



# Information om E-cigg/Vape

## Ungdomar och E-cigg/Vape

Elektroniska cigaretter kallas för E-cigg eller Vape och de kan ha olika former och färger. År 2021 uppgav nästan 30 % av årskurs 9 och årskurs 2 eleverna på gymnasiet i Helsingborg att de hade testat produkten. Nationella undersökningar visar liknande siffror. Vanligaste orsaken till att ungdomar testar är deras nyfikenhet på hur det smakar. Det är väldigt få som använder e-cigaretter regelbundet.

## Hur funkar E-cigg/Vape

Användaren håller i en vätska som innehåller kemiska ämnen, smakämnen och ofta används nikotin i produkten. Därefter värms vätska upp och när individen drar ett bloss, då bildas ånga och rök kommer ut. Denna procedur kallas ofta för att Vejpa. Det finns en uppsjö med smaker. Det har även blivit populärt med att köpa engångs E-cigaretter.

## Åldersgräns

Tobaksvaror, elektroniska cigaretter och påfyllningsbehållare får inte säljas eller på annat sätt lämnas ut i näringsverksamhet till den som inte har fyllt 18 år.

## Konsekvenser

Det finns risker med att andas in förångad E-cigarettvätska. Många av de biologiska effekter man ser vid E-cigarettanvändning är kopplade till inflammatoriska processer. Risken ökar för att drabbas av lungsjukdomar, och smaksättningarna i sig kan skada lungans celler. Sannolikheten ökar även för sömnsvårigheter, mag- och tarmproblem samt psykisk ohälsa som ångest och depression.

Studier har visat att E-cigaretteranvändare oftare brukar alkohol- och cigaretter (tobak). Dessutom är det svag evidens på att det är en effektiv rökavvänjningsmetod. Det är bra att ha i åtanke att nikotin inte bara är beroendeframkallande utan även giftigt.

## Råd

- Prata gärna med ungdomen om riskerna och vad lagen innebär.
- Om du får vetskap att minderåriga har köpt E-cigg/Vape/cigaretter/snus i någon butik, tipsa då gärna [Tillstandsenheten.SOF@helsingborg.se](mailto:Tillstandsenheten.SOF@helsingborg.se)

## Källa

1. [Region Skånes folkhälsoenkät](#) 2. [Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN](#)
3. [Länsstyrelsen](#) 4. [Folkhälsomyndigheten](#) 5. [Tobakslagen](#)
6. [You Tube klipp, docent Louise Adermark, kunskapssammanställningen om elektroniska cigaretter](#)