vattenpipsrökningen har en stark social funktion och att det är en av de viktigaste orsakerna till varför ungdomarna både provar och fortsätter att röka vattenpipa. Rökning av vattenpipa ses som en social aktivitet, något att göra för att fördriva tiden samtidigt som det är lite kul och spännande. Att röka vattenpipa ses som en ”skön”, ”social grej”. Den som röker vattenpipa blir lugn och rofylld, och vattenpipan inbjuder till stunder med mysig stämning mellan vänner.

”Alltså man känner sig liksom, alltså varm och full inombords, som att man blir uppfylld av nånting. Det är en jätteskön känsla i bröstet.”

Det finns de som röker vattenpipa ensamma, men de allra flesta röker tillsammans med vänner. Många beskriver att de inte kan tänka sig att röka vattenpipa om de är ensamma.

”Jag röker inte för rökandets skull, jag röker ju mer för sällskapet liksom. Det blir ju, ja som sagt, jag skulle aldrig sätta mig själv.”

Rökningen tar tid och inbjuder till stunder av förtrolighet. Beroende på situationen kan vattenpipan användas i allt från en halvtimme upp till flera timmar. Vattenpipa är alltså inte något som används när det är ont om tid:

”Man sitter ju inte en kvart precis och röker.”



Vattenpipsrökningen är vanligast under sommaren. De flesta röker endast vattenpipa då och då eller till och med endast under sommarhalvåret. Det är svårt att beskriva hur ofta ungdomar röker vattenpipa eftersom det beror på många olika faktorer: vilka de umgås med, om de har annat att göra (till exempel har sommarjobb), om det är fest eller liknande. Det är mycket tydligt att vattenpipa inte röks regelbundet på det sätt cigaretter ofta används.

”Svårt att säga liksom, ett antal gånger, alltså det blir ju när det blir.”

Vattenpipa röks på fester, på stranden, i parker, på balkonger eller hemma hos vänner. Förutom vid fester är det vanligast att rökningen sker utomhus och att röken beskrivs som mycket ”godare” och ”fräschare” än röken från cigaretter.

”Alltså det är ju utomhus. Alltså röken blir ju så tjock också beroende på vad man har för nåt och då blir det liksom inte, att vara inomhus är inte, dom flesta bor ju fortfarande hemma också.”

Den stora mängden rök som produceras vid vattenpipsrökning inbjuder till lek och experiment. Rökringar, vattenfall (röken sugs upp från näsa till mun), skicka röken vidare från mun till mun, dra in så mycket rök som möjligt, hålla inne röken så länge som möjligt, prata med rök i munnen, rökning i bastu för att skapa dimma och så vidare. Det är också vanligt att experimentera med olika saker att ladda vattenpipan med, till exempel vodka, mjölk, te eller kaffe i stället för vatten, eller att smula sönder cigaretter och lägga i vattenpipan och liknande.

”Det är så kul om man drar in jättemycket och sen innan man drar ut så snackar man och rösten blir så här bara helt tjock. Det blir som värsta basrösten.”

Precis som vid annan rökning är det vanligt med grupptryck för att våga prova på och det är vanligt att äldre kompisar introducerar vattenpipsrökning till yngre. Förutom grupptryck från vänner finns även ungdomar som introduceras att röka vattenpipa av familjemedlemmar, vanligen av äldre syskon men även av föräldrar i samband med till exempel utlandsresor. Många har känt sig pressade att prova och det finns en känsla av att ”alla andra” någon gång har provat att röka vattenpipa. För många sker första gången på en fest.

”Ja, för mig var det också på en fest, en som, ja det var väl nån som hade med sig och jag är en sån där som måste testa allt så då blev det att jag smaka och fastna för det.”

”För mig vart det på en fest, jag umgicks med äldre och jag var lite mindre.”

”Så jag och en kompis var på fest och då hade dom vattenmelonsmak så jag tänkte, åh det verkar ju gott. Så jag provade och sen det var väl inget speciellt, jag tyckte inte det smaka vattenmelon och det smaka inget annat heller direkt. Men det var ändå lite coolt. Men det är liksom en sån här chillgrej man kan sitta ute och liksom hänga med.”

Citatet på föregående sida visar även på vilken betydelse smaksättningen har. Något som luktar och smakar vattenmelon kan dels upplevas som ofarligt, dels kan smaken underlätta rökningen och väcka intresse för tobaken eller rökmassan. Smaken på vattenpipstobaken beskrivs som mycket viktig. Smaksatt tobak är det som används och det är mindre viktigt för ungdomarna om det som används innehåller tobak med nikotin. Ungdomarna har sina favoritsmaker och nya smaker är lockande att prova.

Den som har vattenpipan är vanligtvis den som också köper tobaken, eller så turas man om att köpa för att dela på kostnaden. Tobaken köps i de affärer som säljer vattenpipstobak, på marknader, via Internet eller vid utlandsresor. Bland dem som är under 18 år beskrivs det som enkelt att köpa själv eller att be någon kompis som fyllt 18 år att köpa.

”Genom äldre kompisar. Det är ju samma sak som med alkohol, jag menar vill man ha alkohol så får man tag i det. Det är ju liksom, det är ju samma grej. Det finns alltid nån som kan fixa åt en.”

Rökens farlighet

Ungdomar tycker att vattenpipsrökning ”inte känns farligt” utan mer som att det är ”luft och vatten”. De tycker att röken är len, mild, kall och smakar gott. Alla ungdomar som deltagit i samtalen pratar om hur spännande det är att det bildas så mycket rök vid vattenpipsrökning: ”det blir ascoolt massa rök”. Någon menade att den kalla röken troligen inte förstör flimmerhåren. Trots att de flesta inte tycker att det känns farligt så tror många att det trots allt kan vara farligt att röka vattenpipa eftersom det bildas så mycket rök och på grund av att vattenpipan röks under så lång tid.

”Fast jag tycker det känns inte. Alltså när man röker vattenpipa då känns det inte som att det är så farligt om man jämför med cigaretter. Men det kan ju säkert vara det ändå.”

Många är inne på att det nog trots allt är farligare att röka vanliga cigaretter eftersom detta oftast innebär rökning varje dag och vattenpipsrökning endast är något som sker då och då.

”Alltså vattenpipa, jag röker ju inte det så ofta men om jag skulle röka vanliga cigaretter då skulle jag röka mycket oftare.”

”Det är sämre att konsumera flera cigarettpaket i veckan än liksom och röka nån gång då och då på en fest.”

Dessutom delar ungdomarna ofta vattenpipan med andra vilket enligt dem innebär mindre exponering för varje person: ”det blir ju inte en person som får 100 stycken” (en ungdom som hört att vattenpipsrökning kan motsvara rök från 100 cigaretter). Många har hört att det kanske till och med skulle kunna vara farligare att röka vattenpipa än cigaretter men är inte säkra på om det verkligen är sant och funderar på om informationen är överdriven.

Smittorisken när munstycket delas vid vattenpipsrökning har även diskuterats under samtalen. Ungdomarna känner till att herpes och andra sjukdomar kan smitta vid vattenpipsrökning men menar att det inte är något de tänker på. Att dela vattenpipa är som att bjuda någon att dricka ur samma flaska eller glas och att de förutsätter att ens vänner är "någorlunda rena". Det beskrivs som mer riskfyllt att bli serverad vattenpipa på till exempel festival eller under fest, men då ingår ofta alkohol i bilden och vid sådana tillfällen tänker de inte på smittorisken. Ingen ungdom i studien använder utbytbara munstycken.

"Man får inte vara rädd för bakterier alltså, man passar bara runt den."

Ungdomarna upplever att "allt" på ett schablonmässigt sätt sägs vara farligt och att informationen om att vattenpipsrökning kan innebära hälsorisker kanske kommer från någon vuxen som bara vill "sätta skräck" i ungdomarna. En person jämförde till och med när cigaretterna kom, och ingen trodde att det var så farligt som vi nu vet, och jämförde det med vattenpipsrökning som nu är "nytt, häftigt och coolt" och som ingen riktigt vet något om. De flesta är medvetna om att det finns en risk att vattenpipsrökning är farligt.

"Om det är så farligt så kanske liksom, dom kanske borde undersöka det mer ifall det är så farligt som det är. För jag menar det är ju ändå yngre som håller på med det."

Om beroendet

Nästan alla ungdomar som deltagit i studien tror att de inte blir beroende av att röka vattenpipa. De beskriver att de kan bli sugna på att röka vattenpipa men känner sig inte beroende.

"Först i början så var det ju mest så här bara fester. Men sen liksom när man köpte egen och så var bara "åh vad sugen jag är", men man kanske ska gå ut och sätta sig."

Några diskuterar att det kanske finns en risk att bli beroende om de skulle röka vattenpipa ofta, till exempel varje dag under en sommar. Andra diskuterar att det borde vara möjligt att blir beroende av vattenpipa eftersom det smakar så gott och samtidigt innehåller nikotin. Men de upplever sig inte beroende av vattenpipsrökning, och känner inte heller någon annan som de tror blivit beroende av vattenpipsrökning.

"Det känns i alla fall inte som att det är nånting man kan bli beroende av."

De flesta ungdomarna är medvetna om att det finns nikotin även i den tobak som används i vattenpipa och de tror att det kan bli stora mängder eftersom de sitter och röker under så lång tid. Andra tror att vattenpipstobaken inte innehåller nikotin eller bara lite, eftersom det står så låga värden angivna på tobaksförpackningarna. Flera av ungdomarna visste inte om den tobak de använt innehållit nikotin eller var ointresserade av om den innehöll det eller inte.

De diskuterar att olika personer tål olika mycket (tolerans) beroende på hur vana de är att röka. Ungdomarna säger att de flesta som röker vattenpipa också röker vanliga cigaretter. Nästan alla ungdomar beskriver att de någon gång eller ofta blivit yra, ”snurriga” eller illamående av att röka vattenpipa. Framför allt de som röker vattenpipa för första gången och de som inte röker vanliga cigaretter beskriver att de blir påverkade av att röka vattenpipa. Det beskrivs att den som röker vattenpipa kan bli trött, hängig, konstig eller pigg och får en nikotinkick.

”Ja, det var som en billig fylla liksom, det var liksom, man blev helt, lite så här småflummig och lite glad. Men det var inget så här extremt men det är klart att det kändes att det var nåt som man inte brukade hålla på med.”

Av de ungdomar som rökte vanliga cigaretter var det var lite olika om de provat att röka vattenpipa eller cigaretter först. Men de menade att det är många som börjar röka vattenpipa under sommarhalvåret för att sedan fortsätta att röka vanliga cigaretter under vintern.

”Ja, dom kompisarna jag har som började med vattenpipa har ju fortsatt nu och röker vanligt, så jag tror väl kanske att det beror lite på.”

De som rökte cigaretter upplevde att vattenpipsrökning inte kunde ersätta cigaretten. De som provat att röka vattenpipa i stället för att röka cigaretter upplevde att nikotinsuget inte försvann.

”Det blir inte samma lugn. Alltså som när man känner så här sugen på en cigg så tar man vattenpipa i stället, alltså det blir, suget släpper ju inte utan det blir fortfarande bara ”fan vad röksugen jag är”, jag måste röka...”

Flera av ungdomarna kände till eller hade hört talas om att hasch och marijuana används i vattenpipor.

”Och så kan man ju köra hasch eller nåt annat i stället för vanlig tobak. Det beror på vad man väljer.”

Några hade själva provat, ibland utan att känna till vad som var i vattenpipan. Risken för att råka ut för detta menar man ökar vid alkoholdrickande i samband med fester. På fester kan det till exempel finnas två vattenpipor – en med ”vanlig tobak” och en med ”mystiskt eller busigt” innehåll.

”Jag vet inte riktigt vad det var dom hade i vattenpipan. Och det var första gången som vart liksom som det var så här riktigt, riktigt starkt. Det lik-som kändes i hela magen och typ halsen och det var verkligen så här, jag tror inte att det var nåt så här jättefarligt men det var ju ändå liksom det kändes och jag mådde inte så himla bra efteråt ... Jag vet inte riktigt vad det var för nånting men det var inte så himla, ingen bra erfarenhet av vattenpipa.”



Flera ungdomar menade att det är viktigt att känna den som gör i ordning vattenpipan eller att fråga vilket innehåll som används eftersom det finns en risk att vattenpipan används för annat än tobak.

Vuxnas attityder till ungdomars vattenpipsrökning

Hur tror ungdomar att vuxna ser på vattenpipsrökning? De ungdomar som samtalat om detta har olika erfarenheter. En del ungdomar beskriver att föräldrarna inte känner till att de röker vattenpipa eller att de vet men inte bryr sig. Andra ungdomar beskriver att deras föräldrar inte alls tycker att det är bra med vattenpipsrökning men ändå tycker att det är bättre än att röka cigaretter. Det finns även föräldrar som inte verkar ha något emot vattenpipsrökning och till och med har rökt vattenpipa tillsammans med sina barn.

”Min pappa gillar det inte. Mamma tycker det luktar gott så jag brukade kunna sätta mig i vardagsrummet för att hon ville att det skulle lukta gott. Så att hon bryr sig inte.”

Några av ungdomarnas föräldrar tycker det är okej att röka vattenpipa om det är tobak i den och inte någonting annat. Ungdomarna tror att de flesta föräldrar trots allt verkar tycka att det är bättre att röka vattenpipa än vanliga cigaretter.

”Men jag tror inte föräldrarna vet liksom hur farligt det är med vattenpipa egentligen.”

Ungdomarna själva tror att vuxna vet för lite om vattenpipsrökning och att de skulle vara mer restriktiva om de visste att det är farligt. Detta trots att ungdomarna samtidigt menar att det inte spelar någon roll vad föräldrarna säger eftersom de ändå gör som de vill.

”Dom har heller inte så mycket och säga till om. För jag menar säger dom nej så gör man det i alla fall.”

Trots detta så menar ungdomarna i undersökningen att vuxna har ett ansvar att lära sig mer och ta fram pålitlig och trovärdig kunskap om vattenpipsrökning.

Framtiden för vattenpipsrökning

De ungdomar som deltog i samtalen var mellan 17–19 år gamla. Några menade att vattenpipsrökning är något som mest intresserar yngre ungdomar (13–15-åringar) och att de flesta nu har provat på att röka och att ”nyheten” därmed inte är lika lockande längre.

”Det där var nåt man höll på med när man var liten, jag är inte stor nu heller men, nej, men typ mellan 13 och 15.”

En del tror att trenden är på väg att vända och att vattenpipsrökning inte är lika populärt längre. Flera ungdomar menar att vattenpipsrökning är något som är van-

ligare i tonåren för att det då finns mer tid under till exempel sommaren. När man blir äldre, arbetar och skaffar barn tror de flesta att de inte kommer att röka vattenpipa. Precis som vid cigarettökning ser inte ungdomar sig som rökare av vattenpipa när de blir vuxna.

”Jamen om man känner så redan nu liksom, jag menar jag fyller 19 i sommar, och jag känner väl att om jag redan nu börjar tycka att det är lite så här, lite småtöntigt och lite så här, nånting som 14-åringar sitter och håller på med så blir det lite så här. Jag hoppas att om fem år så gör jag nånting vettigt.”

Vid samtalen var det många som ändå tror att de kommer att röka vattenpipa under den kommande sommaren om tillfälle ges och såg fram emot ”sköna stunder” med vattenpipan i sommar.

Sammanfattning av attityder till vattenpipsrökning

Det som framkommit i samtalen med de svenska ungdomarna stämmer väl överens med genomförda attitydundersökningar i andra länder. Studier i Syrien, Jordanien, USA, England och Kanada visar att de flesta röker vattenpipa då och då eller någon gång per månad och att vattenpipa röks tillsammans med vänner (Asfar et al., 2005; Hammal et al., 2008; Roskin & Aveyard, 2009; Smith-Simone et al., 2008; Ward et al., 2007). Den tidigare nämnda mest använda tobaken är även i andra länder den sötade varianten (den så kallade maasel-tobaken), som upplevs smaka godis och gör att tobaken inte luktar som traditionell rök (Roskin & Aveyard, 2009; Smith-Simone et al., 2008).

De flesta som röker vattenpipa tror att vattenpipsrökning är mindre beroende-framkallande och farligt än cigarettökning och känner sig säkra på att kunna sluta om de vill. Studier visar att de som röker vattenpipa ofta har hög tilltro till sin förmåga att sluta och lågt intresse för att sluta (Asfar et al., 2005). Vid försök att sluta röka vattenpipa beskrivs trots detta ofta abstinensbesvär liknande cigarett-abstinens i form av nikotinsug, konstanta tankar på vattenpipa samt svårigheter att stå emot vattenpipsrökning när det finns tillgängligt (Asfar et al., 2005; Hammal et al., 2008). Däremot beskriver individer som både röker cigaretter dagligen och vattenpipa då och då att vattenpipsrökning inte är ett tillfredsställande substitut för cigaretter (Hammal, Ward, Eissenberg & Maziak, 2008), något som även framkom i den svenska undersökningen.

Följande korta punkter sammanfattar de svenska ungdomarnas tankar, erfarenheter och kunskaper om vattenpipsrökning:

- Röka vattenpipa är ”skönt”, ”kul”, ”socialt” och ”något att göra”.
- Det är vanligt att dela och röka vattenpipa med andra.
- De flesta röker endast vattenpipa då och då.
- Det är vanligt att röka vattenpipa utomhus under sommaren.
- Röken vid vattenpipsrökning är len, mild, kall och smakar gott.

- Sötad och smaksatt tobak är den form av tobak som används.
- Den stora mängden rök inbjuder till lek och experiment.
- De flesta introduceras till vattenpipsrökning av äldre ungdomar och grupptryck är vanligt.
- Det är lätt att få tag på vattenpipstobak, den säljs i affärer, på marknader, via Internet eller inhandlas vid resor utomlands.
- Det upplevs inte som farligt att röka vattenpipa.
- De flesta delar vattenpipan med vänner trots kunskap om smittorisk.
- De flesta ungdomar tror inte att vattenpipsrökning leder till beroende.
- En del ungdomar tror att vattenpipsrökning kan vara inkörsporten till cigarett-rökning.
- Det förekommer ibland att illegala droger används i stället för tobak i vattenpipor.
- Vattenpipsrökning fungerar inte som ersättning för cigaretter.
- En del föräldrar tycker det är bättre med vattenpipsrökning än cigarettrökning.
- Ungdomar anser att föräldrar inte vet tillräckligt mycket om vattenpipsrökningens hälsorisker.
- Ungdomar tror inte att de kommer att röka vattenpipa när de blir vuxna.

Ungdomarna efterlyser mer kunskap hos vuxna om vattenpipsrökning – och kunskaper om vattenpipsrökningens risker efterfrågas också av ungdomarna själva. Flera av ungdomarna menar att vattenpipsrökning kan leda till att ungdomar fortsätter att röka vanliga cigaretter, vilket även stöds av andra studier. Att lära sig röka vattenpipa kan förutom den hälsorisk det i sig utgör också innebära en risk för ett livslångt beroende av cigaretter.

Regler för vattenpipstobak

EN AV DE VIKTIGASTE bestämningsfaktorerna för tobaksbruk är social acceptans och den påverkas av de lagar och regler som råder. Sedan tobakslagen infördes 1993 (SFS 1993:581) och skärpts vid ett antal tillfällen har den allmänna attityden i samhället successivt blivit alltmer negativ mot rökning (Nilsson, 2005; Statens folkhälsoinstitut, 2009a). Därför är lagstiftning och tillsyn över att lagens bestämmelser följs viktiga redskap för att påverka den allmänna attityden till vattenpipa och efterfrågan på vattenpipstobak. All försäljning av tobak till personer under 18 år är förbjuden, inklusive vattenpipstobak. Alla produkter som innehåller någon form av tobak är en tobaksvara, oavsett hur stor eller liten del tobak produkten innehåller (SFS 1993:581). Detta innebär att vattenpipstobak omfattas av tobakslagen, men inte den rökmassa som inte innehåller tobak (se sidan 15 om rökmassa). Lagen om tobaksskatt (SFS 1994:1563) är ett annat viktigt verktyg som vi vet påverkar tobaksbruket. Även WHO:s ramkonvention om tobakskontroll, fortsättningsvis benämnd *tobakskonventionen*, omfattar vattenpipstobak och pekar på betydelsen av att begränsa tillgång och se över märkning, marknadsföring, pris och skatter för att på så sätt minska skadeverkningar av tobaksbruk (World Health Organization, 2003).

Denna del av rapporten beskriver vad som gäller för vattenpipstobak enligt tobakslagen (SFS 1993:581) när det gäller varningstexter, förpackningar, marknadsföring och skatteregler enligt lagen om tobaksskatt (SFS 1994:1563). Vidare ger den exempel på försäljning av vattenpipstobak i butik från Örebro och Kristianstads kommuner.

Varningstexter och förpackningar

Alla förpackningar som innehåller tobak ska vara märkta med varningstexter enligt Europaparlamentets och rådets direktiv (EG, 2001), tobakslagen (SFS 1993:581) och Statens folkhälsoinstituts föreskrifter (FHIFS 2001:2; FHIFS 2002:4). På små paket vattenpipstobak (samma storlek som cigarettpaket) ska det finnas två varningstexter: en på den mest synliga ytan som ska täcka minst 30 procent av förpackningen och en på den andra mest synliga ytan som ska täcka minst 40 procent. För paket som är större än 75 cm² (till exempel vattenpipstobak som innehåller 250 gram tobak) ska det finnas två varningstexter som minst är 22,5 cm² stora (FHIFS 2001:2, § 2 och 3). Varningstexterna ska vara tydliga och lätta att läsa på svenska (mer information om varningstexternas storlek och form finns i § 7 och § 8 i FHIFS 2001:2). Om en förpackning (till exempel en plastburk) är placerad i ett yttre omslag av exempelvis kartong, ska båda förpackningarna vara försedda med varningstexter. Yttre omslag som är genomskinliga, som till exempel cellofan,



**Rökning skadar
allvarligt dig själv
och personer
i din omgivning.**

behöver inte märkas med varningstexter. Det är tillåtet att fästa varningstexten på förpackningen till vattenpipstobak i klistermärkesform om klistermärket inte kan avlägsnas (§ 8 FHIFS 2001:2).

Varningstexternas utformning och placering på förpackningar gör att alla tobaksförpackningar liknar varandra. Eftersom tobak till vattenpipa ofta saknar varningstexter (se kartläggning i Örebro och Kristianstad på sidan 52) och många gånger har färgglada bilder med frukter och liknande (S. Bengtsson, Länsstyrelsen i Stockholm, personlig kommunikation, 2010-08-27) så kan de lätt associeras till annat än tobak, till exempel kaffe, te, frukt och bär, tuggummi, choklad, godis eller annat.

Paketens utsmyckning i färg, form och text som associerar till frukter eller liknande kan uppfattas som vilseledande då det många gånger kan vara svårt att förstå att paketen innehåller tobak som är skadlig för hälsan. Det kan till och med vara svårt att skilja vattenpipstobaken från paket med godis, tuggummi och choklad. Enligt artikel 11 i tobakskonventionen får inte förpackningar av tobaksvaror och dess märkning främja tobaksprodukten (Statens folkhälsoinstitut, 2009b). Vidare får enligt tobakslagen § 9 a inte texter, namn, varumärken, figurer eller andra märken som ger intryck av att en viss tobaksvara är mindre skadlig än andra användas på förpackningar av tobaksvaror (SFS 1993:581). De förpackningar av vattenpipstobak som i dag finns ute i handeln är sällan utformade i enlighet med dessa lagar och föreskrifter (S. Bengtsson, Länsstyrelsen i Stockholm, personlig kommunikation, 2010-08-27).

När det gäller vattenpipstobakens innehåll så kan det i dag vara svårt att veta om paketen innehåller tobak eller om det är rökmassa utan tobak, då tydlig märkning ofta saknas. Den knapphändiga information som finns på paketen är ofta skriven på engelska blandat med arabiska tecken som många i västvärlden har svårt att tyda. Till skillnad mot cigaretter krävs (enligt § 9:2 tobakslagen och § 5 FHIFS 2001:2)

ingen innehållsdeklaration på vattenpipstobak när det gäller halter av tjära, nikotin, kolmonoxid eller andra skadliga ämnen som tobaken kan innehålla. Paketerna får dock inte ha vilseledande innehållsdeklarationer, till exempel att tjärinnehållet är 0 procent, vilket förekommer i handeln. Tobaksprodukter innehåller inte tjära i orökt skick, utan tjäran uppstår när tobaken förbränns (Statens folkhälsoinstitut, 2007).

Enligt tobakslagen (§ 11 och § 27 SFS 1993:581) får inte en tobaksvara säljas till konsumenter om den saknar varningstexter eller om texten är uppenbart oriktig. Kommunerna har från och med den 1 augusti 2010 omedelbar tillsyn över varningstexter (enligt § 9 och § 11 SFS 1993:581) på försäljningsstället. Länsstyrelsen har tillsyn inom länet på samma område. Statens folkhälsoinstitut har central tillsyn över bland annat varningstexter (enligt § 9–11 SFS 1993:581) samt produktkontroll (enligt § 16–18 SFS 1993:581), medan Konsumentverket har central tillsyn för vilseledande beskrivningar (enligt § 9a SFS 1993:581). Om en tobaksvara avsiktligt tillhandahålls eller säljs till konsumenter utan varningstexter eller om texten är uppenbart oriktig kan det utgöra olovlig tobaksförsäljning (enligt § 27 SFS 1993:581). Det kan leda till böter eller fängelse i högst sex månader (Statens folkhälsoinstitut, 2007).

Marknadsföring

Enligt § 14 i tobakslagen (SFS 1993:581) är marknadsföring av tobak som huvudregel totalförbjuden. Detta omfattar därför även skyltning för att marknadsföra tobak till vattenpipa. Marknadsföring i form av reklamskyltar är förbjudet på säljställets utsida och i skyltfönstren. Reklam och annan marknadsföring av tobaksvaror inne på säljstället får inte vara påträngande, uppsökande eller uppmana till bruk av tobak. Det är dock tillåtet att skylta med till exempel vattenpipor och andra tillbehör. Kommunen ansvarar för den omedelbara tillsynen av marknadsföringen och Konsumentverket är central tillsynsmyndighet (för mer information om den centrala tillsynen av marknadsföring av tobaksvaror, se www.konsumentverket.se).

Skatt på tobak till vattenpipa

Tobaksvaror beskattas enligt lagen (SFS 1994:1563) om tobaksskatt. Vattenpipstobak beskattas enligt bestämmelserna om rökto bak. Med rökto bak avses i tobaksskattehänseende bland annat tobak som skurits eller på annat sätt strimlats, tvinnats eller pressats till kakor och som går att röka utan ytterligare industriell beredning. Även produkter som helt eller delvis består av andra ämnen än tobak men som i övrigt uppfyller kriterierna för rökto bak beskattas som rökto bak. Det innebär till exempel att även rökmassa till vattenpipor ska beskattas, även om den inte innehåller tobak eller nikotin.

Skattesatsen för rökto bak var år 2010 1 560 kronor per kilo (för information om aktuella skattesatser, se www.skatteverket.se). Tobaksskatten för ett paket rökto bak på 250 gram blir således 390 kronor. Därutöver tillkommer även moms.

Ett sådant paket kostar i dag i handeln cirka 65 kronor (uppgift via provköp i Örebro 2009-12-08). Det finns därför anledning att misstänka att en del av den vattenpipstobak eller rökmassa till vattenpipa som finns tillgänglig i handeln i dag inte är beskattad enligt gällande bestämmelser. Det kan noteras att den som innehar obeskattade tobaksvaror under vissa förutsättningar kan bli skyldig att betala tobaksskatt. Skatteverket är ansvarig myndighet för frågor kring beskattning av tobaksvaror (för mer information, se www.skatteverket.se). Tullverket ansvarar för frågor om tull och i vissa fall även beskattning av vattenpipstobak som importeras (för mer information, se www.tullverket.se).

Försäljning av vattenpipstobak

Precis som för all tobak regleras försäljningen av vattenpipstobak av tobakslagen. Tobak får som tidigare nämnts (enligt § 12 SFS 1993:581) inte säljas till personer under 18 år, detta ska kontrolleras av den som säljer eller lämnar över tobaken. För att få sälja tobak ska näringsidkaren anmäla försäljning till den kommun där tobaken ska säljas. Från den 1 augusti 2010 är anmälningsplikten för tobaksförsäljning straffsanktionerad. Det innebär att en näringsidkare som säljer tobaksvaror utan att först ha anmält detta till kommunen riskerar att bli fälld för olovlig tobaksförsäljning och få böter eller fängelse i max sex månader. Polismyndigheten är tillsammans med kommunen, också från 1 aug 2010, omedelbar tillsynsmyndighet (enligt § 12–12d SFS 1993:581). Det finns dock ingen anmälningsplikt för att sälja vattenpipor eller åldersgräns för att få köpa en vattenpipa eller rökmassa utan tobak.

Försäljning av vattenpipstobak i Örebro och Kristianstads kommuner

Länsstyrelsen i Örebro (Borg & Schölin, 2010) har genomfört en kartläggning i Örebro kommun av hur försäljning av vattenpipstobak, rökmassa och vattenpipor sker i butiker. Kartläggningen genomfördes för att få en bild av hur många butiker som säljer vattenpipstobak och hur många av dessa som är anmälda tobaksförsäljare. En liknande inventering av försäljningen av vattenpipstobak och vattenpipor har även genomförts i Kristianstads kommun (Sjölander & Svensson). I Örebro besökte länsstyrelsen 52 försäljningsställen varav 15 sålde vattenpipstobak eller rökmassa avsedd för vattenpipsrökning och vattenpipor. Två butiker av de 15 som sålde vattenpipstobak och vattenpipor var inte registrerade hos kommunen som säljare av tobaksvaror. I Kristianstad besökte kommunen 31 butiker varav 12 sålde vattenpipstobak och vattenpipor – tre av dessa hade inte anmält till kommunen att de sålde tobak. I några av butikerna i Örebro uppgav försäljare att de endast sålde rökmassa utan tobak, men vid kontroll av butikernas sortiment fanns det produkter med tobak enligt innehållsförteckningarna. Alla granskade vattenpipstobakspaket i både Örebro och Kristianstad saknade varningstexter på svenska, trots att detta ska finnas på paketen enligt tidigare nämnda föreskrifter.

Av de butiker som sålde vattenpipa, vattenpipstobak eller rökmassa utan tobak i Örebro uppgav 12 av 15 att de kände till 18-årsgränsen för försäljning av vattenpipstobak. Det finns i dag som tidigare nämnts ingen reglerad åldersgräns för rökmassa utan tobak, butikerna säger sig dock ändå försöka uppskatta åldern på dem som vill köpa rökmassa. Vissa butiksinnehavare menar att de använder sig av "sunt förnuft" eller "inte säljer vattenpipor eller örttobak till barn" (Borg & Schölin, 2010).

I Örebro kommun visade kartläggningen att försäljningen av vattenpipstobak i huvudsak var koncentrerad till ett område. En av butikerna distribuerade vattenpipstobak till många av de andra säljande butikerna. I Kristianstad inhandlades vattenpipstobak från Malmö, Helsingborg, via Internet eller direkt från andra länder.

I flera av butikerna i Örebro var vattenpipstobaken och rökmassan mindre synligt placerade än övrig tobak och flertalet av försäljarna uttryckte att det var låg efterfrågan på vattenpipor och vattenpipstobak. Kartläggningen i Örebro genomfördes vid två tillfällen i november 2009 och mars 2010. Kartläggningen i Kristianstad genomfördes under våren 2009. Båda studierna genomfördes under perioder då försäljning av vattenpipor, vattenpipstobak och rökmassa kan antas vara liten, det vill säga inte under sommarhalvåret då bruket av vattenpipa antas vara vanligast i Sverige. Vid båda studierna uppgav flera butiksinnehavare som vid undersökningen inte sålde vattenpipstobak att de regelbundet fick förfrågningar från återförsäljare om att sälja vattenpipor, vattenpipstobak och tillbehör.

Sammanfattning av regler för vattenpipstobak

Det finns stora brister när det gäller tillsyn och beskattning av vattenpipstobak, vilket kartläggningarna i Örebro och Kristianstads kommuner samt priser vid provköp visar. Förpackningarna säljs till så låg kostnad att de inte kan vara beskattade, de saknar i regel varningstexter, ser ofta ut som godisförpackningar samt har ofta vilseledande information om innehåll. Enligt artikel 15 i tobakskonventionen ska parterna "övervaka och samla in uppgifter om gränsöverskridande handel genom samarbete mellan skattemyndigheter, tullmyndigheter och andra myndigheter" för att minska tillgången på tobak (World Health Organization, 2003). Ett inspirerande exempel är Länsstyrelsen i Stockholms län som har initierat samverkan med Skatteverket, Tullverket, Åklagarmyndigheten, Kronofogdemyndigheten, Statens folkhälsoinstitut och Polismyndigheten. Detta exempel på samverkan resulterade i att handlare och importörer blev informerade och att en hel del tobak beslagtogs (S. Bengtsson, Länsstyrelsen i Stockholm, personlig kommunikation, 2010-08-09). Det finns ett stort behov av satsningar på liknande samordnade insatser mellan Statens folkhälsoinstitut, länsstyrelser, kommuner, Skatteverket, Tullverket, Polismyndigheten och Konsumentverket för att gemensamt arbeta för att gällande lagstiftning kring vattenpipstobak följs och förstärks. Det är viktigt eftersom det påverkar tillgänglighet, efterfrågan och därmed även den sociala acceptansen för vattenpipsrökning bland framför allt ungdomar men även vuxna, vilket i sin tur påverkar hur många som röker vattenpipa.

Sammanfattande slutsatser och diskussion

VATTENPIPSRÖKNING HAR FUNNITS i flera århundraden i många österländska kulturer. Denna form av rökning sprider sig nu i västvärlden, särskilt bland ungdomar. I många länder börjar nu vattenpipsrökning uppmärksammas som ett hot mot folkhälsan. I Sverige finns ännu inga nationella undersökningar som visar hur många vuxna som röker vattenpipa. En kartläggning av vanor och förekomst av vattenpipsrökning bland vuxna är viktig för att få en tydligare bild av bruket av vattenpipa i Sverige, inte minst eftersom vuxnas rökvanor påverkar tobaksbruket hos barn och ungdomar. Enligt Nilsson (2005) leder färre rökande vuxna till färre rökande ungdomar.

Minska tobaksbruket

Rökning är ett allvarligt hot mot folkhälsan och den största enskilda orsaken till sjukdom, lidande och förtida död i västvärlden (Statens folkhälsoinstitut, 2009a). I dag är fortfarande 900 000 personer i den vuxna befolkningen dagligrökare (Statens folkhälsoinstitut, 2010) och så många som 36 procent pojkar och 43 procent flickor rökte i gymnasiets årskurs 2 år 2010 (15 procent pojkar och 20 procent flickor varje eller nästan varje dag) (Hvitfeldt & Gripe, 2010). När det gäller vattenpipsrökning visade den europeiska undersökningen *Eurobarometers* att 27 procent av den vuxna befolkningen i Sverige hade provat att röka vattenpipa år 2009 (European Commission, 2010), och så många som 63 procent pojkar och flickor i årskurs 2 på gymnasiet (Hvitfeldt & Gripe, 2010). Förutom de produkter som röks används även snus i Sverige, 19 procent män och 4 procent kvinnor i åldern 16–84 använder snus dagligen (Statens folkhälsoinstitut, 2010). Sammantaget är det många i Sverige som använder någon form av tobaksprodukt.

Tobakskonventionen innebär att världens länder ska samarbeta för att skydda kommande generationer från tobakens hälsomässiga, sociala, ekonomiska och miljömässiga skadeverkningar samt stoppa tobaksindustrins inflytande (World Health Organization, 2003). Sverige anslöt sig till konventionen 2005, vilket innebär att vi förbundit oss att anpassa våra egna lagar efter konventionens krav. Riksdagen antog 2004 (propositionen 2002/03:35) nationella mål för folkhälsan, där tobak ingår, och strukturen förnyades i den senaste folkhälsopropositionen (Regeringens proposition 2007/08:110, 2008). Det övergripande målet för tobakspolitiken är att minska tobaksbruket, och de delmål som ska uppnås till 2014 har tydligt fokus på barn och ungdomar. Ett av delmålen handlar om att halvera antalet ungdomar under 18 år som börjar röka eller snusa (Regeringens proposition 2002/03:35, 2002). Enligt Statens folkhälsoinstituts (2009a) beräkningar har vi långt kvar till

att uppnå detta delmål. Den ökande användningen av vattenpipstobak i Sverige går stick i stäv mot både tobakskonventionen och de nationella folkhälsomålen för tobak, vilket bör uppmärksammas. Vattenpipsrökning bör av detta skäl beaktas mer än vad som sker i dag i det tobaksförebyggande arbetet.

Rök med risk

Denna kunskapssammanställning utgår från den knappa forskning som finns tillgänglig i dag. Data kommer främst från länder där vattenpipsrökning har förekommit länge och gäller huvudsakligen grupper som röker vattenpipa regelbundet. Forskningen har vissa brister och begränsningar, och begrepp och mätmetoder skiljer sig dessutom mellan olika studier, vilket gör studierna svåra att jämföra med varandra. Mycket tyder på att vattenpipsrökning är skadligt på liknande sätt som cigaretter. Vattenpipsrökning producerar mycket stora mängder rök som innehåller samma skadliga partiklar och ämnen som cigarettrök. Det finns belägg för att sjukdomar som är välkända följder av cigarettrökning, till exempel lungcancer, KOL och hjärt-kärlsjukdomar, är kopplade även till vattenpipsrökning. En svårighet med forskning om vattenpipsrökning är att många som röker vattenpipa även röker cigaretter samt att de flesta inte röker vattenpipa regelbundet. Med tanke på den globala utbredningen, med uppskattningsvis 100 miljoner människor som röker vattenpipa, finns ett stort behov av fler studier. Det behövs mer forskning om:

- vilka skador och sjukdomstillstånd vattenpipsrökning ger, även för dem som röker då och då
- hur skadlig den passiva röken som produceras vid vattenpipsrökning är
- påverkan av kolförbränning
- risker med rökning av rökmassa utan nikotin
- vattenpipsrökning i svenska förhållanden.

Social aktivitet

Mer än hälften av ungdomarna på gymnasiet i Sverige har provat att röka eller röker vattenpipa. Flertalet ungdomar som röker vattenpipa ser inte sig själva som ”rökare” eller ens som ”vattenpipsrökare”, utan upplever det mer som en kul social aktivitet som utövas när tillfälle ges. De flesta ungdomarna röker då och då och framför allt under sommarhalvåret. Det finns samband mellan vattenpipsrökning och cigarettrökning samt användning av snus, alkohol och narkotika. Det går inte att i dag säga om det är vattenpipsrökning som ökar risken för bruk av snus, alkohol och andra droger eller om det är användning av snus, alkohol och liknande som medför ökad risk för användning av vattenpipa. Inget utesluter att båda sambanden kan förekomma. Dessa samband bör studeras ytterligare då det är ett viktigt underlag för ett mer strukturerat förebyggande arbete inom alkohol-, narkotika-, tobaks- och dopningsområdet (ANDT-området).

Ungdomarna upplever inte att det känns farligt att röka vattenpipa och tror inte att det kan leda till beroende. De använder vanligtvis sötda och smaksatt tobak och beskriver att smaken är viktig. Det är även vanligt att experimentera med att röka annat än tobak i vattenpipan. Ibland förekommer även användning av illegala droger i vattenpipor. Arbete för att minska användningen av vattenpipsrökningen kan därför innebära påverkan på såväl tobaksvanor som bruk av andra droger. Det finns en önskan hos ungdomar att få reda på om vattenpipsrökning är farligt. Föräldrar och andra vuxna i ungdomars närhet behöver ges ökad kunskap om vilka hälsorisker vattenpipsrökning för med sig för att de sedan ska kunna vara tydliga mot ungdomarna, på samma sätt som vi uppmuntrar föräldrar att vara när det gäller cigarettrökning.

Tillsyn och lagstiftning

Lagstiftning, regelverk, pris och skatter påverkar i hög grad tillgången på tobak, särskilt för ungdomar. En brist i nuvarande lagstiftning är att tobakslagen endast omfattar produkter som innehåller tobak och inte alla produkter som bidrar till rök. Det innebär att rökmassa utan tobak inte omfattas av tobakslagen, trots att den omfattas av lagen om tobaksskatt. En konsekvens blir att det är möjligt att sälja rökmassa utan tobak till personer under 18 år, och att försäljning av rökmassa utan tobak till vattenpipa inte kan kontrolleras vid tillsynsbesök.

Ungdomarna i undersökningen beskriver att det är lätt att få tag på vattenpips-tobak trots att de är under 18 år. Vattenpipstobak som finns till försäljning saknar dessutom ofta varningstexter. Kommunernas tillsyn över försäljningsställen behöver därför ske i större utsträckning än i dag. Förpackningar av vattenpipstobak är i dag ofta utformade så att de liknar ofarliga produkter som te, kaffe, tuggummi och godis, vilket förstärker behovet av väl synliga varningstexter på svenska på paketen och kanske även i framtiden varningsbilder.

Med tanke på att smaksatt tobak är den form som huvudsakligen används i Sverige bör en översyn och reglering av smaktillsatser övervägas. Detta är en förebyggande åtgärd som bör ha effekt på ungdomars bruk av vattenpipstobak. Utifrån det låga priset på vattenpipstobak i butik kan man dra slutsatsen att tobaken sällan eller möjligen aldrig är beskattad. Det finns stora vinster med att se över vem som ansvarar för vad och hur man kan samverka på bästa sätt för att komma tillrätta med till exempel felmärkt och obeskattad vattenpipstobak. Att beskattningen sker på rätt sätt är viktigt eftersom pris är en av de faktorer som påverkar ungdomars tobaksbruk i störst utsträckning. Det behövs möjligen även en förstärkt lagstiftning mot rökning i alla dess former för att komma tillrätta med användning av produkter utan tobak som röks i vattenpipa.



Vattenpiprökningens framtid

Det finns en osäkerhet om vattenpiprökning kommer att öka eller minska när "nyhetens behag" har lagt sig. De två nationella mätningarna av vattenpiprökning hos ungdomar som genomförts (2009 och 2010) visade att antalet yngre ungdomar (årskurs 9) som provar att röka vattenpipa ökade i Sverige. På gymnasiet i årskurs 2 hade antalet ungdomar som röker vattenpipa inte ändrats i någon större utsträckning (Hivfeldt & Gripe, 2009, 2010). Den mätning som genomförts två gånger i Skåne (2007 och 2009) visade att vattenpiprökningen ökade (Region Skåne, 2007, 2009). Undersökningar i Danmark (Rheinländer & Nielsen, 2007; Sundhedsstyrelsen, 2009) visade dock det motsatta, med färre ungdomar som provat att röka vattenpipa vid den senare mätningen. Men det är tydligt i alla länder där undersökningar gjorts att vattenpiprökning lockar många ungdomar.

Med tanke på att internationella rapporter och statistik visar att vattenpiprökning ökar bland framför allt yngre ungdomar är tobaksförebyggande arbete med särskilt fokus på vattenpiprökning viktigt som ett led i en samlad strategi mot tobaksbruket, och för att uppnå de nationella folkhälsomålen. Vid interventioner behövs som för allt tobaksbruk breda strategier på nationell, regional och lokal nivå som innefattar både tillsyn och förebyggande arbete med information och opinionsbildning i syfte att påverka både attityder och tillgänglighet. Vattenpiprökningens typiska särdrag behöver dock beaktas: användning då och då, i sociala sammanhang och under mycket långa röksessioner.

Referenser

- Akl, E. A., Gaddam, S., Gunukula, S. K., Honeine, R., Jaoude, P. A., & Irani, J. (2010). The effects of waterpipe tobacco smoking on health outcomes: A systematic review. *International Journal of Epidemiology*, 39(3), 834-857.
- Aljarrah, K., Ababneh, Z. Q., & Al-Delaimy, W. K. (2009). Perceptions of hookah smoking harmfulness: Predictors and characteristics among current hookah users. *Tobacco Induced Diseases*, 5(1), 16.
- American Psychiatric Association [APA]. (2002). *MINI-D IV: Diagnostiska kriterier enligt DSM-IV-TR* (J. Herlofson & M. Landqvist, Övers.). Danderyd: Pilgrim press.
- Asfar, T., Ward, K. D., Eissenberg, T., & Maziak, W. (2005). Comparison of patterns of use, beliefs, and attitudes related to waterpipe between beginning and established smokers. *BMC Public Health*, 5, 19.
- Azab, M., Khabour, O. F., Alkaraki, A. K., Eissenberg, T., Alzoubi, K. H., & Primack, B. A. (2010). Water pipe tobacco smoking among university students in Jordan. *Nicotine & Tobacco Research*, 12(6), 606-612.
- Baljoon, M. (2005). Tobacco smoking and vertical periodontal bone loss. *Swedish Dental Journal. Supplement*(174), 1-62.
- Borg, A., & Schölin, L. (2010). Försäljning av vattenpipstobak: En kartläggning av tillgängligheten på vattenpipor, vattenpipstobak samt så kallad örttobak i centrala Örebro. Hämtad 2010-06-11, från http://www.lansstyrelsen.se/cgi-bin/MsmGo.exe?grab_id=0&page_id=16753&query=vattenpipstobak&chiword=vattenpipstobak%20
- Cobb, C., Ward, K. D., Maziak, W., Shihadeh, A. L., & Eissenberg, T. (2010). Waterpipe tobacco smoking: An emerging health crisis in the United States. *American Journal of Health Behavior*, 34(3), 275-285.
- Daher, N., Saleh, R., Jaroudi, E., Sheheitli, H., Badr, T., Sepetdjian, E., et al. (2010). Comparison of carcinogen, carbon monoxide, and ultrafine particle emissions from narghile waterpipe and cigarette smoking: Sidestream smoke measurements and assessment of second-hand smoke emission factors. *Atmospheric Environment*, 44(1), 8-14.
- Deutsches Krebsforschungszentrum [DKFZ]. (2009). Facts on smoking: Carcinogens in tobacco smoke. Hämtad 2010-06-29, från http://www.dkfz.de/de/tabakkontrolle/download/Publikationen/FzR/FzR_Carcinogens.pdf
- EG. (2001). Europaparlamentets och rådets direktiv 2001/37/EG av den 5 juni 2001 om tillnärmning av medlemsstaternas lagar och andra författningar om tillverkning, presentation och försäljning av tobaksvaror. Hämtad 2010-11-01, från <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2001:194:0026:0034:SV:PDF>
- Eissenberg, T., & Shihadeh, A. (2009). Waterpipe tobacco and cigarette smoking: Direct comparison of toxicant exposure. *American Journal of Preventive Medicine*, 37(6), 518-523.
- Eissenberg, T., Ward, K. D., Smith-Simone, S., & Maziak, W. (2008). Waterpipe tobacco smoking on a U.S. college campus: Prevalence and correlates. *Journal of Adolescent Health*, 42(5), 526-529.

- El-Nachef, W. N., & Hammond, S. K. (2008). Exhaled carbon monoxide with waterpipe use in US students. *JAMA*, 299(1), 36–38.
- European Commission. (2010). Tobacco. Special Eurobarometer 332 /Wave 72,3 – TNS Opinion & Social. Hämtad 2010-06-29, från http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_332_en.pdf
- FHIFS 2001:2. *Statens folkhälsoinstituts föreskrifter om varningstexter på tobaksvaror samt innehållsdeklaration för och begränsning av halten av vissa beståndsdelar i cigarettrök*. Stockholm.
- FHIFS 2002:4. *Statens folkhälsoinstituts föreskrifter om ändring i Statens folkhälsoinstituts föreskrifter (FHIFS 2001:2) om varningstexter på tobaksvaror samt innehållsdeklaration för och begränsning av halten av vissa beståndsdelar i cigarettrök*. Stockholm.
- Hadidi, K. A., & Mohammed, F. I. (2004). Nicotine content in tobacco used in hubble-bubble smoking. *Saudi Medical Journal*, 25(7), 912–917.
- Hammal, F., Mock, J., Ward, K. D., Eissenberg, T., & Maziak, W. (2008). A pleasure among friends: How narghile (waterpipe) smoking differs from cigarette smoking in Syria. *Tobacco Control*, 17(2), e3.
- Hellström-Westas, L., Norman, M., & Lagercrantz, H. (Red.). (2008). *Neonatologi*. Lund: Studentlitteratur.
- Hvitfeldt, T., & Gripe, I. (2009). *Skolelevers drogvänor 2009*. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning.
- Hvitfeldt, T., & Gripe, I. (2010). *Skolelevers drogvänor 2010*. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning.
- IARC. (2004). *Working Group on the Evaluation of Carcinogenic Risks to Humans: Tobacco smoke and involuntary smoking: Monograph 83*. Lyon: International Agency for Research on Cancer.
- Jabbour, S., El-Roueiheb, Z., & Sibai, A. M. (2003). Nargileh (Water-Pipe) smoking and incident coronary heart disease: A case-control study. *Annals of Epidemiology*, 13(8), 570–570. doi: 10.1016/S1047-2797(03)00165-0
- Jensen, P. D., Cortes, R., Engholm, G., Kremers, S., & Gislum, M. (2010). Waterpipe use predicts progression to regular cigarette smoking among Danish youth. *Substance Use & Misuse*, 45(7-8), 1245–1261.
- Knishkowsky, B., & Amitai, Y. (2005). Water-pipe (narghile) smoking: An emerging health risk behavior. *Pediatrics*, 116(1), e113–119.
- Korn, L., Harel-Fisch, Y., & Amitai, G. (2008). Social and behavioural determinants of nargila (water-pipe) smoking among Israeli youth: Findings from the 2002 HBSC survey. *Journal of Substance Use*, 13(4), 225–238.
- Lai, S., Lai, H., Page, J. B., & McCoy, C. B. (2000). The association between cigarette smoking and drug abuse in the United States. *Journal of Addictive Diseases*, 19(4), 11–24.
- Landstinget i Uppsala län. Liv och hälsa ung 2009. Hämtad 2010-06-29, från http://www.lul.se/templates/page____13763.aspx
- Maziak, W. (2008). The waterpipe: Time for action. *Addiction*, 103(11), 1763–1767.
- Maziak, W. (2010). Commentary: The waterpipe – a global epidemic or a passing fad. *International Journal of Epidemiology*, 39(3), 857–859.
- Maziak, W., Fouad, F. M., Asfar, T., Hammal, F., Bachir, E. M., Rastam, S., et al. (2004). Prevalence and characteristics of narghile smoking among university students in Syria. *International Journal of Tuberculosis and Lung Disease*, 8(7), 882–889.
- Maziak, W., Rastam, S., Ibrahim, I., Ward, K. D., & Eissenberg, T. (2008). Waterpipe-associated particulate matter emissions. *Nicotine & Tobacco Research*, 10(3), 519–523.

- Maziak, W., Rastam, S., Ibrahim, I., Ward, K. D., Shihadeh, A., & Eissenberg, T. (2009). CO exposure, puff topography, and subjective effects in waterpipe tobacco smokers. *Nicotine & Tobacco Research*, 11(7), 806–811.
- Maziak, W., Ward, K. D., Afifi Soweid, R. A., & Eissenberg, T. (2004). Tobacco smoking using a waterpipe: A re-emerging strain in a global epidemic. *Tobacco Control*, 13(4), 327–333.
- Maziak, W., Ward, K. D., & Eissenberg, T. (2007). Interventions for waterpipe smoking cessation. *Cochrane Database of Systematic Reviews (Online)*(4), CD005549.
- Narahashi, T., Soderpalm, B., Ericson, M., Olausson, P., Engel, J. A., Zhang, X., et al. (2001). Mechanisms of alcohol-nicotine interactions: Alcoholics versus smokers. *Alcoholism, Clinical and Experimental Research*, 25(5 Suppl ISBRA), 152S–156S.
- Nationalencyklopedin. Hämtad 2010-03-03, från <http://www.ne.se>
- Neergaard, J., Singh, P., Job, J., & Montgomery, S. (2007). Waterpipe smoking and nicotine exposure: A review of the current evidence. *Nicotine & Tobacco Research*, 9(10), 987–994.
- Nilsson, M. (2005). *Tonåringar om tobak: Vanor, kunskaper och attityder*. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.
- Nuwayhid, I. A., Yamout, B., Azar, G., & Kambris, M. A. (1998). Narghile (hubble-bubble) smoking, low birth weight, and other pregnancy outcomes. *American Journal of Epidemiology*, 148(4), 375–383.
- Primack, B. A., Fertman, C. I., Rice, K. R., Adachi-Mejia, A. M., & Fine, M. J. (2010). Waterpipe and cigarette smoking among college athletes in the United States. *Journal of Adolescent Health*, 46(1), 45–51.
- Raad, D., Gaddam, S., Schunemann, H. J., Irani, J., Abou Jaoude, P., Honeine, R., et al. (2010). Effects of waterpipe tobacco smoking on lung function: a systematic review and meta-analysis. *Chest*.
- Rastam, S., Ward, K. D., Eissenberg, T., & Maziak, W. (2004). Estimating the beginning of the waterpipe epidemic in Syria. *BMC Public Health*, 4, 32.
- Regeringens proposition 2002/03:35. (2002). *Mål för folkhälsan*. Stockholm: Regeringen.
- Regeringens proposition 2007/08:110. (2008). *En förnyad folkhälsopolitik*. Stockholm: Socialdepartementet.
- Region Skåne. (2007). *Skolungdomars drogvänor 2007 i Skåne: En enkätstudie*. Malmö: Cerum.
- Region Skåne. (2009). *Drogvanneundersökning 2009 bland Skånes ungdomar: Kommunrapporter*. Hämtad 2010-04-14, från <http://www.skane.se/templates/Listing.aspx?id=264918>
- Rheinländer, T., & Nielsen, G. A. (2007). Unges livsstil og dagligdag 2006. Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen. Hämtad 2010-06-29, från http://www.sst.dk/publ/PUBL2007/CFF/MULD/MULDRAPPORT_NR6.PDF
- Roskin, J., & Aveyard, P. (2009). Canadian and English students' beliefs about waterpipe smoking: A qualitative study. *BMC Public Health*, 9, 10.
- SFS 1993:581. *Tobakslag*. Stockholm: Sveriges riksdag.
- SFS 1994:1563. *Lag om tobaksskatt*. Stockholm: Sveriges riksdag.
- Shafagoj, Y. A., Mohammed, F. I., & Hadidi, K. A. (2002). Hubble-bubble (water pipe) smoking: Levels of nicotine and cotinine in plasma, saliva and urine. *International Journal of Clinical Pharmacology and Therapeutics*, 40(6), 249–255.
- Shihadeh, A. (2003). Investigation of mainstream smoke aerosol of the argileh water pipe. *Food and Chemical Toxicology*, 41(1), 143–152.

- Sjölander, H., & Svensson, C. Resultat av praktikuppgift våren 2009: En inventering av försäljning av vattenpipor och vattenpipstobak i Kristianstads kommun. Hämtad 2010-06-29, från <http://www.kristianstad.se/upload/St%c3%b6d%20R%c3%a5dgivning/dokument/Inventeringsrapport.pdf>
- Smith-Simone, S., Maziak, W., Ward, K. D., & Eissenberg, T. (2008). Waterpipe tobacco smoking: Knowledge, attitudes, beliefs, and behavior in two U.S. samples. *Nicotine & Tobacco Research*, 10(2), 393–398.
- Socialstyrelsen. (1997). *Klassifikation av sjukdomar och hälsoproblem 1997. Svensk version av International Statistical Classification of Diseases and related Health Problems, ICD-10. 10th Revision*. Stockholm: Socialstyrelsen.
- Socialstyrelsen. (2009). *Miljöhälsorapport 2009*. Stockholm.
- Statens folkhälsoinstitut. (2001a). *Andras rök och din hälsa: Cigarettrökens innehåll* (R nr. 2001:17). Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.
- Statens folkhälsoinstitut. (2001b). *Andras rök och din hälsa: Forskningsrön om passiv rökning* (R nr. 2001:16). Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.
- Statens folkhälsoinstitut. (2007). Tobakslagens regler för förpackningar av tobak för vattenpipa. Hämtad 2010-06-11, från <http://www.fhi.se/Documents/Tillsyn/Tillsynsbrev-g%C3%A4llande-Vattenpipa-2007.pdf>
- Statens folkhälsoinstitut. (2009a). *Tobak och avvänjning: En faktaskrift om tobakens skadeverkningar och behovet av tobaksavvänjning* (R nr. 2009:17). Östersund: Statens folkhälsoinstitut.
- Statens folkhälsoinstitut. (2009b). *Tobakskonventionen: Världens första folkhälsokonvention och hur den kan stimulera det tobaksförebyggande arbetet i Sverige* (R nr. 2009:04). Östersund: Statens folkhälsoinstitut.
- Statens folkhälsoinstitut. (2010). Nationella folkhälsoenkäten: Levnadsvanor: Tobaksvanor. Hämtad 2010-11-01, från <http://www.fhi.se/Statistik-uppfoljning/Nationella-folkhalsoenkaten/Levnadsvanor/Tobaksvanor/>
- Sundhedsstyrelsen. (2009). Unges livsstil og dagligdag 2008. MULD-rapport nr. 7. Kræftens Bekæmpelse og Sundhedsstyrelsen. Hämtad 2010-06-29, från <http://www.sst.dk/publ/Publ2009/CFF/Unge/MULD2008.pdf>
- The Sacred Narghile. Narghile Tobacco. Hämtad 2010-06-29, från <http://www.sacred-narghile.com/en/tobacco.php>
- Ward, K. D., Eissenberg, T., Gray, J. N., Srinivas, V., Wilson, N., & Maziak, W. (2007). Characteristics of U.S. waterpipe users: A preliminary report. *Nicotine & Tobacco Research*, 9(12), 1339–1346.
- Ward, K. D., Eissenberg, T., Rastam, S., Asfar, T., Mzayek, F., Fouad, M. F., et al. (2006). The tobacco epidemic in Syria. *Tobacco Control*, 15 Suppl 1, i24–29.
- Ward, K. D., Vander Weg, M. W., Relyea, G., Debon, M., & Klesges, R. C. (2006). Waterpipe smoking among American military recruits. *Preventive Medicine*, 43(2), 92–97.
- Warren, C. W., Lea, V., Lee, J., Jones, N. R., Asma, S., & McKenna, M. (2009). Change in tobacco use among 13–15 year olds between 1999 and 2008: Findings from the Global Youth Tobacco Survey. *Global Health Promotion*, 16(2 Suppl), 38–90.
- World Health Organization. (2003). WHO Framework Convention on Tobacco Control: adopted by the Conference of the Parties to the WHO FCTC. Hämtad 2010-11-01, från http://www.who.int/fctc/text_download/en/index.html
- World Health Organization. (2005). *Advisory note: waterpipe tobacco smoking: Health effects, research needs, and recommended actions by regulators*. Geneva: World Health Organization, Tobacco Free Initiative.

Örebro läns landsting, Samhällsmedicinska enheten. (2009). Liv & hälsa ung 2009. Hämtad 2010-06-29, från <http://www.orebroll.se/sv/Halsa-och-varld/Folkhalsa/Barn-och-ungdomars-halsa/Liv-och-halsa-ung/>

Bilaga 1. Metod attitydundersökning

ATTITYDUNDERSÖKNINGEN GENOMFÖRDES i form av samtal i grupp, enligt metoden fokusgruppsintervjuer. Gruppsamtal valdes framför individuella intervjuer med tanke på hur vattenpipan oftast används – tillsammans med andra och i sällskap med vänner. Studien är liten och hade en kvalitativ ansats, vilket innebär att resultatet inte kan generaliseras till att gälla för alla ungdomar i Sverige, men resultaten ger ändå en fingervisning om ungdomars attityder till vattenpipsrökning.

Val av målgrupp

Fokus för attitydundersökningen var att få en ökad kunskap om svenska ungdomars kunskaper, attityder och vanor (det vill säga hur det går till när ungdomar röker vattenpipa). Studien omfattar därför ungdomar som själva använder vattenpipa. För att inkluderas i studien krävdes att ungdomarna hade rökt vattenpipa mer än en gång under det senaste året samt att de gick i årskurs 2 på gymnasiet. Då målskans godkännande inte krävs för att intervjua ungdomar över 15 år var det därför möjligt att intervjua elever vars föräldrar inte känner till om deras barn röker eller inte. Valet av målgrupp, det vill säga elever på gymnasiet i årskurs 2, innebär dessutom en möjlighet att intervjua ungdomar som ännu inte fyllt 18 år. Det medför i sin tur kunskap om tillgång och tillgänglighet för ungdomar under 18 år. Ytterligare en orsak till att välja just denna målgrupp var att den bearbetade, befintliga statistiken från både CAN och Örebros regionala undersökning Liv & hälsa ung från 2009 gäller ungdomar som går årskurs 2 på gymnasiet.

Urval och rekrytering

Skolsköterskor och rektorer kontaktades för att hjälpa till med att organisera informationstillfällen. För att rekrytera ungdomar gavs muntlig information om undersökningen klassvis under lektionstid. Därefter kunde de ungdomar som var intresserade att delta i undersökningen anmäla sig direkt till samtalsledaren (Natasha Anderberg från Tobakspreventiva enheten, Örebro läns landsting) eller vid senare tillfälle även till skolsköterskan. Såväl muntlig som skriftlig information lämnades till eleverna om undersökningen (se bilaga 2). I samband med att eleverna anmälde sig lämnade de namn och mobiltelefonnummer för att kunna få information om tid och plats samt få påminnelser via sms.

Anmälda ungdomar har placerats i grupper med 4–8 antal deltagare. I stor utsträckning har redan existerande grupper använts, det vill säga elever som redan känner varandra eller läser samma program. Detta underlättade rekryteringen väsentligt samt hade även vinster under själva intervjun eftersom deltagarna redan

kände varandra. Det ökar sannolikheten att de redan innan diskuterat ämnet ”naturligt” och i vissa fall kanske till och med rökt vattenpipa tillsammans.

Totalt sett anmälde sig 41 elever till studien. Ett relativt stort bortfall förekom, 11 elever kom inte vid avtalat tillfälle. Bortfallen fördelade sig relativt jämt vid de olika intervjutillfällena, vilket gjorde att intervjuerna kunde genomföras. En viss överrekrytering tillämpades från början med tanke på eventuellt bortfall, vilket innebar att det vid intervjuerna ändå var tillräcklig många deltagare närvarande. Tänkbara orsaker till bortfallet kan exempelvis ha varit sjukdom, att de glömde bort tiden för intervjun eller att de ändrade sig och inte ville delta i studien.

Studiens deltagare

I studien ingick 30 deltagare, 18 flickor och 12 pojkar. Grupperna har varit homogena, det vill säga deltagarna var i samma ålder, läste på samma skola och hade dessutom egna erfarenheter av vattenpipsrökning. Ungdomar från åtta olika gymnasieprogram deltog, vilka omfattar såväl yrkesinriktade som studieförberedande program. Dock har något fler ungdomar från yrkesinriktade program deltagit i studien. Deltagarna godkände medverkan skriftligt (se bilaga 3) och tillfrågades av samtalsledaren om de kunde fylla i ett formulär med några personliga uppgifter (se bilaga 4). Alla deltagare svarade på detta formulär. Deltagarna gick i årskurs 2 på gymnasiet och var 17–19 år gamla, de flesta var 17 år (63 procent).

Genomsnittlig debutålder för rökning av vattenpipa var 14 år och det fanns ingen signifikant skillnad mellan flickor och pojkar. De allra flesta hade rökt vattenpipa 2–4 gånger (57 procent), därefter 5–10 gånger (20 procent) och 11–20 gånger (20 procent) samt 21–50 gånger (3 procent) under de senaste 12 månaderna. Många av de deltagande ungdomarna använde även annan tobak, vanligen cigaretter. 70 procent av ungdomarna i studien rökte cigaretter, med variationer från feströkning till 20 cigaretter per dag. Detta stämmer väl överens med befintlig statistik som visar att de som röker cigaretter i stor utsträckning även röker vattenpipa. Ingen deltagare i denna studie använde snus, men en person rökte tobak i vanlig pipa regelbundet.

I denna studie var alla deltagare födda i Sverige. Endast tre deltagare hade en förälder född i annat land inom Norden, och två deltagare hade en eller två föräldrar födda utanför Norden. Intervjudeltagarna kan därför sägas ha svensk härkomst och studien representerar därmed i första hand den gruppens syn på vattenpipsrökning.

Genomförande

Studien genomfördes under april 2010 på gymnasieskolor i Mellansverige. Sex intervjuer har genomförts på tre olika skolor, under skoltid och i skolornas lokaler. Varje intervju har tagit mellan 30–40 minuter. Gruppsamtalen har haft 2–7 deltagare. Samtalen genomfördes av en samtalsledare som även är författare till denna rapport: Natasha Anderberg från Tobakspreventiva enheten, Örebro läns landsting. Vid samtalen använde samtalsledaren en samtalsöversikt (se bilaga 5). Alla intervjuerna har haft samma samtalsledare.

Två olika observatörer har deltagit på fyra av de sex intervjuerna. Observatörerna var Carina Persson, statistiker från Samhällsmedicinska enheten, Örebro läns landsting, och Annika Borg, projektledare på Ansvarsfull alkoholservering på Länsstyrelsen i Örebro. Deras uppgift var att registrera sådant som inte kan spelas in på band, exempelvis blickar mellan deltagare, långa pauser och axelryckningar. Ingen skolpersonal har varit närvarande under samtalen.

Analys av data

Samtalen har spelats in på band, för att sedan ordagrant skrivas ut och analyseras. Samtalsledaren har även noterat spontana intryck, känslor och tankar om samtalet i direkt anslutning till intervjutillfället. När så varit möjligt har detta stämts av med närvarande observatör. Efter att transkriberingen gjorts läste samtalsledaren igenom de 93 sidorna som datamaterialet utgjorde flera gånger. Syftet med studien var att analysera de innehållsliga aspekterna av vad som sades under intervjuerna. Därför genomfördes en analys genom att först granska studiens syfte, det vill säga de frågor, ämnen och teman som styrte datainsamlingen, för att sedan stämma av intervjuernas innehåll mot dessa ämnen.

Rent praktiskt genomfördes analysen genom att intressanta delar av transkriptionerna lyftes ut och delades upp i olika kategorier, var och en med sin specifika rubrik. Därefter har de olika kategorierna sammanställts, granskats och analyserats utifrån studiens syfte. Presentationen av materialet ligger nära det ursprungliga datamaterialet. De olika citaten är hämtade från samtalen och är valda för att illustrera viktiga teman som ofta har återkommit.

Den använda metoden med fokusgruppsintervjuer innebär svårigheter att höra vem som sagt vad, vilket gör att citaten inte kan redovisas med ålder och kön. Fokus i analysen har i stället varit att ta reda på vad som har sagts och i mycket liten utsträckning på vem som har sagt vad. Innehållet har inte heller undersökts ur ett genusperspektiv för att påvisa skillnader mellan flickor och pojkar. Syftet var alltså främst att få en uppfattning om dessa ungdomars attityder till vattenpipsrökning.

Bilaga 2. Informationsblad

Attitydundersökning om vattenpiprökning

Detta är en förfrågan om att delta i en studie om vattenpiprökning.

Läs noga informationen innan du bestämmer dig för om du vill delta eller ej.

Bakgrund och syfte

Studien har som syfte att ta reda på hur ungdomar som röker vattenpipa i årskurs 2 på gymnasiet tänker kring detta. Ett antal ungdomar i Örebro län kommer att tillfrågas om att delta i denna studie. Studien kommer att genomföras genom så kallade fokusgruppsamtal.

Hur går studien till?

Den som deltar kommer att samtala i grupp med samtalsledare. Gruppen kommer att bestå av 4-6 deltagare samt samtalsledare och ev bisittare. Gruppsamtalet är ungefär en timme långt. Samtalet kommer att ske i skolans lokaler och utan närvaro av skolans personal. Det är frivilligt att delta och Du kan när som helst välja att avbryta utan att behöva förklara varför.

Kortfattat är en fokusgruppsdiskussion ett sätt att genom samtal med en grupp samla in kunskap/data inom ett särskilt ämne (därav användningen av ordet fokus). Särskilt intresse visar vi i detta fall deltagarnas uppfattningar, åsikter, värderingar och attityder inom området livsstil framförallt kopplat till vattenpiprökning.

Den kunskap som inhämtas under serien av fokusgrupper kommer att analyseras och därefter komma till nytta i utformningen av förebyggande arbetssätt inom folkhälsoområdet bland barn och ungdom. Data från intervjun samlas i ett studieprotokoll, som kommer att förvaras inlåst av projektansvarig. Resultaten i studien behandlas konfidentiellt och när de sammanställs kommer inga enskilda personer att kunna identifieras.

Tveka inte att ta kontakt om Du har frågor!

Natasha Anderberg
Tobakspreventiva enheten
Universitetssjukhuset Örebro
701 85 ÖREBRO

tel: 072 – 222 55 94
e-post: natasha.anderberg@orebroll.se

Universitetssjukhuset Örebro, Örebro läns landsting
Vårdvetenskapligt forskningscentrum
Lars Hagberg, Forskningshandledare

Bilaga 3. Samtycke – Intyg

Undersökning av attityder om vattenpiprökning bland ungdomar i årskurs 2 på gymnasiet som röker vattenpipa

Samtycke – Intyg

Jag har tagit del av skriftlig och muntlig information kring studien om attityder om vattenpiprökning bland ungdomar som röker vattenpipa. Huvudman för forskningen är Örebro läns landsting. Medverkan i studien innebär att jag medverkar genom att delta i en fokusgruppsintervju som sker i gymnasieskolans lokaler.

Jag godkänner att mina uppgifter får samlas i ett studieprotokoll. Jag har blivit informerad om att studieprotokollet bevaras inlåst, och att ingen obehörig kommer att få ta del av materialet. Ingen obehörig kommer att få ta del av Dina svar.

Jag är medveten om att det är frivilligt att delta i studien och att jag när som helst kan avbryta mitt deltagande.

Underskrift _____

Namnförtydligande _____

Ort och datum _____

Detta formulär kopieras. Originalen behåller studiedeltagaren, ett exemplar förvaras i studieprotokollet.

Bilaga 4. Bakgrundsformulär

Bakgrundsinformation deltagare:

Ålder:.....

Kön: tjej..... kille.....

Skola:.....

Läser linje:.....

Ålder för rökdebut vattenpipa:.....

Användning av annan tobak: cigaretter ja..... nej.....

Om ja – hur mycket röker du?
Nästan varje dag Då och då
Antal...../vecka

Snus ja nej

Ursprung: född i Sverige JA NEJ om nej vilket land i?.....

Ursprung föräldrar: födda i Sverige: JA NEJ
om nej vilket land.....

Bilaga 5. Samtalsöversikt

Samtalsöversikt

Introduktion

- Presentation av mig, ämne och ev. observatör
- Tystnadsplikt inom gruppen
- Bandspelare
- Resultaten behandlas så att inga individer lämnas ut
- Frivillighet – man kan välja att avbryta när som helst

Uppvärmning

- Berätta om skolan, ev. profil/program man läser, antal elever, hur trivs man här?
- Berätta om er själva, intressen
- Vad gör ni på fritiden

Vattenpipsrökning

- **Initiering**
 - När provade du att röka vattenpipa för första gången?
 - Ålder/årskurs?
 - Berätta om hur det gick till, ”anledning”
- **Egna vanor**
 - hur ofta, när rökte man senast, äger du en vattenpipa själv?
- **Social kontext**
 - I vilka situationer brukar ni röka, var – när
 - Med vem/vilka, röker de flesta eller... vänner, pojk- o flickvän, ”gruppnormer”, förebilder
 - Koppling till särskilda aktiviteter/”arenor”
 - Rökning på skola/fritid – ute/inne – vinter/sommar
- **Beroende?**
 - Kan och vill man sluta?
 - Om du tänker två år framåt, röker du vattenpipa då?
 - Om du tänker tjugo år framåt, röker du vattenpipa då?
- **Hälsokonsekvenser? Innehåll i röken**
 - Farligt att röka vattenpipa? Jämfört med rökning (cigaretter)?
 - Hur känns det i kroppen när man röker? Hälsoproblem – hosta, yr, ont i halsen...

- **Kulturell kontext**
 - Vad tycker/anser vänner och familj om att du röker vattenpipa?
 - Vuxnas attityder till vattenpipsrökning
 - Regler/förhållningssätt (hem, skola, fritid)
 - Hur tycker ni att vuxna (föräldrar, skolpersonal) ska förhålla sig till vattenpipsrökning?
 - Skillnader i killars och tjejers vattenpipsrökning
 - Synen på den som röker vattenpipa kontra ej röker vattenpipa
- **Varför röker man vattenpipa?**
 - Negativt/positivt med vattenpipsrökning
 - Finns det något som skulle få er att inte röka vattenpipa?
 - Hur och vem köper vattenpipstobaken?
- **Innehåll i tobaken?**
 - Var köper man vattenpipa/vattenpipstobaken? Lätt eller svårt att köpa själv?

Vattenpipa – cigaretter – snus

- Har du provat att röka cigaretter/snusa?
- Röker du cigaretter/snusa du? Hur ofta/mkt?
 - Om ja: vad skiljer?
 - Om nej: vad är det som gör att du inte vill röka cigaretter?

Avslutning

- Finns det något mer som är viktigt att berätta om vattenpipsrökning?

Tack

Referensgrupp och myndigheter som bidragit med synpunkter till rapporten:

Åsa Lundquist,
Statens folkhälsoinstitut

Karin Molander Gregory,
Statens folkhälsoinstitut

Stefan Persson,
Statens folkhälsoinstitut

Suzanne Bengtsson,
Länsstyrelsen i Stockholms län

Maissa Al-Adhami,
Karolinska Institutet

Annika Persson,
Kristianstads kommun

Susanne Holm,
Universitetssjukhuset MAS

Carina Persson,
Samhällsmedicinska enheten, Örebro läns landsting

Margareta Lindén Boström,
Samhällsmedicinska enheten, Örebro läns landsting

Karin Stenlund,
Konsumentverket

Åsa Lundgren,
Skatteverket

Jonas Karlsson,
Tullverket

Särskilt tack till Barbro Holm Ivarsson, konsult, Psykologer mot Tobak, för värdefulla synpunkter och Lars Hagberg, Vårdvetenskapligt forskningscentrum, Örebro läns landsting för värdefullt stöd.

Tobaksbruk orsakar skador, sjukdomar och ett livslångt beroende. Rökning med vattenpipa är en form av tobaksbruk som blivit alltmer vanligt förekommande i Sverige, särskilt bland ungdomar. Var tredje pojke och var fjärde flicka i årskurs 9 har provat att röka och över 60 procent av ungdomarna i årskurs 2 på gymnasiet har rökt vattenpipa år 2009. Röken från vattenpipa liknar cigaretttrök och innehåller bland annat nikotin som orsakar beroende, höga nivåer av kolmonoxid som ökar risken för hjärt-kärlsjukdomar och tjära som innehåller många cancerframkallande ämnen.

Trots att rök från vattenpipa innehåller skadliga ämnen och partiklar upplever många denna form av rökning som ofarlig. Den sötade tobak som vanligtvis används bidrar till att röken smakar gott och är len och mild, och den kalla röken är lätt att inhalera. Det behövs ökad kunskap om vattenpipsrökning och dess hälsoeffekter. För att begränsa bruket av vattenpipa och tillgången till vattenpipstobak behövs det även ett brett tobakspreventivt program som förutom information och opinionsbildning även innefattar tillsyn och efterlevnad av lagar.

Rapporten syftar till att sprida kunskap om hälsoeffekter och attityder bland ungdomar samt informera om vilka regler som gäller enligt tobakslagen och lagen om tobaksskatt för vattenpipsrökning och dess tobak.

Statens folkhälsoinstitut utvecklar och förmedlar kunskap för bättre hälsa.



Statens
folkhälsoinstitut

Statens folkhälsoinstitut
Distributionstjänst
120 88 Stockholm

fhi@strd.se
www.fhi.se

R 2010:22
ISSN 1651-8624
ISBN 978-91-7257-733-6