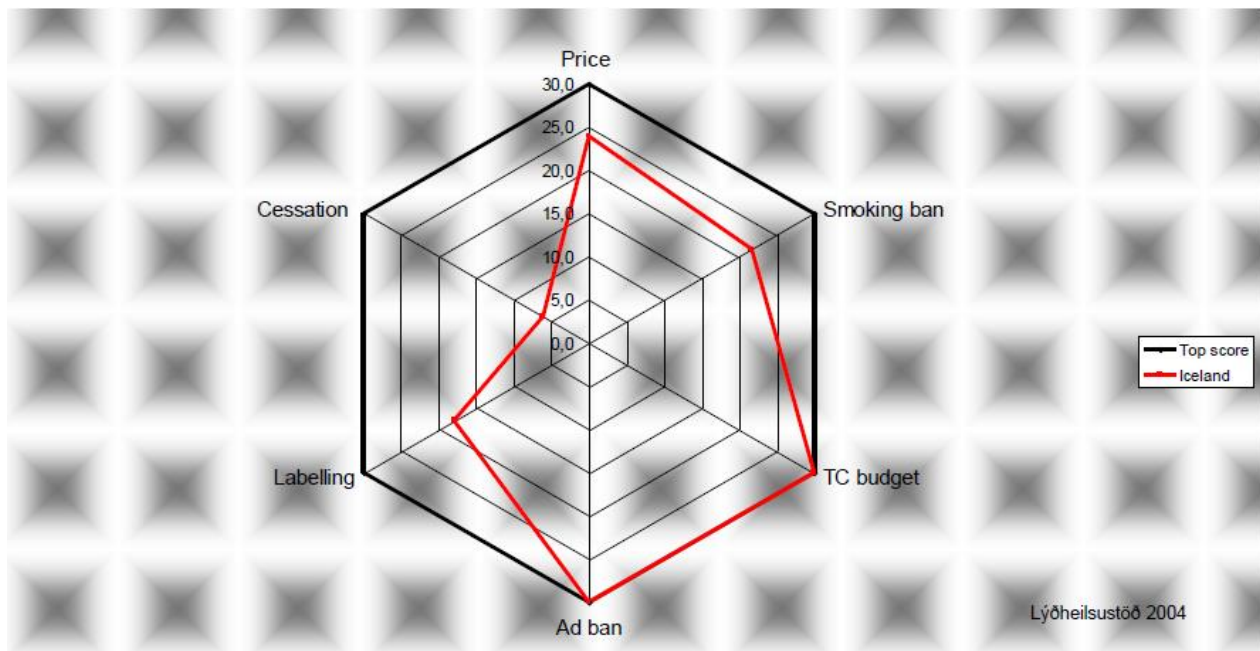


REYKLEYSI - RÁÐGJÖF HEFUR ÁHRIF

Talið er að einfaldar aðgerðir leiði til þess að 2-3% reykingafólks hætti að reykja. Ef aðgerðunum er fylgt eftir með lengri ráðgjöf og meðferð, fjölgar þeim enn frekar sem hættu að reykja. Meðferð við tóbaksfíkn felur í sér samtalsmeðferð, ráðgjöf, og lyfjameðferð. Hvert prósent skiptir máli. Ef ein kona hættir að reykja á meðgöngu eða minnkar reykingar þá er það sigur í baráttunni.

Á vefnum frjals.is má finna efni um samtalsmeðferð og flæðirit sem sýnir verklag í tóbaksvörnum. <http://www.frjals.is/tobak/>

Undanfarin ár hefur European Network for Smoking Prevention –ENSP sent frá sér samantekt um árangur hinna ýmsu Evrópulanda í tóbaksvörnum á ári hverju. Ísland er þar á meðal. Metnir eru sex þættir sem hafa áhrif á tóbaksnotkun í löndunum. Þessir þættir eru: Verð á tóbaki, bann við reykingum, fjármagn sem varið er til tóbaksvarna, tóbaksauglýsingabann, auglýsingar um skaðsemi reykinga og meðferðarmöguleikar við reykingum. Ísland kemur vel út í þessum samanburði þó með einni undantekningu en það er framboð á meðferð við reykingum sem er takmarkað skv. skýrslunni.



Svarti liturinn sýnir top score og rauði liturinn sýnir Ísland í þessu samhengi. Þessi mynd er frá 2004 en skv. upplýsingum frá Lýðheilsustöð lítur myndin eins út fyrir árið 2013. Meirihluti reykingafólks hefur

áhuga á að hætta að reykja eða 66% skv. könnun frá Lýðheilsustöð frá 2008, þar á meðal konur á meðgöngu. Sýnt hefur verið fram á að hvatning frá heilbrigðisstarfsfólki til að hætta tóbaksnotkun skiptir verulegu máli, jafnvel þótt viðkomandi hafi ekki sérþekkingu á samtalsækni eða góða þjálfun á því sviði.

Sjá nánar:

- <http://www.ensp.org/>
- http://whqlibdoc.who.int/publications/2011/9789240687813_eng.pdf

MÆÐRAVERND ÞRÓUNARSVIÐS HH, ENDURSKOÐAÐ JANÚAR 2015