

Nikotin blandt børn og unge

Kære fagpersoner

Brug af forskellige nikotin-produkter er på det seneste begyndt at fylde mere blandt unge i Kalundborg Kommune.

Alle nikotinprodukter er skadelige.

Nikotin er, særligt i Puff Bars - grundet den høje koncentration, yderst afhængighedsskabende, øger sandsynligheden for at få angst/depression, hæmmer kreativitet og kan have negativ betydning for hjernens udvikling.

Puff Bars er ulovlige at købe, sælge og i visse tilfælde besidde. De bliver typisk handlet via udenlandske hjemmesider og sociale medier. Der er ingen garanti for, at indholdsstoffer og mængder er retvisende. Det kan få alvorlige konsekvenser både på kort og lang sigt at eksperimentere med nikotinprodukter.

Som fagperson har du stor indflydelse på unges viden om og holdning til damp, røg og snus. Spørg nysgerrigt ind til og tal med den unge om nikotin-produkter. Når du tager tydeligt afstand til brugen af nikotin-produkter, mindskes sandsynligheden for, at den unge eksperimenterer med dem.



Video om unges brug af nikotin og inspiration til at tage dialogen. (Sundhedsstyrelsen)

Tal med den unge

Når du taler med den unge om brugen af snus, kan du f.eks. stille følgende spørgsmål:

- Hvad fik dig til at starte med at bruge snus?
- Hvilke fordele og ulemper ser du ved at bruge snus?
- Kan du forestille dig at bruge snus, når du bliver ældre/voksen?
- Hvad kan du i stedet gøre i de situationer, hvor du bruger snus?
- Kunne du overveje at blive snus-fri?

Læs mere på **snakomtabak.dk**

Det er ulovligt

Vi opfordrer dig til at tippe Sikkerhedsstyrelsen, hvis du eller dit barn oplever salg af Puff Bars fra kiosker eller hjemmesider.



Tip politiet hvis du oplever privat salg/videresalg. →



Kalundborg
**FÆLLES OM
UNGELIVET**

STOPLINIEN

Hvis en ung ønsker hjælp til at nedsætte et nikotin-forbrug eller stoppe kan den unge sende en sms med teksten "Rygestop" eller "Snusfri", til 1231, så bliver den unge ringet op af en rådgiver i løbet af 1-3 hverdage. Det er også muligt at kontakte **Stoplinien på 80 31 31 31.**



SUNDHEDSSTYRELSEN



KALUNDBORG
KOMMUNE

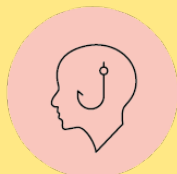
Med støtte fra
TrygFonden

Sådan skader nikotin hjerne og krop

Helbredsrisici ved nikotinforgbrug for børn og unge.

KONSEKVENSER I HJERNEN

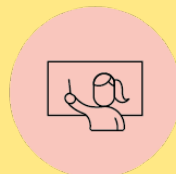
KONSEKVENSER ANDRE STEDER I KROPPEN



Afhængighedsskabende



Gateway til afhængighed



Forstyrret kognitiv funktion



Lav selvkontrol



Stress



Fosterskader



Hjertekarsygdomme



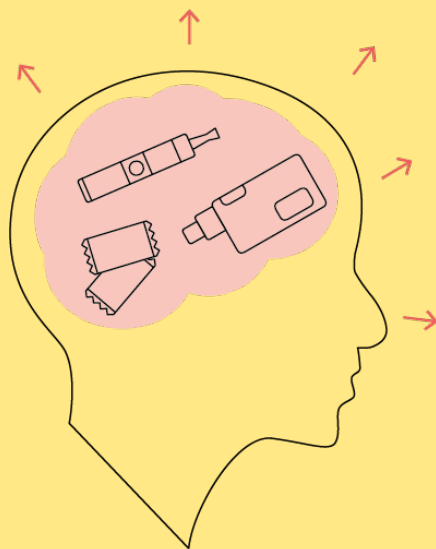
Skader i mundhulen



Psykisk sygdom



Betændelse i hjernen



Kilde: Vidensråd for Forebyggelse



SUNDHEDSSTYRELSEN



KALUNDBORG
KOMMUNE

Med støtte fra
Trygfonden