



Om rökfria utomhusmiljöer

Tobaksrök kan vara lika hälsofarlig ute i fria luften som inomhus – allt beror på koncentrationen av farliga partiklar och hur lång tid man utsätts. Därför har flera av de länder som kommit längst med rökfria inomhuslokaler de senaste åren även börjat införa rökfritt i vissa utomhusmiljöer. Skälet är att de också där vill skydda människor mot de hälsorisker som passiv rökning innebär.

Även i Sverige är lagstiftning om rökfria utomhusmiljöer aktuell. Utredningen En översyn av tobakslagen/Nya steg mot ett minskat tobaksbruk (SOU 2016:14) föreslår rökförbud

- på uteserveringar,
- vid entréer till lokaler och andra utrymmen som allmänheten har tillträde till,
- på områden utomhus som används av resenärer med färdmedel i inrikes kollektivtrafik (till exempel hållplatser och perronger),
- på inhägnade idrottsplatser, sportarenor och liknande samt
- på lekplatser som allmänheten har tillträde till.

Rökförbuden föreslås gälla även e-cigarett.

Utredningen har varit ute på remiss och regeringen förbereder ett lagförslag.

De enda utomhusmiljöer i Sverige där rökning för närvarande enligt lag är förbjuden är skolgårdar och motsvarande utomhusområden vid förskolor och fritidshem.



Varför rökfritt?

Lagar om rökfria miljöer är till för att skydda människors hälsa. Tobaksrökning ökar risken för bland annat flertalet cancersjukdomar, hjärt-kärlsjukdom, diabetes samt sjukdomar och infektioner i andningsorganen, såsom astma och KOL, kroniskt obstruktiv lungsjukdom. Att utsättas för andras tobaksrök innebär samma typ av hälsorisker, fast på en lägre nivå.

Amerikanska Surgeon Generals rapport 2006 slog slutgiltigt fast att passiv rökning utgör en allvarlig folkhälsorisk som orsakar både lungcancer och hjärt-kärlsjukdomar. Amerikanska Centers for Disease Control, CDC, varnar för att även kortvarig exponering för tobaksrök kan öka risken för en dödlig hjärt-

infarkt hos en icke rökare till samma nivå som hos en rökare. Ett viktigt budskap från dessa hälsomyndigheter är att det inte existerar några gränsvärden där tobaken blir ofarlig. Det är en slutsats som 2007 bekräftades av Världshälsoorganisationen, WHO, som konstaterade att ”tobaksrök är en luftförorening som orsakar allvarliga sjukdomar hos både barn och vuxna. Det finns odiskutabla bevis för att införandet av till 100 procent rökfria miljöer är det enda effektiva sättet att skydda befolkningen mot de hälsofarliga effekterna av passiv rökning”.

I Sverige beräknades 2007 att passiv rökning årligen bidrar till 5–10 fall av lungcancer hos personer som aldrig rökt vanemässigt, samt ungefär 400 fall av hjärt-kärlsjukdom bland personer som varken röker eller har rökt tidigare. Även om antalet fall bör ha minskat något i takt med att rökningen minskar, finns det alltså människor i vårt land som drabbas av livshotande sjukdomar för att de har andats in andras tobaksrök. Till detta kommer alla passiva rökare som får andra besvär, bland annat i luftvägar och ögon.

En stor grupp som är extra känslig för passiv rökning är barn. Tobaksrök kan förvärra astma och orsaka lunginflammation, bronkit och öroninflammation. Barn kan även få skador som ökar risken för att de som vuxna drabbas av cancer eller hjärt-kärlsjukdomar.

Snabba effekter av rökförbud

Erfarenheterna av rökfria miljöer har visat att de ger snabba hälsovinster.

I Kalifornien minskade dödsfallen i hjärtsjukdomar med 13 procent efter nio år med delstatens omfattande tobakslagstiftning. Liknande resultat har sedan dess redovisats i flera länder. Tobaksrelaterad cancer minskade i Kalifornien från 1988 till 1999 med tolv procent bland männen och med åtta procent bland kvinnorna. Kalifornien var 1995 först i världen med rökförbud på restauranger, tre år senare infördes förbud även på barer och nattklubbar. En undersökning bland restauranganställda där visade bland annat att lungkapaciteten hade förbättrats efter rökförbudet.

Efter Kalifornien har totalt rökförbud införts på såväl restauranger som barer i drygt 60 länder, medan

ett 30-tal förbjuder rökning där man serverar mat, men tillåter det i barer eller i separata röktrum.

I Skottland visade en undersökning 2012 att antalet för tidigt födda barn sjunkit med tio procent sedan Skottland 2006 förbjöd rökning på serveringar och allmänna platser. Antalet nyfödda barn med låg födelsevikt minskade med fem procent.

I Sverige fick rökförbudet på restaurangerna 2005 snabbt positiva effekter på personalens hälsa. Redan efter fyra månader minskade luftvägssymtomen kraftigt och på ett år halverades de symptom från luftvägar och slemhinnor som förekom innan serveringslokalerna blev rökfria. Det visade en nationell undersökning som genomfördes på nio orter runt om i Sverige.

Många vill ha rökfritt även utomhus

De globalt positiva erfarenheterna av rökfria inomhuslokaler har lett till att det i många länder finns en folklig majoritet som stöder förslag om även rökfria utomhusmiljöer, särskilt sådana där det ofta samlas många människor.

En undersökning som företaget SKOP gjorde 2014 på uppdrag av Folkhälsomyndigheten visar att stödet för rökfria utomhusmiljöer är stort i Sverige. 85 procent vill ha rökfria entréer till köpcentra, sjukhus och andra allmänna byggnader. 61 procent förordar rökfria lekplatser och badplatser, 70 procent vill ha rökfritt på hållplatser för kollektivtrafik medan 61 procent stöder rökfritt på uteserveringar. Tusen personer deltog i undersökningen.

Två år senare var stödet i den svenska befolkningen ännu större. År 2016 publicerades en undersökning som SOM-institutet vid Göteborgs universitet genomfört i samarbete med Tobaksfakta. Sådär många procent av deltagarna stödde rökförbud på de respektive platserna:

- Rökfria utomhusserveringar, 74 procent
- Rökförbud vid entréer till offentliga byggnader, 83 procent
- Rökfria hållplatser och järnvägsplattformar, 79 procent
- Rökfria lekplatser, 92 procent
- Rökfria balkonger i flerfamiljshus, 66 procent

Därför behövs rökfritt även utomhus

Röken blåser väl bort? Det är en vanlig invändning mot förslag om rökförbud i utomhusmiljöer. Och det stämmer att luftens rörlighet utomhus gör att röken försvinner snabbare än inomhus när ingen röker längre. Men studier har visat att medan personer röker på exempelvis en uteservering så utsätts de som sitter i närheten ofta för minst lika mycket farlig tobaksrök som i en inomhuslokal där folk röker.

”Vi blev förvånade när vi upptäckte att exponeringen utomhus för rök från en rökare i närheten var jämförbar med genomsnittet för den rök vi tidigare mätt inomhus i en rökig taverna”, skriver en av forskarna i en omfattande studie från 2007 om passiv rökning vid Stanforduniversitetet i Kalifornien.

Sitter du på ett trottoarkafé intill en rökare som röker två cigaretter under en timme kan du exponeras för lika mycket rök som om du suttit bland rökare inne i en servering. Avgörande är graden av exponering och hur långvarig den är. Om de faktorerna är lika stora ute som inne blir skadorna likvärdiga.

En studie som den amerikanske forskaren James Repace genomförde på fem trottoarkaféer med många rökare i Helsingfors 2003 visade att luftföroreningarna på kaféerna var 5–20 gånger större än på trottoarer vid gator där det var livlig trafik med personbilar, bussar och lastbilar. En annan rapport visar att halten av giftiga partiklar kan vara 50 gånger högre för den som sitter intill en rökare på en uteservering än i den omgivande luften på lite avstånd.

När det gäller just rökfria uteserveringar är rökförbudet – liksom på rökfria inomhusserveringar – först och främst till för att skydda personalen som annars i timal tvingas arbeta bland rökande gäster.

En svensk pilotstudie från 2010 visade att fem av sex anställda på uteserveringar i Stockholm exponerades för nikotin på, eller över, den nivå som i flera studier bedömts som hälsofarlig. Mätningen gjordes med hjälp av dosor som registrerade den mängd nikotin som försökspersonerna utsattes för under ett par arbetspass.

Samtidigt som rökfria uteserveringar skyddar de anställda gör de det också möjligt för astmasjuka, allergiker och personer med hjärt-kärl- och lung-

sjukdomar att sitta och koppla av på en uteservering. Även för alla andra är den rökfria miljön en hälsofördel, passiv rökning är ju farlig för alla och det finns inga bevisat rökfria nivåer.

Vanliga rökfria utomhusmiljöer

Här går vi kort igenom några av de utomhusmiljöer som ofta omfattas i de länder som lagstiftat om rökförbud utomhus:

Platser där barn vistas

Barn kan sällan själva bestämma var de ska leka. Om de utsätts för tobaksrök är detta särskilt riskabelt för deras växande kroppar. De kan drabbas av sjukdomar direkt eller få skador som utvecklas till sjukdomar när de blivit vuxna. Därför har rökförbud införts världen runt på lekplatser och vid andra platser för barn. Sådana rökförbud finns i ett 80-tal länder.

Det är också viktigt att det på marken inte finns cigarettfimpar och snusprillor som kan förgifta barnen. Ännu en aspekt är att det är bra att barnen slipper påverkas av att se vuxna förebilder använda tobak.

Lekparker finns som nämnts med i det svenska utredningsförslaget om rökfria utomhusmiljöer.

Entréer

I många länder finns nu buffertzoner vid entréer till offentliga byggnader och flerfamiljshus. Det kan vara rökfritt från fyra till tio meter från entréer eller luftintag till byggnaderna. Kontrollerade experiment har visat att det vid entréer där folk står och röker är minst lika höga halter giftiga partiklar som i en rökfylld inomhuslokal. I Köpenhamn undersöktes luften utanför en konferenslokal där 18 personer under en halvtimme kom ut och rökte under ett utskjutande tak. Partikelhalten visade sig vara dubbelt så stor där som på rökiga inomhusserveringar.

Rökfria entréer till offentliga byggnader föreslås i den svenska utredningen.

Busshållplatser, tågplattformar med mera

Allt vanligare blir även rökfria busshållplatser, järnvägsplattformar och taxistationer med buffertzoner

runt omkring. Rökfritt även utomhus där man väntar på allmänna transportmedel föreslås också i det svenska utredningsförslaget.

Uteserveringar

I flera länder har delstatliga myndigheter, län och kommuner infört eller beslutat införa rökfria uteserveringar. Skälet är att skydda personalen från tobaksrök och göra det möjligt även för personer som far illa av röken att kunna äta på uteserveringar under sköna sommark dagar. I Kanada har två provinser, delstater, infört rökfria uteserveringar och flera av de stora städerna. I huvudstaden Ottawa gäller ett sådant rökförbud sedan april 2012. I USA tillämpade 130 kommuner i januari 2014 rökfria såväl matserveringar som barer utomhus, medan 272 förbjöd rökning enbart på matserveringar utomhus. Och delstaterna Hawaii, Main, Michigan och Washington hade helt rökfria utomhusserveringar medan Iowa förbjöd rökning enbart där mat serverades utomhus.

I Australien har den folkrikaste delstaten Nya Syd-wales, med storstaden Sydney, rökfria uteserveringar från och med juli 2015. Delstaterna Queensland, Tasmanien och Västaustralien har rökfria uteserveringar med vissa undantag. Victoria, med storstaden Melbourne, införde rökfria uteserveringar i augusti 2017. Flera rökfria uteserveringar finns i ett antal mindre städer i Australien.

Rökfria uteserveringar föreslås i det svenska utredningsförslaget.

Parker

Drygt 900 kommuner i USA har rökförbud i parkerna, bland dem de två största städerna, Los Angeles och New York city. Då räknas inte de kommuner som har rökförbud men tillåter rökning på begränsade, markerade områden i parkerna. En delstat, Oklahoma, har infört rökfritt i parkerna, liksom det självstyrande Puerto Rico.

I Kanada har några städer, som Vancouver och Edmonton, förbjudit parkrökning. Skälet är att parkerna används av många människor för rekreation och sociala aktiviteter. Även miljöhänsyn spelar in. Man vill inte ha fimpkräp, som lekande barn

kan stoppa i munnen och som skadar djur och natur. Rökfria parker förebygger dessutom bränder.

Parker nämns inte i det svenska utredningsförslaget om rökfria utemiljöer.

Badstränder

I USA hade 184 kommuner rökförbud på badstränder år 2014, även här med New York city och hela Los Angeles county i tätén, där en tredjedel av Kaliforniens befolkning bor. Rökfria badstränder finns på flera håll i världen, till exempel i Australien, Hongkong, Japan, Italien, Polen, Spanien och Frankrike. Förbudet gäller stränder där många människor samlas och passiv rökning kan bli mycket besvärande. Men även här finns också miljöhänsyn. Cigarettfimpar dominerar i avfallet från stränderna, barn och djur kan få fimpas i sig och kemikalierna i fimporna skadar livet i havet.

Badstränder finns heller inte med i det svenska utredningsförslaget.

Viktiga källor

Utredning om framtida rökfria miljöer på allmänna platser – i synnerhet där barn vistas. Folkhälsomyndigheten, 2014.

En översyn av tobakslagen/Nya steg mot ett minskat tobaksbruk (SOU 2016:14)

Larsson M., Boëthius G., Axelsson S. & Montgomery SM. Exposure to environmental tobacco smoke and health effects among hospitality workers in Sweden – before and after the implementation of a smoke-free law. Scand. J. Work Environ. Health, 2008 Aug;34(4):267-77.

Kompletterande rapport till Statens folkhälsoinstitut Om passiv rökning på allmänna platser – exponering och attityder. September 2013. SKOP-Research.

Attityder till tobaksförebyggande arbete. SOM-rapport nr 2016:19.