

Hej! Maria Martini heter jag och jag kommer från Göteborgs stads kompetenscenter för Alkohol, Narkotika, Doping, Tobak och Spelfrågor. Idag kommer ni att få ta del av en föreläsning om e-cigarett och vitt snus.

Jag kommer att prata om vad det är för produkter samt vilka hälsorisker de har och lite tips hur man kan få veta mer om ämnet.

[Scenbyte till föreläsningssalen] Då, så då tänker jag att jag bara river av och börjar. Det är så här att Charlotta har bjudit in mig hit. Charlotta Bertolino och jag, vi samarbetar litegrann i tobaksprevention.

Jag finns på ett kompetenscentrum i Göteborgs stad, inom socialförvaltning centrum. Och där har vi som uppdrag att utbilda och kompetensutveckla yrkesverksamma i frågor som rör alkohol, narkotika, dopning, tobak och spelfrågor (som är det senaste i socialtjänstlagen).

Jag har alltid haft ett specifikt fördjupat uppdrag kring tobaksprevention.

Vi [kompetenscentrum ANDTS] har ju ett befolkningsuppdrag utifrån vår socialförvaltning och vår enhet att serva hela staden och de verksamheter i Göteborg som möter barn och unga, framför allt.

Det här kommer jag att berätta om idag, e-cigarett och vitt snus, lite om snus och hälsorisker, en del statistik och lite stöd och tips till er som är yrkesverksamma. Man kan ju inte nog liksom understryka det hur viktigt det är att ändå fortsätta jobba med tobaksfrågan trots att rökningen, cigarrettrökning, sjunker så är det fortfarande ett jättestort ohälsoproblem.

Det kommer nya produkter och det är ju det här ska jag prata om. Vad är en e-cigarett? Jag börjar här nu och berätta om det och det är det engelska namnet är elektronik nikotin delivery system. Förkortning ENS och det har som syfte att leverera nikotin och det är ett samlingsnamn för en apparat som har de här grundläggande gemensamma komponenterna. Den har ett munstycke. Den har en förångare, ett batteri, en behållare eller ampull med smakvätska. Och det kan vara med nikotin eller utan nikotin, så de här delarna finns och ibland finns det också en liten led-lampa.

Man kan hetta upp de här, ladda dem genom ett USB minne, och så finns upptänkliga olika varianter. Det finns fasta batterier och finns uppladdningsbara. Men det är det dom har gemensamt att dom ska leverera nikotin fast på ett annat sätt. Inte med tobak.

Och då går jag tillbaka till bakgrundshistorien. Vad ger nu denna apparat eller denna samling av apparater? Var kommer detta ifrån och varför? Varför har det blivit en stor grej just nu?

Det började faktiskt i Kina. Kina, som är ett av världens mest rökande länder, där trehundrafemtio miljoner kineser röker. Varannan man mellan 30 till 60 år röker. Och med det förstår ni ju att cigarettröker man så blir det så småningom skador och det här kom det stora larmrapporter. Om vi inte gör någonting kring det här nu så kommer vi ha massa döende och sjuka människor några decennier framöver så att det fanns ju i grunden en god tanke med att det här. "Harm reduction" brukar man kalla det på ANDTS språk, att skademinimera.

Hon Lik hans egen pappa dog i en tobaksrelaterade sjukdom och han ville ju inte själv hamna där. Han var farmaceut på det som är Kinas, eller ett av världens, största tobaksbolag som är Ruyan.

Och vad han gjorde då var att ta en gammal uppfinning från sextiotalet som aldrig egentligen fick fäste och utvecklade den och 2004 var han klar och släppa den här produkten på kinesiska marknaden. Det gick ju ganska trögt där. Men när han då för tog ett internationellt patent och kom över till USA för att marknadsföra detta så har det ju bara exploderat. Ni vet att USA är bäst i världen

på att marknadsföra olika produkter. De har en lång erfarenhet av hur man ska kommersialisera produkter och Hon Lik sa ju att detta var en sluta röka produkt för vuxna. Men vad jag vet så har han ännu inte slutat röka. Bara som en intressant grej så tror jag att han gör både och.

[Bild på ett skyltfönster med e-cigarett] Den här bilden är från 2012 i Malmö. Det var första gången själv kom i kontakt med e- cigaretter. Jag visste inte vad det var, vi hade med detta i våra undersökningar och jag tänkte det här bara nån leksak som kommer och går. Folk kan väl att de ska dra bloss ur en stålpenna eller en plastpenna och liksom "låtsasröka".

Men det här slog ju då och bara några år senare så är vi översvämmade av de här produkterna. De är relativt billiga, det ser väldigt så här fräscht och fint ut. Vitt och grönt, det associerar i alla fall jag väldigt mycket med hälsa.

[Bild på en mängd olika varianter av e-cigarett] Så här olika kan e-cigaretterna se ut då. Längst till vänster är på bilden liknar lite mer vanliga cigaretter. Och de kan komma då som en engångs- cigaret, alltså man har en sluten kapsel där allt redan finns i, batteri och vätska och annat. Man kan inte bända upp det liksom. Man kommer inte åt det som är innehållet utan man blåser på den och drar ner ångan som bildas då och när den är slut så slänger man den.

Och sen finns det ju något som man kallar för poddar, med utbytbara ampuller med vätska så att man tar inte och kastar bort hela produkten utan man byter bara ut de här små små vätskebehållarna när de är slut.

Och så finns det då de här moddarna som är en lite större apparat som består av flera beståndsdelar med en tank och annat och då kan man med lös e-cigarettvätska, fristående, fylla på dem för hand.

Det finns också de som ser ut som både cigarrer och pipor. Men jag har också sett e-cigarett som ser ut som astmaspray, små transistorer och ni kommer se det längre fram i bildspelet också. Man kan inte ana att det handlar om någon slags rökverk, så som förälder eller annan är det väldigt svårt att veta. Vad är det här egentligen? Väldigt lätt att smugla i ett pennfack eller annat så.

Vad finns det då i E-vätskan? För det finns ju en vätska i då som består av någonting. Och den här vätskan kan ju ha många olika namn och de kommer ifrån den engelska marknadsföringen.

Så att det är väldigt mycket därifrån, med E-juice och vape-juice. Vape är ju det engelska ordet ånga och därför har det blivit vape och vapea, om man säger så.

Kärt barn har många namn, men ni ser på hyllorna här på bilden finns ett otal olika produkter, men det finns en begränsning i Sverige då i lagstiftningen som säger att det inte får vara mer än 20 ml. Och det måste finnas säkerhetskorkar och annat. För när det här var nytt så fanns ju ingen reglering på det här området. Utan, det har ju pågått jättemycket lagstiftning nu under de senaste kanske 4-5 åren där det ständigt har skärpts upp och blivit strängare regler kring hantering av e-cigarett.

Men det som finns då i den här vätskan, det är ju propylenglykol och vegetabilisk glycerin och det är godkänt för livsmedels bruk, alltså att äta det eller att sätta det på kroppen och det finns i vanliga hushållsartiklar som vi använder varje dag. Tandkräm, schampo, smink, deodorant, våtservetter, djurmat och det finns också i mediciner och det gör man för att förlänga hållbarhet och mjukgöra. Men det här är ju inte produkter som är studerade för att andas in. Så vad det gör på lång sikt det vet vi egentligen inte.

Jag sa 20 mg per milliliter nikotin är begränsningen för dom här produkterna. E-vätskorna finns alltså helt nikotinfria också, som också säljs ute i våra butiker.

Och dom regleras inte under samma lagstiftning, utan det är bara produkterna med nikotin i så att som ungdom kan man ju få tag på helt nikotinfria vätskor men det betyder ju inte att det är ofarligt eller riskfritt att andas in det, även om det inte finns nikotin i och nikotinet gör sitt då.

Nu kommer vi till det här som är en vanlig myt, speciellt när man pratar med ungdomar. Eller i allmänhet med, folk säger att, men det är ju vattenånga, det är ju jättebra. Det är mycket bättre än att det bildas rök men det är inte riktigt så enkelt. Om man tänker på en vanlig cigarett så förbränner man ett material som bildar partiklar när det förbränns och det är det som är det skadliga, säger man, med cigarettökning att de här partiklarna är så fina så att de går in i cellerna och orsakar jättemycket problem.

Och e-cigarettången är ju en aerosol. Det betyder att det är gas med partiklar i. Det är flytande partiklar i gasform och de löses ju inte upp i luften som en gas gör, att den blandas med luften och liksom försvinner, utan alla småpartiklar som finns i själva vätskan kommer med i finfördelad form i den här ången. Och sen bildas det också nya kemiska ämnen när den här ången har hettats upp och så bildas nya föreningar som vi inte heller riktigt vet. Hur skadligt kan det vara på lång sikt eller hur är det med passiv rökning till exempel när de här nya föreningarna bildas.

Det här måste ju studeras så att vi vet lite bättre. Vad händer egentligen och hur påverkar det oss på lång sikt?

Vi har en forskare i Göteborg, Louise Adermark, som är docent i neurobiologi, studerar beroende och annat. Ni kanske känner till henne sedan tidigare? Hon finns i Sahlgrenska akademien och hon släppte en sammanställning om e-cigarett 2019.

De studerar ju det här nikotinet ganska noggrant och även smakämnenas forskas det på. Man har sett i experimentella studier att smakämnenas i e-cigarett kan vara farligare än nikotinet verkan.

Och om man tänker sig hur, på vilket sätt, man har marknadsfört detta, med godis-smak, med fruktsmak, med väldigt tilltalande paketering. Reklamkampanjer kommer ni lite längre fram här.

Bara nikotinfria e-vätskor finns det över 7000 olika på marknaden. De som man säger ger de skadligare varianterna som ger mest problem då är kanel, vanilj, mint, jordgubbe, banan, popcorn och smörsmak. De ger alltså större skador än andra smaksättningar som man har studerat hittills då.

Och olika komplexa kombinationer finns. Det är ju förändringar i kognitiva funktioner som påverkas, minne och inlärning. Och jag tänker mig om det här testas av väldigt unga personer, så är ju detta inte någonting som vi ska stå bakom, tycker jag. Som vuxna vi vill skydda barn och unga från hälsoriskerna. Och då har vi ju nikotinet och det är ju också ett alldeles eget forskningsfält.

Där det händer saker på det här området också genom att den här e-cigarettmarknaden har vuxit upp. Det är inte bara så att man som alltid bara utvinnet nikotin ur tobaksplantan. Det mesta av nikotin kommer därifrån, men man manipulerar också nikotinet genom att tillsätta olika kemiska ämnen för att man ska åstadkomma ett lägre PH-värde och för att det ska kunna tas upp lättare i kroppen.

Och det kallar man för nikotinsalt. Jätteviktigt att man har detta i e-cigarett. Och att man därmed snabbare blir beroende också för det tas upp lättare i kroppen. Det är alltså inte lika obehagligt att dra i sig som det är med vanligt free base nikotin.

Men nu har också det kommit en tredje variant som jag är väldigt orolig för, för det handlar om syntetiskt nikotin.

Man utvinner det inte ur tobaksplantan utan hur man gör är en affärshemlighet.

Hur har man då kommit fram till det här?

Ja, jag vet inte vad det kommer innebära, men jag anar, utan att säga för mycket.

Men jag är orolig för den biten.

Vi vet att tobak är ju en ganska vacker planta. Den är besläktad med potatisväxter.

Potatis, tomat och auberginer har lite i också, men att utvinna ur dom grönsakerna krävs ju jättestora mängder.

Och är väldigt kostsamt och det är klart att dom här som säljer produkterna vill ju ha lönsamhet i det här. Så vad är den hemliga processen innebär det vet vi inte. Inte heller hur de har lyckats få lönsamhet i det här.

Ni vet att nikotin är också nervgift som tobaksplantan har utvecklat då för att ta död på och skydda sig mot skadeinsekter.

Så att det är ett gift och i för höga halter är det dödligt.

För små barn är det ju en sån liten mängd som 1 tsk.

Om det är ett litet barn som får i sig detta och det var ju en kritik som kom i början när det bara fanns påfyllningsbara e-vätskor.

Utan säkerhetskork att det kan faktiskt förorsaka förgiftningsfall och det har ju hänt några enstaka här i Sverige, inte jättemånga. Men det har dock hänt.

Sen har vi då e-cigarett som subkultur. Detta är en del av den amerikanska marknadsföringen.

I och med sociala medier så har det blivit så att man ordnar egna vejpforum. Man spelar in filmer på Youtube och alla har tillgång till kameror och mobiler idag så man kan göra sina egna filmer. Väldigt vanligt att ungdomar testat olika sorter och annat och liksom försöker locka följare till sina sociala medier.

Men på dom här olika forumen som bara pratar om vejpning eller annat.

Så pratar man om vilka tillbehör som är bäst, hur man bygger om e-cigarett för att få så stora moln som möjligt.

Och hur man gör egna smakvätskor eller till och med hur man med dom här hur man kan montera ner förbrukade e-cigarett och liksom fylla på dem igen och lite sådana saker.

Och det är förstås inte så säker hantering kring det här.

Vi har dock inte den typen av tävlingar som man har i USA att man utlyser tävlingar och vem som kan forma det snyggaste vejp-molnet. Och unga är målgrupp i den här fast när man säger att det här är en sluta röka-produkt så vet vi att det här säljs på samma sätt som cigaretter när det är kom.

Om man har budskap som är positiva för den målgrupp man är ute efter så funkar det.

När Marlboro blev en storsäljare, ni vet cigarettmärket Marlboro, då var det Marlboro-man som fick försäljningen att skjuta i höjden. Det var den där kärva cowboyn med öppna landskap. Kan ni se det framför er? I solnedgången eller på hästen.

Egentligen var ju Marlboro för det första tänkt till hemmamammor, alltså mammor som var hemma med sina barn, men det sålde aldrig riktigt.

Det var först när de kunde marknadsföra det på rätt sätt, mot målgrupp, som det blev en enorm försäljningsboom. Men det var fortfarande samma innehåll och det är väldigt intressant att ha med sig detta. Men nu när man marknadsför då e-cigarett så är det ju ungdomar man har för ögonen.

För om cigarettbruk minskar så vill man ju ersätta kundunderlaget med nya grupper. Ungdomar är en måltavla för alla industrier, för det är klart att man får ju livslånga brukare om man satsar på de grupperna.

Det låter kanske cyniskt och säga så, men det är så det låter i deras egen rapportering om man tittar på deras rapporter från försäljning.

Positiva värden för unga är frihet, framgång, vänskap, avslappning, sexappeal, resor, hälsa, ni vet allt som vi tycker är himla gott. Det säljer. Just den här bilden är tagen från Stanford som samlar på reklam av olika slag, på tobaksprodukter och nikotinprodukter.

Ja, då har vi det här en trend som på något sätt... Ja, det var två andra Stanford-doktorer som rökte själva och som tyckte att e-cigarett var rättså fula. De gjorde den väldigt snygg. De var doktorer i design. Så de designade en produkt som lite ser ut som ipods tycker jag när man tittar på dem. Lite tillhör så här snyggt, man byter en liten del, och det är olika färger. Ser väldigt tilltalande ut. Och i hela USA började man jula inte hjula så här, men juul kallade man detta. Man vapear inte detta utan det är mer sofistikerat.

Men med mycket hög nikotinhalt, 59 mg per milliliter. Maxgräns i Sverige är då 20 mg per milliliter. Ni kan bara tänka er det innehållet. Och de tog alltså 70 % av e-cigarett-marknaden i USA på 3 år.

På väldigt kort tid blir de väldigt marknadsledande, men det var otroligt mycket debatt där. Upprörda föräldrar, politiska debatter om det här och att det här företaget var oetiskt som satsade sin marknadsföring på ungdomar.

Det kom successivt en del smakförbud och annat och medan dom höll på där då och reglerade lagstiftning så lyckades ett annat företag då helt enkelt ta över marknaden.

När man begränsade Jules framfart så seglade ett nytt företag, som heter Puff-bars, upp istället. Skillnaden på juul och Puff-bars är att Puff-bars är en engångs vape och som en engångsbehållare så regleras den inte i samma lagstiftning i USA. Vilket gör då att man kunde kringgå de bestämmelser som fanns och då hade man helt plötsligt en helt ny nikotinepidemi bland unga och det gick otroligt fort. Det har vi aldrig sett någon gång, så fort det har svängt åt fel håll som då.

Och de här Puff-bars fick jag ju information om, eller det blev en sån här liten oro och snackis i Göteborgs Stad förra hösten. Puff bars, Puffbars, vad är det? Jag har ingen aning, och jag jobbar med frågan. Och tillståndsenheten visste inte heller vad är det, för vad är det för produkt, vad är detta för något? Och det fick jag ju leta efter. Vad är det här för något?

Och det den ser ut så här, nu har jag inte tagit exakt hur den ser ut, men det är den varianten som ni ser på bilden här då. Lite som ett USB-minne, ett färgglatt USB-minne, ser den ut som. Och i en sån här då, i den enklaste varianten, finns det trehundra puffar. Det är som är ett paket cigaretter i den.

Och ibland räcker det för vissa ungdomar för att utveckla ett beroende. Ett beroende av att man börjar där.

Det var på Sannaskolan, en av våra skolor här i Göteborg, som man reagerade ganska snabbt och samlade både föräldrar och ungdomar. Man frågade ungdomar, vad är det som händer? Hur får ni tag på det här? Och då visar sig att det fanns ett konto på tiktok, Instagram, Snapchat, alla de här sociala medierna som ungdomar framför allt följer. Och att man där då kunde beställa Puff-bars och man kunde också möta vuxna på Järntorget, Nordstan och Tynnered och köpa Puff-bars från dem.

Och även att ungdomarna sa att de kunde köpa cannabis på samma konto.

Så jag gjorde lite spårningsarbete, och jag tittade på de här tiktok-sidorna och annat. Det var ju ungdomar, unga vuxna som på olika sätt med cool vibe som en influencer påverkar hur coola de här är och så vidare.

Det är egentligen förbjudet enligt marknadsföringslagen att göra på det sättet så att jag gjorde också en anmälan till Konsumentverket, för det kan man ju göra om man bryter mot marknadsföringsregler som gäller tobak. Då försvann kontot. Men jag fick ingen information tillbaka om hur processen har gått efter det.

Då går vi vidare, för det händer ju inte bara e-cigaretter. Det händer också snus. Här har vi då snuset, den vänstra bilden. Mald tobak, smakämnen, salt, konserveringsmedel och lite andra smaksättare. Det finns det i vanligt snus.

Det är ju inte så vanligt nu längre att man rullar sina egna prillor utan de flesta använder nog portionssnus av olika slag för att det ska vara rent och snyggt och inte rinna mellan tänderna.

Men det som tobaksindustrin hållit på med lite i skymundan under pandemin är ju att man säljer och lanserar "tobaksfritt snus". Det finns inte! Det mesta av nikotinet är faktiskt hämtat ur tobaksplantan, men det är också ett litet knep för att komma runt det här med marknadsföringsreglerna.

Så egentligen har myndigheten accepterat att dom säger tobaksfritt för att man har tvättat den här svarta tobaken. Man har tvättat ur den och tvättat den så pass mycket, och satt den i påsar av växtfiber, att man tagit bort det mesta av doften och smaken av tobak. Och med det har man då okejat att man säger tobaksfritt.

Ungdomar tänker att detta är ju jättebra. Det är hälsosamt, det är eko, det är toppen. Det kan man glömma - att det inte är farligt! Det har smakämnen men också väldigt hög nikotinhalt. Mycket högre nikotinhalt än i vanligt snus. Till och med högre än i General som man brukar säga är en Swedish Match-produkt som alla vet är väldigt starkt. Men den ligger i lä när det gäller de här nya produkterna.

Här är bara lite exempel: från svart till vitt. Namn och smaksättningar.

Ni vet att det är också väldigt könat det här. Det ni kommer få se nu i statistiken är att det är tjejerna som har tagit den här trenden till sig. Att det är unga kvinnor, som på något sätt har köpt det här. Och det har väldigt mycket att göra med att orden har betydelse.

De gamla orden: Stark, Strong, General, Ettan, Kapten, One. Allt som tilltalar en riktig grabb grabb.

Och sen de nya orden: Mini, Slim, White, Fresh, Cool, Peach, Strawberry och lite Sparkling. Sådant som tilltalar tjejer väldigt mycket. För det gör det.

Och så här kan det se ut. Det här har man då kunnat mäta, det är Non Smoking Generation som gör olika studier på hur man har gjort reklam på Instagram till exempel. Det här är alltså personer som har väldigt många följare.

Ungefär 80 % av våra gymnasieungdomar följer minst en influenser på Instagram. Så det är väldigt många ungdomar som lyssnar på de här människorna. På det här sättet har de gjort reklam, lite diskret, men ändå med sin livsstil och sin approach. Men det är också väldigt mycket pengar inblandat här, också för de här influenserna. Det vi vet är också att reklam för det här ökar användningen. Ungdomar som ser mycket reklam påverkas av det.

Då går vi in till vår undersökning som heter Göteborgs skolundersökning 2022. Om ungas erfarenhet av alkohol, narkotika, doping, tobak och spel. Den här undersökningen gör vi var tredje år. Den bygger på svar från ungefär 3500 elever i årskurs och lite drygt 3500 elever i gymnasiet.

Jag kommer bara prata tobak nu, för det här är mycket längre, men här är sammanfattningen: Att tobaksrökning, cigarrettrökning handlar det om, fortsätter nedåt. Snusandet går åt helt andra hållet och att det är en kraftig ökning vad det gäller e-cigarett.

Bara över den tid som vi har gjort undersökningen, så ser ni att rökningen sjunker men att de som använder mest är gymnasiet flickor. Det innebär att man har frågat så här att har man rökt de senaste 12 månaderna och de har svarat att de fortfarande röker. Det handlar om varje dag, nästan varje dag, bara när man festar eller bara ibland.

Den dagliga rökningen är otroligt låg. För årskurs nio är den på 0,8 procent och på gymnasienivå är den 1,8 procent. Så att ungdomarna har ju förstått att dom ska minimera det här med rökningen, att det inte är coolt längre.

Men om vi då tittar på snusningen så har det ju verkligen vänt åt andra hållet. Den här gula linjen är gymnasieflickor och den blåa understa linjen är flickor i årskurs nio. Det har ju hänt någonting från 2019. Att det har gått åt andra hållet. Väldigt tydligt uppåt för flickorna där, medan killarna är ungefär samma. Oftast var det förr killar som snusade och tjejer som rökte, höll jag på att säga, men nu har det skiftat så att tjejerna är i kapp.

Sen har vi då utvecklingen av e-cigarett som vi har pratat om. Där är det otroligt, otroligt höga siffror här och det är också vanligt att de som testat e-cigarett också röker vanliga cigaretter i större utsträckning.

Och sen ska jag gå över till det som handlar om ifall man har provat någon annan nikotin- och tobaksprodukt innan man har testat vitt snus. Och om ni tittar på de här röda staplarna så är den vänstra årskurs nio och den högra på gymnasiet.

Här är det alltså en grupp av elever som inte har testat någonting annat innan de testat vitt snus alltså. Det betyder ju att det är ett helt nytt mönster. Detta att man inte har provat något annat innan utan här tänker man är att det är fritt fram. Men, hälsoriskerna med snus!

Ni vet att svenskt snus egentligen enbart får säljas i Sverige och i Norge. Och inte i några andra länder, i EU får det inte säljas till exempel. Det gick aldrig igenom att man fick sälja det där. Men med de få studier som är gjorda, detta är ju inte lika beforskat som cigaretterna till exempel, så vet vi då att skador på munslemhinnan ökar. Att dödligheten för hjärtinfarkt och stroke ökar. Alltså, det ökar inte risken att få hjärtinfarkt och stroke men får man hjärtinfarkt och stroke så är dödligheten vanligare. Hjärtsvikt, diabetes typ 2 om man konsumerar väldigt mycket snus. Ökar risken för cancer i matstrupen och ändtarmen men inte andra cancerformer.

Och det som jag framför allt är orolig för med det vita snuset är ju att det är unga tjejer som ska bli mammor en gång i tiden. Att kan man inte sluta med de här produkterna så ökar riskerna för havandeskapsförgiftning, för tidig födsel, minskad födelsevikt hos barnen, plötslig spädbarnsdöd,

läpp och gomspalt. Alltså det kommer ju på köpet det här om man inte tar tag i det här. Och med vejpnigen så vet vi att nikotinet är väldigt beroendeframkallande och att vejpnig kan leda till rökning av vanliga cigaretter.

Tobakslagen som finns idag gäller också för vejpnig numera. Man får inte vejpa e-cigaretter inomhus eller vid entréer.

Jag bara skickar med detta, om ni inte har sett den här dokumentären, så får ni gärna titta på den. Och framför allt till er som jobbar nära patienter och kanske möter de här unga människorna.

Och så finns det på Sluta-Röka-Linjen lite mer information för er som är vårdgivare.

Tobaksfakta är också väldigt snabba på att presentera ny forskning inom det här området. Det finns också en hel del material att hitta där och det finns ett nytt informationsblad om nya nikotinprodukter.

Hos Psykologer mot tobak finns det också en hel del material på olika språk. Om man nu behöver det i sin yrkesverksamhet.

Nu kommer ett tillägg till er som är föräldrar.

[vi beklagar att tillägget inte har någon textning]