

VITT SNUS

DET NYA STORA HOTET MOT
FOLKHÄLSA OCH MILJÖ

– en forsknings-sammanställning 2024



RIKSFÖRBUNDET VISIR
VI SOM INTE RÖKER

VISIR

Niclas Malmberg

VITT SNUS
– DET NYA STORA HOTET
MOT FOLKHÄLSA OCH MILJÖ

– en forsknings-
sammanställning 2024

av Niclas Malmberg

VISIR

För rökfri miljö

Kontakt

Riksförbundet VISIR

Hälsans Hus, Fjällgatan 23 B

116 28 Stockholm

08- 591 282 11

visir@telia.com

<http://www.visominteroker.se/>

VISIR

Rapport 2024

Upphovsrätt, där inget annat anges, enligt Creative Commons licens CC BY.

Villkor på <http://creativecommons.org/licenses/by/2.5/se>

ISBN: 978-91-519-0249-4

Layout: Arkeobild

Omslag: Arkeobild

Tryck/utskrift: Stockholms Lito Grafiska 2024

INNEHÅLL

FINNS DET TOBAKSFRI TT SNUS?

INLEDNING	7
EXPLOSIONSARTAD ÖKNING AV UNGDOMARS ANVÄNDNING AV VITT SNUS	9
DET VITA SNUSET MARKNADSFÖRS AGGRESSIVT GENTEMOT BARN OCH UNGA	11
NIKOTININDUSTRINS MOTOR	15
OHÄLSOEFFEKTER AV VITT SNUS	17
POLITISK PROCESS	19
SNUS OCH MILJÖ	22

FINNS DET TOBAKSFRI TT SNUS?

INLEDNING

Det vita snuset lanserades i Sverige 2016, men är redan det vanligaste av de så kallade tobaksfria nikotinprodukterna i landet. Av all snusförsäljning i Sverige stod det vita snuset för en fjärdedel 2023¹, och sett till den lavinartade ökningen bland ungdomar kommer marknadsandelen tveklöst att öka ytterligare framöver.

Samtidigt som tobaksbolagen/nikotinindustrin riktar aggressiv marknadsföring gentemot ungdomar har många föräldrar låg kunskap om hur farliga de nya nikotinprodukterna egentligen är, vilket minskar barriären mot att ungdomarna hamnar i nikotinberoende. Enligt Novus undersökning 2021 vet de flesta vuxna inte vad vitt snus är. Över 30 procent i åldern 40–79 år uppgav att de aldrig hört talas om vitt snus och 37 procent att de hört begreppet men samtidigt vet väldigt lite om vad vitt snus är².

Den förälder som ser sin tonåring röka eller hittar ett paket cigaretter på rummet eller i skolväskan tar sannolikt ett snack med sitt barn om hälsoriskerna med rökning. Ertappas tonåringen med vitt snus är det inte lika säkert att reaktionen blir densamma. Kanske rycker föräldern på axeln och tänker att det är gott och väl att det i alla fall inte är cigaretter hen har börjat med.

Eftersom det vita snuset är en ny produkt är forskningen om dess hälsoeffekter ännu i sin linda. Men en kunskapssammanställning om så kallade tobaksfria nikotinprodukter publicerades i december 2023 av Göteborgs universitet i samverkan med Länsstyrelsen

Västra Götaland³. Denna rapport syftar till att öka kunskapen om framför allt det vita snusets hälsoeffekter, och hur det fungerar som inkörsport till andra nikotinprodukter, inklusive traditionella cigaretter. Kunskapen måste öka både bland föräldrar, så att de kan hjälpa sina barn att inte hamna i nikotinberoende, men också bland beslutsfattare, så att de förmår att fatta de beslut om regleringar av nya nikotinprodukter som behövs för att bryta den mycket negativa trend vi sett de senaste åren.

En avgörande faktor är ungdomars tillgång till nikotinprodukter. Genom att vitt snus klassats som tobaksfritt slipper det tobaksskatt, och har därmed blivit mycket billigare i konsumentledet. Vitt snus är i stället år 2024 belagt med en nikotinskatt om 202 kr/kg⁴, det vill säga långt mindre än hälften av den tobaksskatt på 526 kr/kg som gäller för traditionellt snus⁵. Men hur relevant är denna skatterabatt på det vita snuset – är det verkligen tobaksfritt och är det inte lika farligt som det traditionella snuset?

Rent processmässigt framställs nikotinet i det vita snuset ur tobaksplanter, och är ur det perspektivet inte tobaksfritt. Det har också kunnat påvisas att det i vitt snus kan finnas tobaksspecifika nitrosaminer⁶. Men vad som är viktigare: ur hälsoperspektiv är det inte så

1 Ramstedt M. Den totala konsumtionen av cigaretter och snus i Sverige 2003–2022. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN); 2023. Rapport 224. <https://www.can.se/app/uploads/2023/12/can-rapport-224-den-totala-konsumtionen-av-cigaretter-och-snus-i-sverige-2003-2022.pdf>
2 <https://nonsmoking.se/ny-novusrapport-unga-behover-en-tobaksfri-skoltid/>

3 TOBAKSFRIA NIKOTINPRODUKTER En kunskapssammanställning om elektroniska cigaretter och nikotinsnus Länsstyrelsen Västra Götalands län Rapport nr 2023:64 <https://catalog.lansstyrelsen.se/store/13/resource/2897>
4 <https://www4.skatteverket.se/rattsligvagledning/366190.html>
5 <https://www.skatteverket.se/foretag/skatteochavdrag/punktskatter/tobaksskatt/snustuggtobakochovrigtobak.477dbcb041438070e0396392.html>
6 Mallock N, Schulz T, Malke S, et al Levels of nicotine and tobacco-specific nitrosamines in oral nicotine pouches Tobacco Control 2024;33:193-199. <https://tobaccocontrol.bmj.com/content/33/2/193>

att det vita snuset är mindre skadligt än det traditionella. Tvärt om vittnar man från tandvården redan om att det vita snuset ger snabbare skador på tandkött och munslemhinna⁷. Om något skulle det vita snuset alltså beskattas högre än det traditionella.

För närvarande pågår ett forskningsprojekt inom Folk tandvården i Stockholm som omfattar 300 personer i åldern 18 till 30 år⁸. Personerna är indelade i tre grupper; personer som använder traditionellt snus, personer som använder vitt snus, samt personer som inte använder några tobaks- eller nikotinprodukter alls. Även om resultaten inte är klara att presenteras i sin helhet än, är slutsatserna så här långt att en del av de personer som använder vitt snus har utbredda snuslesioner som täcker större delar av slemhinnan, och inte bara lesioner där snuset ligger, så som vid användning av traditionellt snus. Det vita snuset kan också ge sår, blåsor och tecken på inflammation, som gör att personer som använder vitt snus söker tandvård, vilket inte brukar vara fallet med snuslesioner orsakade av brunt snus⁹.

Från forskarhåll oroas man över att det vita snuset kan vara farligare än det traditionella¹⁰. Att man från politiskt håll i Sverige inte har sett det vita snuset som lika skadligt för hälsan som det traditionella snuset är därför anmärkningsvärt, och tyder på att det finns ett stort kunskapsglapp som gjort den politiska nivån mottaglig för påverkan från nikotinindustrins propaganda. Och Sverige är enligt Global Tobacco Index¹¹ samtidigt ett av de länder i världen där nikotinindustrin har störst möjligheter att påverka vilken politik som förs.

Det är därför angeläget att minska detta kunskapsglapp och slå hål på den vilseledande mytbildning nikotinindustrin sprider kring det vita snuset. Det kanske viktigaste budskapet i rapporten är att nikotinindustrins argumentation att snus kan få färre att röka är falskt. Det är inte så att det vita snuset får mångåriga rökare att sluta röka. Enligt Novus undersökning anger 70 procent av de som använder vitt snus i åldersgruppen 16–39 år att de inte ersatt någon annan nikotinprodukt med det vita snuset¹².

Samtidigt visar statistiken att det inte bara är så att det vita snuset attraherar ungdomar som aldrig rökt,

men att de som blir fast i ett nikotinberoende via vitt snus eller e-cigarett dessutom har ökad risk att också börja röka traditionella cigaretter, jämfört med den som aldrig snusat eller vejpåt¹³. En amerikansk studie publicerad 2024, *Prevalence of Nicotine Pouch Use Among US Adults*, visar även den att det vita snuset är en ungdomsprodukt, och inget som används av vuxna rökare som vill sluta röka¹⁴. Studien visar att trots att användningen av vitt snus ökat mycket kraftigt i USA mellan 2019 och 2022 är det enbart 2,9 procent av den vuxna befolkningen som testat vitt snus, och 0,4 procent av de vuxna som gör det regelbundet. Istället är det ungdomar som lockats av produkten, med olika smaker och kampanjer i sociala medier. En annan amerikansk studie från samma år, *The Potential Impact of Oral Nicotine Pouches on Public Health*¹⁵, visar att marknadsföringen av vitt snus som "tobaksfritt" gör att många ungdomar tror att det vita snuset är nikotinfritt. Studien visar också att det som lockar ungdomarna att använda vitt snus är de olika smakerna, att produkten kan användas diskret och även i sammanhang där rökning inte är tillåten. Och även denna studie slår hål på myten att det vita snuset i första hand marknadsförs för att hjälpa rökare att sluta röka, och understryker att många som inte använder någon annan nikotinprodukt är öppna för att testa vitt snus, vilket gör att det vita snuset blir vägen in i ett nikotinberoende.

Men vitt snus kan också vara vägen in i alkoholism. En ny rapport från Centralförbundet för Alkohol- och Narkotikaupplysning (CAN)¹⁶ visar på ett starkt samband mellan vitt snus och alkohol. Samtliga nikotinprodukter är vanligare hos dem som dricker alkohol, men det gäller i synnerhet vitt snus. Mot knappt dubbelt så vanligt i genomsnitt, är det bland de som använder vitt snus 2,4 gånger så vanligt, vilket indikerar att det är just de höga koncentrationerna av nikotin som är orsaken. Sambandet är dubbelriktat – den som är berusad tenderar att i högre grad använda nikotinprodukter, men nikotinetns påverkan på hjärnan gör dig också mer mottaglig för alkohol¹⁷.

13 Samband mellan snus, e-cigarett och tobaksrökning: en systematisk översikt. Stockholm: Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU); 2020. <https://www.sbu.se/312>

14 Dai, Hongying Daisy; Leventhal, Adam M, Prevalence of Nicotine Pouch Use Among US Adults, American Medical Association, 2024. <https://jamanetwork.com/journals/jama/article-abstract/2820917>

15 Nargiz Travis, Kenneth E Warner, Maciej L Goniewicz, Hayoung Oh, Radhika Ranganathan, Rafael Meza, Jamie Hartmann-Boyce, David T Levy, The Potential Impact of Oral Nicotine Pouches on Public Health: A Scoping Review, Nicotine & Tobacco Research, 2024; <https://doi.org/10.1093/ntr/ntae131>

16 Guttormsson U. Självrapporterade alkoholvanor i Sverige 2004–2023. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN); 2024. Rapport 229. <https://www.can.se/publikationer/sjalvrapporterade-alkoholvanor-i-sverige-2004-2023/>

17 <https://sverigesradio.se/artikel/rapport-ol-och-vin-leder-till-okat-snusande>

7 <https://nyheter.ki.se/slemhinneforandringar-av-vitt-snus-undersoks>

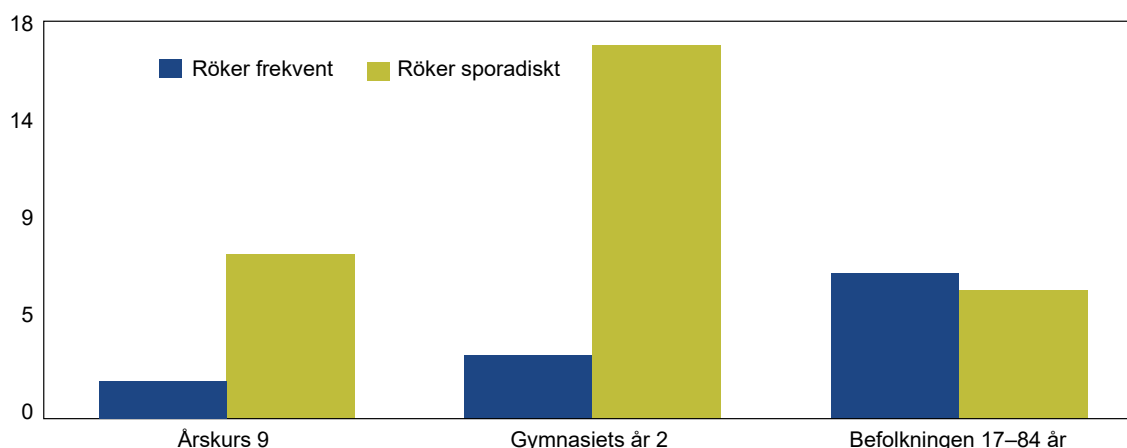
8 <https://www.tandlakartidningen.se/forskning/hon-soker-svar-om-det-vita-snuset/>

9 ibid

10 <https://sverigesradio.se/avsnitt/vitt-snus-skapar-nya-generationer-nikotinberoende>

11 https://globaltobaccoindex.org/report-summary?fbclid=IwY2xjawGQe05leHRuA2FlbQIxMAABHXAGqIyT1pR_NPqBuyf_s4BscRqSn4ypCPCEpUzpbTHXU8NH5jX7jG9RUA_aem_T8jWuVNS-tV2ilzFsGqg5w

12 <https://www.hjart-lungfonden.se/halsa/riskfaktorer/tobak/vitt-snus/>



Figur 1. Andelen som röker frekvent respektive sporadiskt bland elever i årskurs 9, gymnasiets år 2 och befolkningen 17–84 år, 2022.

EXPLOSIONSARTAD ÖKNING AV UNGDOMARS ANVÄNDNING AV VITT SNUS

CAN följer regelbundet upp användningen av nikotinprodukter. Sedan 2003 har man skattat den totala användningen av cigaretter och snus utifrån inhemsk försäljningsstatistik, kompletterad med självrapporterade köp i samband med utlandsresor och köp av smugglade cigaretter. Den sammanställning som publicerades i december 2023¹⁸ är mycket dystert läsning. Efter många år med en nedgående trend av rökning av traditionella cigaretter ökar rökningen nu med 6 procent mellan 2021 och 2022, samtidigt som vi ser en explosionsartad ökning av framför allt ungdomars användning av vitt snus och e-cigarett. Försäljningen av e-vätskor till vejp ökade med 350 procent på ett år, från 4 000 sålda liter 2021 till 14 000 sålda liter 2022. Försäljningen av det vita snuset ökade med mer än 80 procent under samma period. I relation till den totala försäljningen av snus ökade det vita snuset från 16 till 25 procent på ett år.

Det är inte så att de nya tobaksprodukterna i första hand används av personer som rökt eller snusat brunt snus tidigare. Istället är det nya generationer som lockas in i nikotinberoende. Det är särskilt tydligt vad gäller vitt snus, som är tre gånger så vanligt bland unga vuxna än i övriga åldersgrupper¹⁹, men även andelen

rökare och vejpåre är högst bland gymnasieelever och unga vuxna i åldrarna 17–29 år. I årskurs två i gymnasiet uppger 17 procent att de röker cigaretter sporadiskt, vilket är nästan tre gånger så vanligt som i hela befolkningen 17–84 år, se figur 1. Att såväl traditionella cigaretter som vejp och snus ökar bland ungdomarna illustreras i figur 2–4 från CAN:s skolundersökning 2023²⁰.

Andelen som snusar i gymnasiets andra årskurs dubblades mellan 2015 och 2022 samtidigt som andelen som röker sporadiskt är långt högre än i befolkningen som helhet. Och det är framför allt bland flickorna som användningen av det vita snuset ökat, med en ökning på nästan 500 procent sedan 2015. Vad gäller användning av vejp de senaste 30 dagarna var ökningen extremt kraftig mellan 2021 och 2022, för att backa något året därpå. Även här är ökningen störst bland flickor.

Sammantaget har tobaks- och nikotinanvändningen ökat, och det står helt klart att de nya tobaksprodukterna inte ger någon form av skademinimering (eller *harm reduction*, som det ofta kallas även i Sverige), då det inte i första hand har varit inbitna rökare som bytt från cigaretter till vejp eller snus. Istället har de nya nikotinprodukterna fungerat som inkörsport för ungdomar in i nikotinberoende. Enligt CAN:s rapport om Tobaks- och nikotinutvecklingen i Sverige 2023 hade en stor majoritet av de som vejpat aldrig testat cigaretter innan de vejpat för första gången, och 43 procent hade varken rökt cigaretter eller snusat innan de började vejpa. Det vita snuset var samtidigt den första nikotinprodukten för en fjärdedel av pojkarna och en tredjedel av flickorna.

18 Ramstedt M. Den totala konsumtionen av cigaretter och snus i Sverige 2003–2022. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN); 2023. Rapport 224.

<https://www.can.se/app/uploads/2023/12/can-rapport-224-den-totala-konsumtionen-av-cigarett-och-snus-i-sverige-2003-2022.pdf>

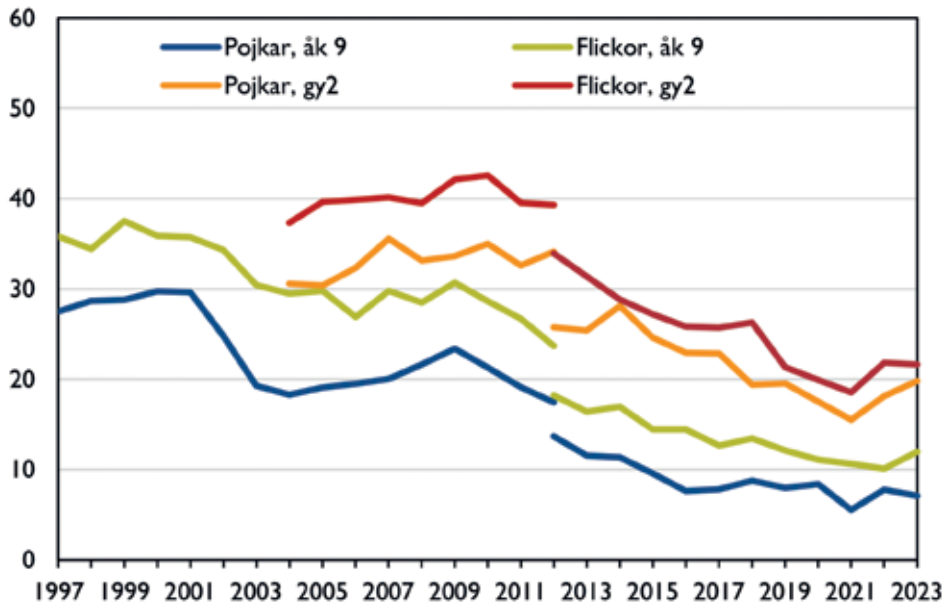
19 Zetterqvist M. Tobaks- och nikotinutvecklingen i Sverige 2023. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN); 2023. Rapport 220.

<https://www.can.se/app/uploads/2023/10/can-rapport-220-tobaks-och-nikotinutvecklingen-i-sverige-2023-sammanfattning.pdf>

20 Thor S. (red.), CAN:s nationella skolundersökning 2023. Stockholm: Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN); 2023. Rapport 223.

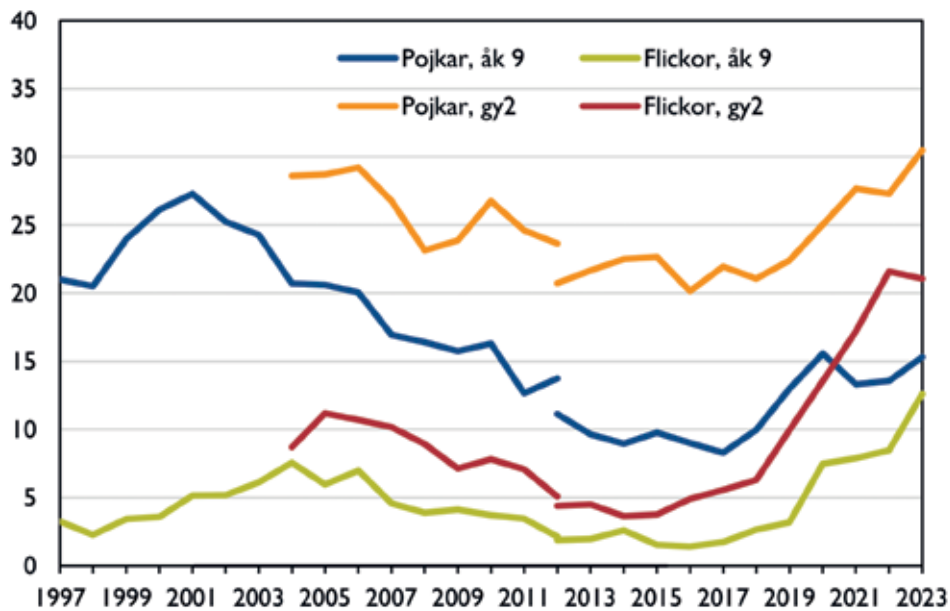
<https://www.can.se/app/uploads/2023/12/can-rapport-223-cans-nationella-skolundersokning-2023.pdf>

Procent



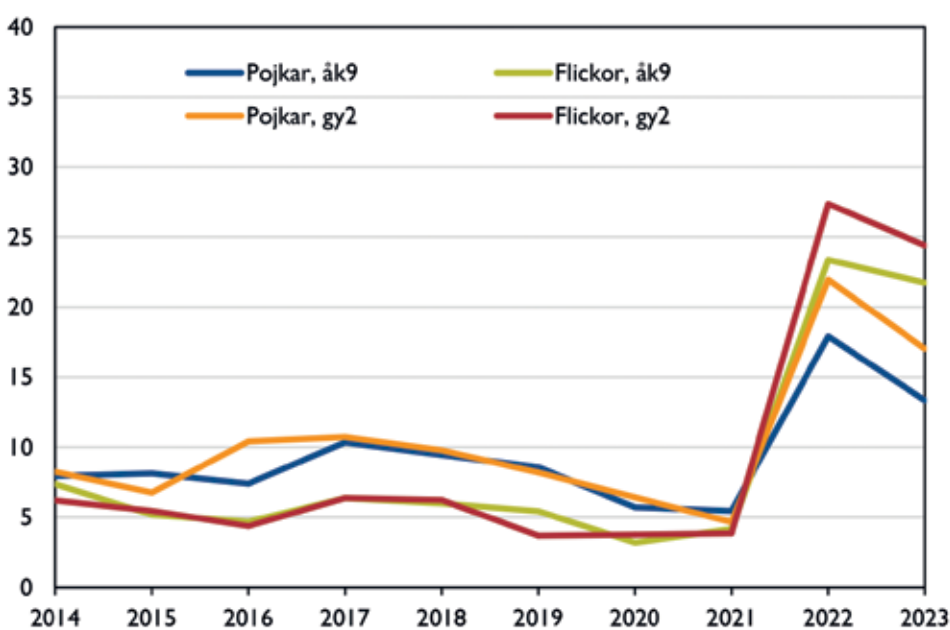
Figur 2. Andelen elever som röker (dagligen/nästan dagligen eller sporadiskt), efter kön och årskurs. 1997–2023.

Procent



Figur 3. Andelen elever som snusar (dagligen/nästan dagligen eller sporadiskt), efter kön och årskurs. 1997–2023.

Procent



Figur 4. Andelen som vejjpat under de senaste 30 dagarna, efter kön och årskurs. 2014–2023.

Av CAN:s skolundersökning framkommer också det är enkelt för ungdomar att få tag på snus. År 2022 uppgav 45 procent av niondeklassarna och 63 procent av gymnasieeleverna att de inom ett dygn kunde få tag på snus, trots att det sedan 1 augusti 2022 är förbjudet att sälja vitt snus till den som inte har fyllt 18 år²¹. Utöver att det vita snuset säljs av de flesta stora livsmedelskedjor säljs det också på webbplatser där det är enkelt för minderåriga att med några klick beställa hem vitt snus. Även om det ställs frågor om man är över 18 år på sidorna görs ingen kontroll att så verkligen är fallet²².

DET VITA SNUSET MARKNADSFÖRS AGGRESSIVT GENTEMOT BARN OCH UNGA

Trots att lagen om tobaksfria nikotinprodukter (2022:1257)²³ slår fast att vitt snus inte får marknadsföras gentemot personer under 25 år pågår en mycket aggressiv marknadsföring riktad mot barn och unga. Folkhälsomyndighetens intervjustudie av personer i åldrarna 13–19 år²⁴ visar att marknadsföringen varit framgångsrik – ungdomarna lyfter fram vitt snus som fräschare, trendigare och mer hälsosamt än det traditionella snuset. Enligt ungdomarna i studien gör också mångfalden av olika godis- och fruktsmaker att fler provar vitt snus. Det vita snusets avsaknad av grundsmak gör det enkelt att smaksätta med olika tillsatser. Och tveklöst är det så att smaker som saltlakrits och hallon inte är framtagna för att förmå inbitna äldre rökare att gå över till vitt snus, utan för att locka ungdomar. Studien *Smagstilsätningens betydning för brug af snus og e-cigaretter – med fokus på unge og Norden* verifierar att nikotinprodukter som smaksatts med mint-, frukt-, bär- eller godissmak attraherar användare som inte annars skulle ha provat snus eller e-cigaretter²⁵. När användningen av det vita snuset efter en

tid medfört tolerans mot nikotin i form av minskat illamående och mindre yrsel, blir tröskeln till andra tobaksprodukter också lägre.

Eftersom de allra flesta som fastnar i nikotinberoende gör det under tonåren²⁶ är barn och ungdomar nikotinindustrins viktigaste målgrupp. Och det krävs inte mycket nikotin för att göra en ung person beroende, enbart 5 milligram nikotin om dagen, vilket motsvarar en kvarts e-cigarett²⁷ eller lite mer än en halv prilla. Folkhälsomyndigheten betonar att barn och unga är särskilt utsatta för nikotinetns snabba beroendeframkallande egenskaper, och därför behöver skyddas särskilt²⁸. Enligt Novus undersökning 2023 har 96 procent av alla som använder nikotinprodukter börjat i tonåren eller tidigare²⁹. Den vanligaste debutåldern är 14–16 år, och den som inte har fastnat i nikotinberoende före 20 års ålder kommer troligtvis aldrig att göra det. Om nikotinindustrin misslyckas med att få in barn och ungdomar i nikotinberoende kommer man därför att successivt förlora hela sin affärsidé.

Det vita snuset har i första hand marknadsförts gentemot tjejer. Bildsättningen i marknadsföringen är mycket medveten, vilket våren 2023 analyserats i uppsatsen *Det vita snuset, wellness och femininiteter*³⁰ vid institutionen för medie- och kommunikationsanalys, Umeå universitet. Slutsatsen i uppsatsen är att det vita snuset framställs i en wellness-kontext genom att visas upp i samband med aktiviteter som bad eller träning och av unga kvinnor som framställs som måna om sitt utseende.

En bild ”*Ta ett bad, ta en ZYN. Förhöj känslan!*”³¹, syftar enligt analysen till att kvinnorna i badet ska utstråla att de tar hand om sig själva, och i kombination med den snusdosa som syns vill man ge en koppling mellan att ta hand om sig och att snusa ZYN. En annan bild, ”*Ta dig tid att laga en god middag och avnjut en ZYN Violet Licorice Slim efteråt*”³², syftar enligt analysen till att visa en kvinna som bryr sig om sitt välmående genom en kosthållning av nyttiga naturliga grönsaker, och att det godissmakande snuset är ett substitut till en

21 https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-20221257-om-tobaksfria-nikotinprodukter_sfs-2022-1257/

22 Se till exempel <https://minprilla.se/produkt-kategori/vitt-snus/>

23 https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-20221257-om-tobaksfria-nikotinprodukter_sfs-2022-1257/

24 Hur ser ungdomar på snus? – Kunskapsstöd om ungdomars erfarenheter och insikter om snus, Folkhälsomyndigheten 2022 <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/h/hur-ser-ungdomar-pa-snus-erfarenheter-och-insikter-fran-ungdomar-om-snus-och-snusanvandning/?pub=110349>

25 Fredriksen, Nadja, *Smagstilsätningens betydning för brug af snus og e-cigaretter – med fokus på unge og Norden* <https://nordicwelfare.org/publikationer/smagstilsaetningens-betydning-for-brug-af-snus-og-e-cigaretter-med-fokus-pa-unge-og-norden/>

26 <https://nonsmoking.se/wp-content/uploads/2019/09/det-a-CC%88r-barn-som-bo-CC%88rjar-anva-CC%88nda-tobak-3.pdf>

27 <https://truthinitiative.org/research-resources/harmful-effects-tobacco/nicotine-and-young-brain>

28 <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/andts/andts-anvandning-och-ohalsa/skador-till-foljd-av-andts/tobaks-och-nikotinprodukters-skadeverknningar/nikotinprodukter-och-halsorisker/>

29 <https://nonsmoking.se/wp-content/uploads/2023/10/nar-ska-barns-halsa-prioriteras.pdf>

30 Thomasson Dykert, Hanna, & Strömberg Rye, Tilde, *Det vita snuset, wellness och femininiteter*, Institutionen för kommunikation och medier Lunds Universitet B-uppsats i medie- och kommunikationsvetenskap, MKVA22:4 VT 2023. <https://lup.lub.lu.se/student-papers/search/publication/9117408>

31 <https://www.instagram.com/p/COcKofdnzHU/>

32 <https://www.instagram.com/p/Cggzi-3ofsy/>

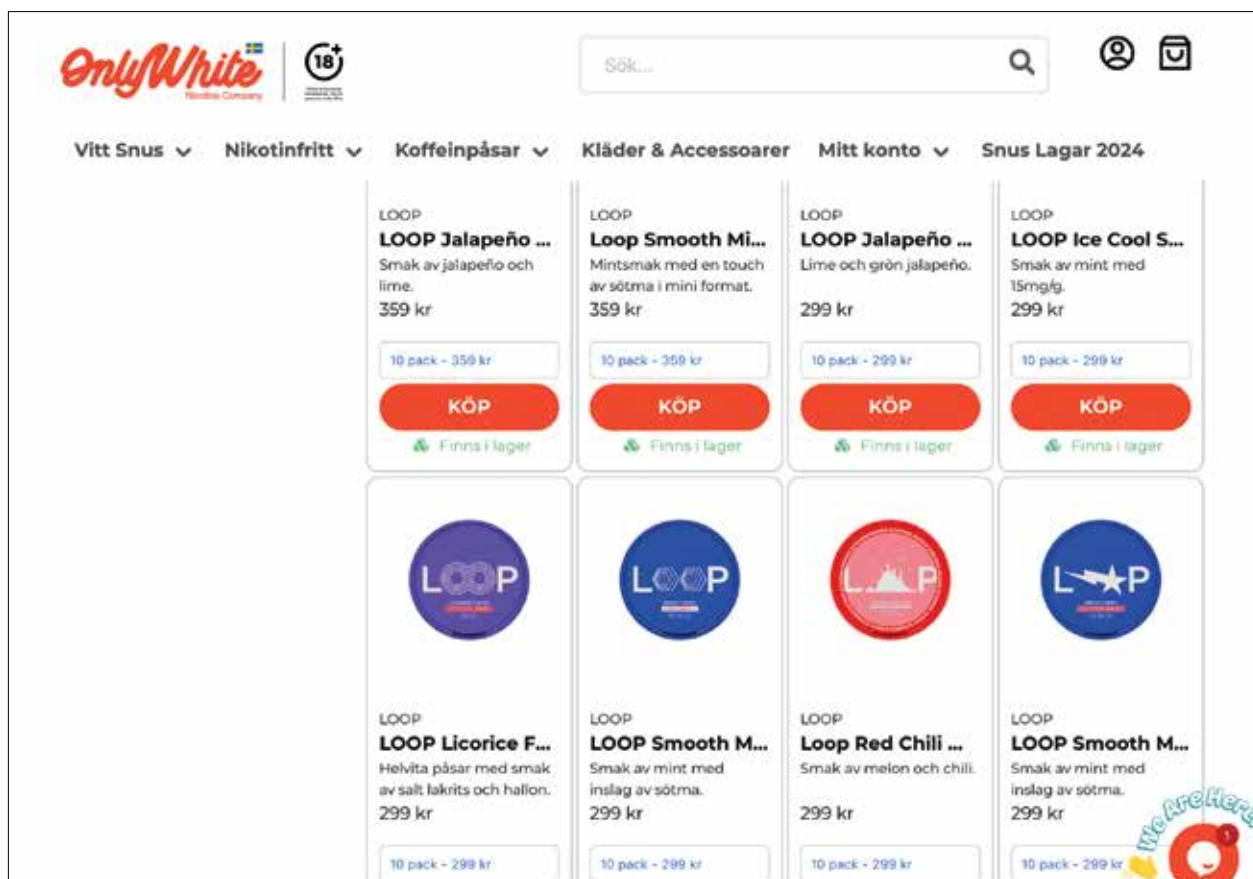


Bild 1. Exempel på smaktillsatser i vitt snus. De största näthandlarna av vitt snus saluför omkring ett 50-tal olika produkter med olika smaker.

onyttig efterrätt, något kvinnan kan unna sig själv, utan att behöva vara rädd för att gå upp i vikt.

Men det är inte bara i vilka sammanhang det vita snuset lyfts fram som är noga beräknat, utan också av vilka personer det vita snuset ska visas. Samarbeten görs med en lång rad unga influencers och kändisar, som i sina egna kanaler lägger upp bilder på sig själva med olika nikotinprodukter³³. Exempel här på är Molly Hammar, en artist som gjort reklam för vitt snus på Instagramkonto med 75 000 följare, och Linda Pira, artist som gjort reklam för vitt snus på Instagramkonto med 97 000 följare. De som följer artisternas Instagramkonton är i stor utsträckning barn och ungdomar, som därmed får upp reklamen i sitt flöde. Trots förbudet är reklamen tveklöst riktad mot yngre personer och inte mot mångåriga rökare, och i högre grad mot tjejer än mot killar.

Och det är inte bara i Sverige det är så marknadsföringen ser ut. En brittisk studie från 2024, *A taste of Nordic freedom: The problematic marketing of nicotine pouches in the United Kingdom*³⁴, där 500 inlägg på

Instagram analyserats, visar att marknadsföringen av det vita snuset på Instagram domineras av ledorden "roligt och frihet", med bilder där unga kvinnor umgås med vänner i diverse olika miljöer, från nattklubbar till stränder, men också med bilder av exempelvis jordgubbar och äpplen som kommer upp ur dosorna. Inläggen är enligt studien i första hand riktade till unga kvinnor och icke-rökare.

Marknadsföringen riktad mot tjejer har gett de resultat nikotinindustrin önskar i form av ett stort genomslag bland yngre kvinnor³⁵. Folkvandvården i Stockholm bedömer att redan 2025 kommer fler kvinnor än män i Stockholm att snusa i åldersgruppen 15–30 år³⁶. Det är illavarslande med tanke på att forskningen visar att kvinnor samtidigt är mer känsliga för nikotin. Skillnaden bedöms bero på strukturella skillnader mellan könen i uppbyggnaden av hjärnan³⁷. Vid en jämförelse mellan könen framkommer att kvin-

33 <https://www.expressen.se/nyheter/unga-lockas-till-vitt-snus-med-fest-och-influencers/>

34 O'Hagan, L A, *A taste of Nordic freedom: The problematic marketing of nicotine pouches in the United Kingdom*, SAGE Publications, 2024. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/14550725241270227#core-collateral-info>

35 Almers, Emma & Klara Bergholtz, Klara, Ursäkta, får man lov att marknadsföra på detta viset? Lunds Universitet Institutionen för kommunikation och medier <https://lup.lub.lu.se/luur/download?func=downloadFile&recordId=9111730&fileId=9111731>

36 <https://news.cision.com/se/folkvandvarden-stockholm/r/snart-snusa-fler-kvinnor-an-man-i-stockholm,c3994693>

37 Tobacco-Related Disease Research Program project. Grant Number: 21RT-0136 <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/jnr.23878>

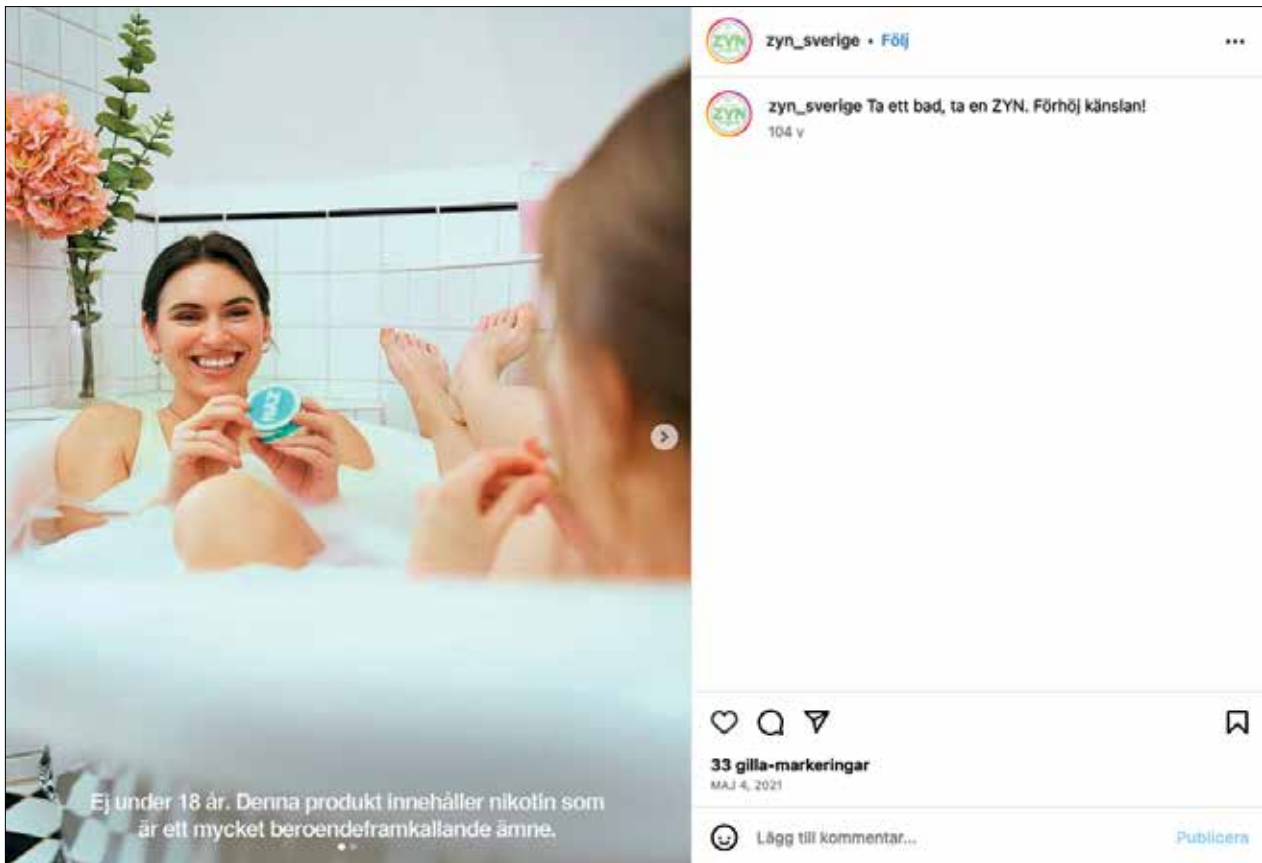


Bild 2. "Ta ett bad, ta en ZYN. Förhöj känslan!" Reklam för ZYN som syftar till att koppla samman vitt snus med wellness.



Bild 3. Reklam för LOOP som syftar till att koppla samman vitt snus med träning, och helt utan att det anges att nikotin är beroendeframkallande eller att produkten inte får säljas till barn.

zyn_sverige - Följ

zyn_sverige Ta dig tid att laga en god middag och avnjut en ZYN Violet Licorice Slim efteråt

#ZYN #ZYNessentials #ViolettLicoriceSlim

39 v

danizemella Kan man handla direkt från er? (stock) hittar inte denna någonstans

39 v · Svara

12 gilla-markeringar
JUL 27, 2022

Lägg till kommentar...

Publicera

Ej under 18 år. ZYN innehåller nikotin som är ett mycket beroendeframkallande ämne.

Bild 4. "Ta dig tid att laga en god middag och avnjut en ZYN Violet Licorice Slim efteråt". Reklam för ZYN som syftar till att koppla samman vitt snus med wellness.

nor har svårare än män att bryta ett nikotinberoende, och att kvinnor samtidigt har högre risk att drabbas av tobaksrelaterade sjukdomar och ökad dödlighet. Forskning visar också att kvinnor påverkas mer av nikotinet "givande effekter", vilket kan förklara att kvinnor har svårare att komma bort från ett nikotinberoende.

Lagstiftningen hindrar inte reklam för vitt snus på sociala medier, men slår fast att den ska vara måttfull och inte får vara riktad till personer under 25 år. För närvarande pågår en process som kan komma att visa var gränsen för denna måttfullhet ska anses gå³⁸. Det är Konsumentombudsmannen, KO, som våren 2024 stämt företaget Westridge AB hos Patent- och marknadsdomstolen, då KO anser att företagets reklam för vitt snus på TikTok går över gränsen. Westridge har bland annat gjort TikTok-reklam för vitt snus där en tomte har kalenderöppning, och filmklipp där personer testar nya smaker och skämtar med varandra.

Hur processen slutar är avgörande för om den nya lagen mot marknadsföring av tobaksfria nikotinprodukter kan anses fylla någon funktion eller inte. Hittills har den inte hindrat att unga i allt större omfattning exponeras för sådan reklam i sociala medier

38 <https://www.konsumentverket.se/aktuellt/nyheter-och-pessmeddelanden/pessmeddelanden/2024/ko-stammer-foretag-for-vitt-snus-reklam-pa-tiktok/>

enligt A Non Smoking Generation³⁹, som betonar att det är just en massiv marknadsföring i sociala medier som drivit på den snabba ökningen av användningen av vitt snus bland ungdomar⁴⁰. Enligt den rapport man publicerade 2022 hade tre tobaksföretag nått 4,3 miljoner personer på ett år med reklam för vitt snus på Instagram, och det med en annonskostnad på mindre än 3 kronor/person – något som återbetalar sig snabbt utifrån hur många som fastnar i nikotinberoende, som riskerar att bli livslångt.

Konsumentverket har hösten 2024 också agerat mot bolaget Yoiks utomhusreklam av vitt snus⁴¹ på en husvägg på Södermalm i Stockholm. KO anför i tillsyns-ärendet att bolaget haft "påträngande och uppsökande" utomhusreklam på allmän plats. Inte heller den processen är avslutad. Men oavsett hur den landar är nikotinbolagen snabba att hitta på nya sätt att nå ut. En metod som ger snabb avkastning är att dela ut gratisprodukter på festivaler och vid andra sammanhang där det vistas många ungdomar⁴². Och att många som lockas av gratis-

39 <https://nonsmoking.se/pressmeddelande-lagen-om-nya-nikotinprodukter-helt-verkningslos/>

40 <https://nonsmoking.se/ny-rapport-reklam-for-vitt-snus-okar-i-sociala-medier/>

41 <https://www.resume.se/marknadsforing/reklam/utomhusreklam-for-vitt-snus-far-rott-ljus/>

42 <https://www.svt.se/nyheter/inrikes/gratisprover-och-influencer-annonser-sa-marknadsfors-det-vita-snusset>

OBEROENDE LABORATORIETEST

Tobaksfritt snus

	Helwit Violet	Velo Royal Tea	ZYN Violet Licorice	Aprés Ice Tea Peach	ZYN Cool Mint Dry	VELO Spicy Pineapple	ZONE Berry Fresh	Gritt Frost Bite	Volt Deep Freeze	Lundgrens Påbröst	VELO Max Freeze	Skruf Super White Fresh Mist	General Original portion
Angivna styrka	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●	●●●●●
Tillverkare	helwit.se	bat.com	swedishmatch.se	byapras.com	swedishmatch.se	bat.com	skruf.se	ministryofsnus.com	swedishmatch.se	bat.com	bat.com	skruf.se	swedishmatch.se
Vikt per portion (g)	0,4	0,7	0,8	0,7	0,6	0,7	0,6	0,6	0,8	1,0	0,7	0,9	1,0
Nikotinhalt (mg/portion)	2,3	5,2	6,9	5,0	9,2	10,3	10,9	11,7	13,5	14,2	14,4	10,9	8,0
pH-värde	9,2	8,9	8,3	8,4	8,3	9,0	8,7	9,5	8,7	8,6	8,5	8,5	8,8
Vattenhalt (g/100g)	11,7	44,6	38,2	39,6	2,7	47,6	33,0	33,8	30,5	49,0	48,4	39,4	48,2
Nitrosaminer (NNK & MNNA) (µg/g)	< 0,02	< 0,02	< 0,02	< 0,02	< 0,02	< 0,02	< 0,02	< 0,02	< 0,02	< 0,02	< 0,02	< 0,02	0,48
Arenol (µg/g)	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05	0,05
Bityl (µg/g)	< 0,02	< 0,02	< 0,02	< 0,02	< 0,02	0,02	0,04	0,04	< 0,02	< 0,02	< 0,02	0,04	0,13
Sädesam (µg/g)	< 0,01	< 0,01	< 0,01	< 0,01	< 0,01	< 0,01	< 0,01	< 0,01	< 0,01	< 0,01	< 0,01	< 0,01	0,24
Stann (µg/g)	0,17	< 0,05	0,09	0,11	< 0,05	< 0,05	0,10	0,52	0,07	< 0,05	0,10	0,22	0,40
Nickel (µg/g)	0,10	< 0,05	< 0,05	0,11	< 0,05	< 0,05	0,07	0,22	0,05	< 0,05	0,09	0,10	0,05
Kommentar	Låg nikotinhalt men mycket högt pH-värde ger snabb nikotineffekt.	Lågt nikotinhalt men högt pH-värde ger starkare nikotineffekt.	Något lägre nikotinhalt och lägre pH-värde ger svagare nikotineffekt.	Nikotinhalt i nivå med vanligt snus, men lägre pH-värde ger svagare nikotineffekt.	Nikotinhalt i nivå med vanligt snus. Lägre pH-värde och mycket låg vattenhalt ger svagare nikotineffekt.	Relativt hög nikotinhalt och högt pH-värde ger stark nikotineffekt.	Relativt hög nikotinhalt och förhöjt pH-värde ger väldigt stark nikotineffekt.	Hög nikotinhalt och mycket högt pH-värde ger väldigt stark nikotineffekt.	Hög nikotinhalt och förhöjt pH-värde ger stark nikotineffekt.	Hög nikotinhalt och förhöjt pH-värde ger väldigt stark nikotineffekt.	Hög nikotinhalt och förhöjt pH-värde ger väldigt stark nikotineffekt.	Mer än dubbelt så mycket nikotin som i tobaksrök och förhöjt pH-värde ger väldigt stark nikotineffekt.	Högt nikotin och mycket stark nikotineffekt som i tobaksrök och förhöjt pH-värde ger väldigt stark nikotineffekt.

Test fakta

Fakta och bild: Testfakta i juni 2022

Bild 5. Testfaktas jämförelse mellan 12 varumärken vitt snus och brunt snus.

prover kommer att fastna i nikotinberoende kan nikotinindustrin vara förvissad om. Sannolikheten att första kontakten ska leda till ett beroende är större för nikotin än för andra starkt beroendeframkallande substanser, inklusive kokain och heroin⁴³. Nikotin är dessutom upp till 10 gånger så kraftfullt som kokain vad gäller att skapa beteendeförändring och psykiska effekter⁴⁴.

NIKOTININDUSTRINS MOTOR

Det vita snuset består vanligtvis i huvudsak av växtfibrer, till vilket nikotin, olika smakaromer och pH-justerare tillförts⁴⁵. Att nikotinindustrin vill påverka surhetsgraden hänger samman med att ett högre pH-värde påskyndar hjärnans upptagning av nikotin, vilket ger ett snabbare beroende⁴⁶. Nikotinkoncentrationen i vitt snus varierar från cirka 3 mg/g till 50 mg/g. Traditionellt snus har vanligtvis en nikotinkoncentration på omkring 8 mg/g, även om det också finns produkter med en nikotinkoncentration på omkring 45 mg/g. Det är alltså inte så att det vita snuset innehåller mindre nikotin än traditionellt snus, tvärt om finns vitt snus med högre nikotinkoncentration än vad som finns i något traditionellt snus. Testfakta har i en jämförelse mellan brunt snus och 12 vanliga märken av vitt snus visat att de allra flesta varumärken vitt snus har högre nikotinhalt än det bruna snuset, och de som har lägre nikotinkoncentra-

tion har istället ett högt pH-värde, som gör att snuset ändå ger en snabb nikotineffekt⁴⁷. Och nikotinet i det vita snuset har utan tvekan stor påverkan. En nikotinpåse på 10 mg ger efter 6h dubbelt så mycket nikotin i blodet som vad en vanlig cigarett ger⁴⁸.

Vore syftet med det vita snuset verkligen att få rökare att sluta röka skulle produkterna istället ha låga nikotinkoncentrationer, för att kunna hjälpa nikotinisten att successivt komma bort från ett nikotinberoende. Men det ligger inte i nikotinindustrins intresse att minska den totala försäljningen av sina olika produkter, och i själva verket är det förstas nikotinets beroendeframkallande förmåga som är nikotinindustrins motor. Att extrahera nikotinet ur tobaken är därför ingen förlust för branschen, eftersom tobakens övriga beståndsdelar är ointressanta i sammanhanget.

Nikotin i sig är en blekt gul oljig vätska med den kemiska formeln C₁₀H₁₄N₂, det vill säga en sammansättning med olika kombinationer av kol, väte och kväve⁴⁹. Nikotin isolerades från tobaksplantan för första gången 1828, och kunde syntetiseras redan 1904. Redan från start sågs nikotinet som ett gift, men idag sprider nikotinindustrin myter om att enbart andra beståndsdelar i tobaksprodukter är farliga, medan nikotin isolerat är harmlöst⁵⁰. Detta för att kringgå att begreppet tobak ger så negativa associationer hos många, och för att kunna få så kallade tobaksfria nikotinprodukter att framstå som relativt harmlösa.

47 <https://www.testfakta.se/sv/kropp-halsa/article/det-vita-snuset-en-lomsk-nikotinfalla>

48 McEwan M, Azzopardi D, Gale N, Camacho OM, Hardie G, Fearon IM, Murphy J. A Randomised Study to Investigate the Nicotine Pharmacokinetics of Oral Nicotine Pouches and a Combustible Cigarette. Eur J Drug Metab Pharmacokinet. 2022 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34923602/>

49 J. Chem. Educ. 1999, 76, 10, 1397 <https://pubs.acs.org/doi/10.1021/ed076p1397>

50 <https://snusforumet.se/fakta/nikotin/>

43 <https://lakartidningen.se/tema-tobak-1/2012/03/tobaksberoende-ar-starkt-och-svart-att-bryta/>

44 ibid

45 <https://www.hjart-lungfonden.se/halsa/riskfaktorer/tobak/vitt-snus/#:~:text=Faktum%20är%20att%20vitt%20snus,smakaromer%20och%20nikotin%20har%20tillförts.>

46 <https://www.tv4.se/artikel/4fbf7f1a04bf725194001ba3/tillsats-i-snus-okar-beroende>

Nikotinets allra mest utpräglade egenskap är att det är oerhört beroendeframkallande. Detta genom att nikotinet binds till specifika nikotinreceptorer, bland annat i hjärnan, vilket leder till att dopamin utsöndras, som i sin tur ger en belöningskänsla. Snus ger inte en lika snabb nikotinkick som rökning, men istället är nikotinnivån i blodet högre under längre tid.

Den som vant sig vid en regelbunden nikotindos får abstinenssymtom när hjärnan inte tillförs nikotin. Symtomen kan bland annat yttra sig som irritation, illamående, koncentrationssvårigheter och huvudvärk. Även om den som använder nikotin inledningsvis känner välbehag när hjärnan tillförs nikotin, är den långsiktiga effekten istället att känslor som ångest och oro förstärks. Hjärnans belöningsystem förändras också av nikotinberoendet så att det blir enklare att bli beroende av andra substanser, som till exempel alkohol. Rökare konsumerar i genomsnitt dubbelt så mycket alkohol som icke-rökare. Genetiska studier indikerar också att nikotin förändrar genetiken så att även kommande generationer har ökad risk för att fastna i olika form missbruk av beroendeframkallande substanser⁵¹. Om nikotinet tillförs via cigaretter eller vitt snus spelar ingen roll i sammanhanget.

Det är inte enbart en produkts nikotinhalt som avgör hur kroppen påverkas, utan också produktens pH-värde, och nikotinindustrins egna PR-organ Nicoleaks redovisar därför både produkters nikotinhalt och pH-värde⁵². Men gentemot konsumenterna är Swedish Match inte alltid öppet med hur man med pH-höjande tillsatssämnen ökar nikotinets påverkan⁵³.

Det som händer när pH-värdet stiger är att andelen så kallat fritt nikotin ökar, vilket är den typ av nikotin som är mest beroendeframkallande. Det fria (ojoniserade) nikotinet når hjärnan snabbare än det bundna (joniserade), vilket både ger en kraftigare effekt vid snusandet, och ett snabbare beroende. Tobakens naturliga pH-nivå är cirka 7, och vid den nivån är knappt 10 procent av nikotinet fritt. Vid pH 8 är andelen fritt nikotin cirka 50 procent, och vid pH 9 cirka 90 procent. I USA krävs därför att andelen fritt nikotin redovisas.

British American Tobacco har hösten 2024 gått ut med att man kommer att lansera en version i USA av *Velo*, företagets varumärke för vitt snus, där nikotinet är framtaget på syntetisk väg och inte är extraherat från tobaksplanter⁵⁴. Trots att det är 3–4 gånger dyrare att framställa syntetiskt nikotin än vad det kostar

att extrahera nikotin ur tobaksplantan⁵⁵, har nikotinindustrin börjat att ta fram produkter som består av syntetiskt nikotin för att kringgå den lagstiftning som funnits kring tobaksprodukter. Men i USA har man från politiskt håll agerat snabbt. I mars 2022 förändrades lagstiftningen i landet så att det syntetiska nikotinet behandlas som andra tobaksprodukter i USA⁵⁶. De marknadsföringsmässiga fördelarna med att prata om syntetiskt nikotin kan dock kvarstå, om det framstår som en mindre skadlig produkt. Det är därför viktigt att konsumenter får kunskap om att det syntetiska nikotin som används är precis lika beroendeframkallande och farligt som nikotin från tobaksplantan.

Nikotin finns i och för sig i två isomerer, kallade S och R⁵⁷. Även om deras kemiska beståndsdelar är desamma är strukturerna i de två isomererna spegelvända, ungefär som en vänster- och högerhand. I tobaksplantan finns i princip enbart S-isomerern, vilken är den av varianterna som ger den största beroendeframkallande effekten. I framställningen av syntetiskt nikotin bildas ungefär lika mycket av båda isomererna, varför nikotinindustrin också utarbetat processer för att renodla produkten till att bestå av huvudsakligen S-isomerern⁵⁸. Om syftet inte vore just att driva på nikotinberoendet skulle detta led i processen inte behöva genomföras, i synnerhets som det fördyrar produktionskostnaderna.

Produktionskostnader är inte heller nikotinindustrins stora utmaning. I USA bedöms det vita snuset omsätta 27,4 miljarder dollar år 2032, utifrån nuvarande marknadstillväxt⁵⁹. Att alla de stora multinationella nikotinbolagen⁶⁰ nu har gett sig in på marknaden av vitt snus är därför föga överraskande. British American Tobacco med *Lyft* och *Velo* sedan 2019, Japan Tobacco International med *Nordic Spirit* sedan 2020, Imperial Brands med *Skruf Super White* sedan 2018, och Philip Morris med *ZYN*, genom förvärvet av Swedish Match år 2022⁶¹.

55 <https://labstat.com/understanding-synthetic-nicotine-and-how-it-is-regulated-in-canada/#:~:text=Synthetic%20nicotine%20is%20synthesized%20using,chemical%20structure%20C10%20H14%20N2>.

56 <https://www.fda.gov/tobacco-products/ctp-newsroom/requirements-products-made-non-tobacco-nicotine-take-effect-april-14#:~:text=This%20law%20takes%20effect%20April%2014%2C%202022>.

57 Peter A. Crooks, Analytical Determination of Nicotine and Related Compounds and their Metabolites, 1999 <https://www.sciencedirect.com/topics/chemistry/s-nicotine>

58 <https://fivepawns.com/blogs/five-pawns-news-events/s-isomer-tobacco-free-nicotine#:~:text=When%20you%20create%20the%20nicotine,people%20enjoy%20when%20consuming%20nicotine>.

59 <https://www.globenewswire.com/news-release/2024/10/30/2971435/0/en/Nicotine-Pouches-Market-to-hit-USD-27-4-billion-by-2032-says-Global-Market-Insights-Inc.html>

60 <https://www.tobaccotactics.org/article/nicotine-pouches/>

61 <https://www.svt.se/nyheter/ekonomi/nu-ska-svenska-snusets-framtid-avgoras>

51 <https://catalog.lansstyrelsen.se/store/13/resource/2897>

52 <https://nicoleaks.com>

53 <https://www.svt.se/nyheter/inrikes/spetsat-snus-skapar-mer-beroende>

54 <https://www.reuters.com/business/retail-consumer/british-american-tobacco-launch-synthetic-nicotine-pouches-2024-10-16/>

OHÄLSOEFFEKTER AV VITT SNUS

Även om nikotinets beroendeframkallande egenskap är den mest framträdande effekten av nikotinanvändning, påverkar nikotinet kroppen också på många andra sätt. Även om det inte på långa vägar finns lika mycket forskning kring hälsoeffekter av att kroppen tillförs nikotin från snus som från rökning, finns tillräckligt mycket för att det ska stå klart att även nikotinet i det vita snuset riskerar att påverka hälsan negativt⁶². Och det är inte bara snusarna själva som riskerar att drabbas, utan också snusares barn⁶³. Nikotinet kan enkelt passera genom moderkakan och nå fostret, vilket kan påverka barnets framtida hälsa. Forskningen visar bland annat att barn vars mammor använt snus under graviditeten fortfarande vid sex års ålder har högre blodtryck, stelare kärl och högre hjärtfrekvensvariabilitet i jämförelse med andra jämgamla barn⁶⁴.

Trots att studier visar att snusning under graviditeten dessutom ökar risken för att barnet dör⁶⁵ ökar snusanvändningen bland gravida kvinnor. Både bland snusande och rökande kvinnor ligger andelen för dödfödsel över 5 promille, att jämföra med 3,5 promille för de kvinnor som varken snusar eller röker⁶⁶. Att allt fler unga kvinnor lockas av det vita snuset är därför mycket allvarligt. Den tobaksvaneundersökning som riktas gentemot gravida kvinnor visar också på en ökad andel snusare. År 2016 svarade 4,7 procent av de gravida kvinnorna att de snusar. År 2022 var nivån uppe på 7 procent⁶⁷.

Forskning har också påvisat en koppling mellan snusanvändning under graviditeten och för tidig födsel (60 procent ökad risk), låg födelsevikt (30 procent

ökad risk), skadliga effekter på lungutvecklingen och läpp-käk-gomspalt (50 procent ökad risk), att barnet dör under första levnadsåret (70 procent ökad risk)⁶⁸, samt att nikotin finns i bröstmjölk 12 timmar efter avslutad snusning⁶⁹. Nikotin påverkar också fostrets och det nyfödda barnets hjärnutveckling.

Men det är inte bara gravida och ammande kvinnor som bör vända nikotinet i snuset ryggen. Forskning visar också på negativa hälsoeffekter för långtidssnusare⁷⁰. En tydlig effekt hos långtidssnusare är kärlosthet, som i sin tur är kopplat till ökad risk för åderförkalkning, hjärtinfarkt och stroke. Studien visar också att snusare svarar sämre på nitroglycerinbehandling. Hypotesen är därför att snusare får värre skador vid hjärtinfarkt och stroke, och även ökad risk att dö, då kärlen inte kan vidgas lika mycket som på icke-snusare⁷¹. Nikotin påskyndar också hjärtfrekvensen och sammandragningen av hjärtmuskeln och ökar sannolikt risken för rytmstörningar. För åtminstone kvinnliga snusare ger snuset också högre blodtryck⁷². Nikotinet är även kärksammandragande, vilket försämrar syretransporten i blodet.

Vidare får män sämre kvalitet på sin sperma av snus och minskar chansen att få bli förälder med 10 procent⁷³. Forskningen visar att snusande män har cirka 25 procent färre spermier än icke-snusare, och det bedöms också gälla det vita snuset⁷⁴.

Även om forskningen inte allmänt visar att nikotin är direkt cancerframkallande, finns indikationer på att nikotin bidrar till att celler omvandlas till cancer-celler, ökar delningen av cancer-celler och upprätthåller utvecklingen av cancervävnad⁷⁵. I en studie publicerad av norska Folkhälsoinstitutet 2019 drog man också

62 Dowd AN, Thrul J, Czaplicki L, Kennedy RD, Moran MB, Spindle TR. A Cross-Sectional Survey on Oral Nicotine Pouches: Characterizing Use-Motives, Topography, Dependence Levels, and Adverse Events. *Nicotine Tob Res.* 2024 Jan 22;26(2):245-249. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37712111/>

63 Nordenstam F, Lundell B, Cohen G, Tessma MK, Raaschou P, Wickström R. Prenatal Exposure to Snus Alters Heart Rate Variability in the Infant. *Nicotine Tob Res.* 2017 Jul 1;19(7):797-803. doi: 10.1093/ntr/ntx035. PMID: 28186551. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28186551/>

64 Nordenstam F, Norman M, Wickström R, Blood Pressure and Heart Rate Variability in Preschool Children Exposed to Smokeless Tobacco in Fetal Life <https://www.ahajournals.org/doi/10.1161/JAHA.119.012629#tab-contributors>

65 Gunnerbeck A, Wikström A-K, Edstedt Bonamy A-K, Wickström R, Cnattingius S. Relationship of maternal snuff use and cigarette smoking with neonatal apnea. *Pediatrics.* 2011;128:503-509. <https://www.nature.com/articles/s41390-022-02463-4.pdf>

66 Wikström AK, Cnattingius S, Stephansson O. Maternal use of Swedish snuff (snus) and risk of stillbirth. *Epidemiology.* 2010 https://journals.lww.com/epidem/fulltext/2010/11000/maternal_use_of_swedish_snuff__snus__and_risk_of_5.aspx

67 <https://news.ki.se/nicotine-in-a-new-guise>

68 Gunnerbeck A, Wikström A-K, Edstedt Bonamy A-K, Wickström R, Cnattingius S. Relationship of maternal snuff use and cigarette smoking with neonatal apnea. *Pediatrics.* 2011; <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21873701/>

69 <https://www.gu.se/sites/default/files/2022-08/dags-att-sluta-med-nikotin-adermark.pdf>

70 Mobarrez F, Antoniewicz L, Bosson JA, Kuhl J, Pisetsky DS, Lundbäck M. The effects of smoking on levels of endothelial progenitor cells and microparticles in the blood of healthy volunteers. *PLoS one.* 2014; <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24587320/>

71 Folkhelseinstituttet. (2019). Rapport fra folkhelseinstituttet. Helserisiko ved snusbruk. <https://www.fhi.no/globalassets/bilder/rapporter-og-trykksaker/2019/helserisiko-ved-snusbruk-rapport-2019-v2.pdf>

72 Antoniewicz, L., Novo, M., Bosson, J A., Lundbäck, M. (2018) Brief exposure to Swedish snus causes divergent vascular responses in healthy male and female volunteers *PLoS ONE*, 13(4): e0195493 <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0195493>

73 <https://www.tandvadmottobak.org/om-det-vita-snuset/>

74 Kimblad, A, Ollvik, G, Lindh, H, Axelsson, J, Decreased sperm counts in Swedish users of oral tobacco, 2022 <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/andr.13198>

75 <https://thl.fi/sv/teman/alkohol-tobak-och-beroenden/tobak/tobaksprodukter-och-e-cigaretter/nikotin#:~:text=Biverkningar%20av%20nikotin&text=Der%20finns%20tecken%20på%20att,för%20mamman%20och%20för%20fostret.>

slutsatsen att snus *troligtvis* ökar risken för cancer i matstrupen och bukspottkörteln, och att det är *möjligt* att det också ökar risken för cancer i magen och ändertarmen⁷⁶. Även andra studier visar att nikotin kan ge viss ökad cancerrisk⁷⁷ och att det ökar risken att dö efter en cancerdiagnos om man snusar⁷⁸. Folkvandvårdens pågående studie kring effekter av vitt snus fokuserar också på om den höga nikotinhalten i vitt snus kan medföra ökad risk för cancer⁷⁹.

Även om allt detta är oönskade bieffekter är det inget att förbryllas över, då nikotinet finns i tobaksplantan för att ge växten skydd mot skadeinsekter. Nikotinet toxiska egenskaper gör att det bland annat kan används som bekämpningsmedel mot blad insekter. Bekämpningsmedelsgruppen neonicotinoider är utvecklade från nikotin. Flera av dessa har förbjudits inom EU, då de också dödar pollinerande insekter som bin⁸⁰.

För en människa är en dödlig dos ca 0,05 gram per kilogram kroppsvikt, vilket motsvarar drygt 2 cigaretter. Att en vuxen människa skulle få i sig en dödlig dos nikotin från traditionella cigaretter är förstås i praktiken omöjligt, då en dödlig dos för en person som väger 70 kg skulle vara cirka 150 cigaretter. Men snabba nikotinintag leder till nikotinförgiftning och sedan e-cigaretterna kom ut på marknaden har antalet anmälningar till Giftinformationscentralen om akut nikotinförgiftning ökat⁸¹. Ur den aspekten är e-cigaretten mer riskabel att använda än vad traditionella cigaretter är. Den höga koncentrationen av nikotin i e-cigarettpatronerna har till och med medfört olycksfall där barn förgiftats och dött efter att ha fått i sig e-vätska⁸². Och det är inte bara barn som riskerar att få i sig dödliga doser av nikotin från vätskan till e-cigaretter. Exempel finns också i Sverige att vuxna har avlidit efter att ha druckit av vätskan⁸³.

Nikotin orsakar också permanenta förändringar i hjärnan som påverkar beteenden och känslor, bland annat på sätt som leder till att snusare blir mer benägna

att också använda alkohol och andra droger⁸⁴. Effekten kvarstår dessutom även om man slutar att tillföra nikotin⁸⁵. Forskningen visar också att nikotinanvändning kan leda till försämrade kognitiva förmågor såsom minne, uppmärksamhet, koncentration, inlärning och impulskontroll, och dessutom ökar risken för psykisk ohälsa. Det gäller också vitt snus⁸⁶. Detta bland annat kopplat till att nikotinberoende ger sömnsvårigheter⁸⁷, som i sin tur försämrar det psykiska välmåendet.

Snusare har också ökad risk att drabbas av typ 2-diabetes⁸⁸. Den som snusar en dosa om dagen har hela 70 procent förhöjd risk att få diabetes, vilket är samma nivå som tidigare konstaterats för den som röker ett paket cigaretter om dagen. Även om detta är långtidsstudier som gjorts på personer som använt traditionellt brunt snus – det vita snuset är ju ännu allt för nytt för denna typ av hälsostudier – bedöms det vita snuset ha precis samma hälsokonsekvenser. Nikotinkoncentrationen är dessutom inte lägre i det vita snuset, utan ofta högre.

Snus påverkar också tänder och tandkött på många sätt. Bland annat genom att frilägga tandhalsar när tandköttet dras uppåt⁸⁹, skada slemhinnor (snuslesion)⁹⁰ och bidra till karies. Snusaren skadar munslemhinnan där snuset läggs in, och det oavsett snusart. Slemhinnan förtjockas, får ett hornlager ovanpå och kan bli inflammerad under. Nikotinet som gör att blodkärlen drar ihop sig⁹¹, tandköttet dras tillbaka och med blottade tandhalsar ökar risken för karies. Även salivproduktionen försämrar av nikotinet, vilket försvagar immunförsvaret i munnen⁹². Men nikotinet är inte det enda i det vita snuset som skadar munnen. Vissa smakämnen som tillsätts har också visats kunna skada munnens celler⁹³.

84 Morud J, Adermark L, Perez-Alcazar M, Ericson M, Söderpalm B. Nicotine produces chronic behavioral sensitization with changes in accumbal neurotransmission and increased sensitivity to re-exposure. *Addict Biol.* 2016 Mar;21(2):397-406. doi: 10.1111/adb.12219. Epub 2015 Jan 8. PMID: 25581387. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25581387/>

85 <https://www.gu.se/sites/default/files/2022-08/dags-att-sluta-med-nikotin-adermark.pdf>

86 <https://www.norrbottn.se/sv/region-norrbottnens-nyhetsarkiv/paverkar-snus-den-mentala-halsan/>

87 Merianos, A, Jandarov A, Choi, K, Fiser K, Mahabee-Gittens M Combustible and electronic cigarette use and insufficient sleep among U.S. high school students <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0140197119301460>

88 Tietova O, Baron J, Fall, T, Michaelsson K, Larsson S, Swedish Snuff (Snus), Cigarette Smoking, and Risk of Type 2 Diabetes [https://www.ajpmonline.org/article/S0749-3797\(23\)00020-X/fulltext](https://www.ajpmonline.org/article/S0749-3797(23)00020-X/fulltext)

89 <https://stingfreesnus.se/vaxer-tandkott-som-forstorts-av-snus-tillbaka/>

90 <https://www.internetodontologi.se/orofacial-medicin/tobaksrelaterade-forandringar-i-munslemhinnan/>

91 <https://svenska.yle.fi/a/7-10066189>

92 <https://www.tandvardmottobak.org/om-det-vita-snuset/>

93 Shaikh SB, Tung WC, Pang C, Lucas J, Li D, Rahman I. Flavor Classification/Categorization and Differential Toxicity of Oral Nicotine Pouches (ONPs) in Oral Gingival Epithelial Cells and Bronchial Epithelial Cells. *Toxics.* 2022 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36355951/>

76 <https://www.fhi.no/en/publ/2019/health-risks-from-snus-use2/>

77 Mishra A, Chaturvedi P, Datta S, Sinukumar S, Joshi P, Garg A. Harmful effects of nicotine. *Indian J Med Paediatr Oncol.* 2015 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4363846/>

78 <https://www.can.se/app/uploads/2023/09/can-rapport-220-tobaks-och-nikotinutvecklingen-i-sverige-2023.pdf>

79 <https://sverigesradio.se/artikel/vit-prilla-oroar-forskare-munnens-slemhinna-tjock-som-en-fotsula>

80 <https://www.kemi.se/lagar-och-regler/lagstiftningar-inom-kemikalieomradet/regler-for-bekampningsmedel/vaxtskyddsmedel/aktuellt-om-vaxtskyddsmedel/verksamma-amnen-i-fokus/neonicotinoider>

81 <https://tobaksfakta.se/ett-50-tal-forgiftningsstillbud-med-e-cigaretter-i-sverige-aven-2014/>

82 Garbutt, Jane M. et al., Parental Use of Electronic Cigarettes, *Academic Pediatrics*, Volume 15, Issue 6, 599 - 604 [https://www.academicpedsjnl.net/article/S1876-2859\(15\)00221-1/](https://www.academicpedsjnl.net/article/S1876-2859(15)00221-1/)

83 <https://tobaksfakta.se/forgiftad-av-e-cigarettvatska-avled/>



Bild 6. Nytt varumärke av vitt snus som påstås inte ge de negativa effekterna på munhälsan som vitt snus annars ger. Men någon forskning som styrker påståendet finns inte.

Just påverkan på munhälsan är de hälsoeffekter som vitt snus allra tydligast redan nu kan kopplas till. För att möta en allt mer utbredd oro bland snusare för hur användningen av vitt snus påverkar tandkött och slemhinnor har ett nytt varumärke redan lanserats⁹⁴ som påstås ge skydd åt tandköttet genom att ena sidan av nikotinpåsen har en barriär som hindrar nikotinet från att nå ut i kroppen den vägen. I marknadsföringen för produkten sägs att ”en majoritet av svenska snusare har munhälsoproblem associerade med sitt snusande” och att företagets vision är en ”värld där snusare inte längre har problem med sin munhälsa.” Man utlovar till och med att den som går över till det nya snuset kommer att kunna backa bandet från de problem med munhälsan som det vita snuset börjat ge. Men det är en vilseledande marknadsföring, då i alla fall påverkan på tandbenet är en irreversibel effekt.

I vanlig ordning gäller att nikotinindustrin möter varje nytt rön om nikotinet negativa hälsoeffekter med en ny produkt som ännu inte påvisats orsaka problem. Den omvända borde gälla – att nya produkter kan lanseras först efter att de har visats vara ofarliga. Och helt klart är det enda som kan begränsa nikotinindustrin från att locka in nya generationer i nikotinberoende en kraftfull politik med restriktioner mot såväl produkter som hur de kan marknadsföras.

POLITISK PROCESS

Införandet av 18-årsgräns på köp av vitt snus var ett steg i rätt riktning. Men ytterligare skärpning av lagstiftningen behövs för att vända rådande negativa trend, där allt fler hamnar i nikotinberoende med vitt snus som inkörsport.

Dels är marknadsföringsreglerna för vagt formulerade, vilket öppnat upp för massiv marknadsföring av vitt snus i de sociala medier som barn och ungdomar använder sig av, som TikTok och Instagram. I nuläget har så kallade tobaksfria nikotinprodukter mildare marknadsföringsregler än cigaretter. Alla tobaks- och nikotinprodukter borde vara reglerade på samma sätt, bland annat innefattande krav på helt neutrala paket, så att förpackningarna inte kan användas i marknadsföringssyfte, till exempel med iögonfallande bilder och lockande design.

Dels måste det till ett förbud mot smaktillsatser i det vita nikotinsnuset. Smakerna finns där för att locka barn och ungdomar att testa det vita snuset. Folkhälsomyndighetens undersökning ”Hur ser ungdomar på snus?” från 2022 visar att tobaksindustrin har lyckats väl med denna föresats, då de svar som ungdomarna ger är att smaken är en starkt bidragande orsak till att de testat det vita snuset och sedan hamnar i nikotinberoende⁹⁵.

94 <https://stingfreesnus.se>

95 <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/h/hur-ser-ungdomar-pa-snus-kunskapsstod-om-ungdomars-erfarenheter-och-insikter-om-snus/>

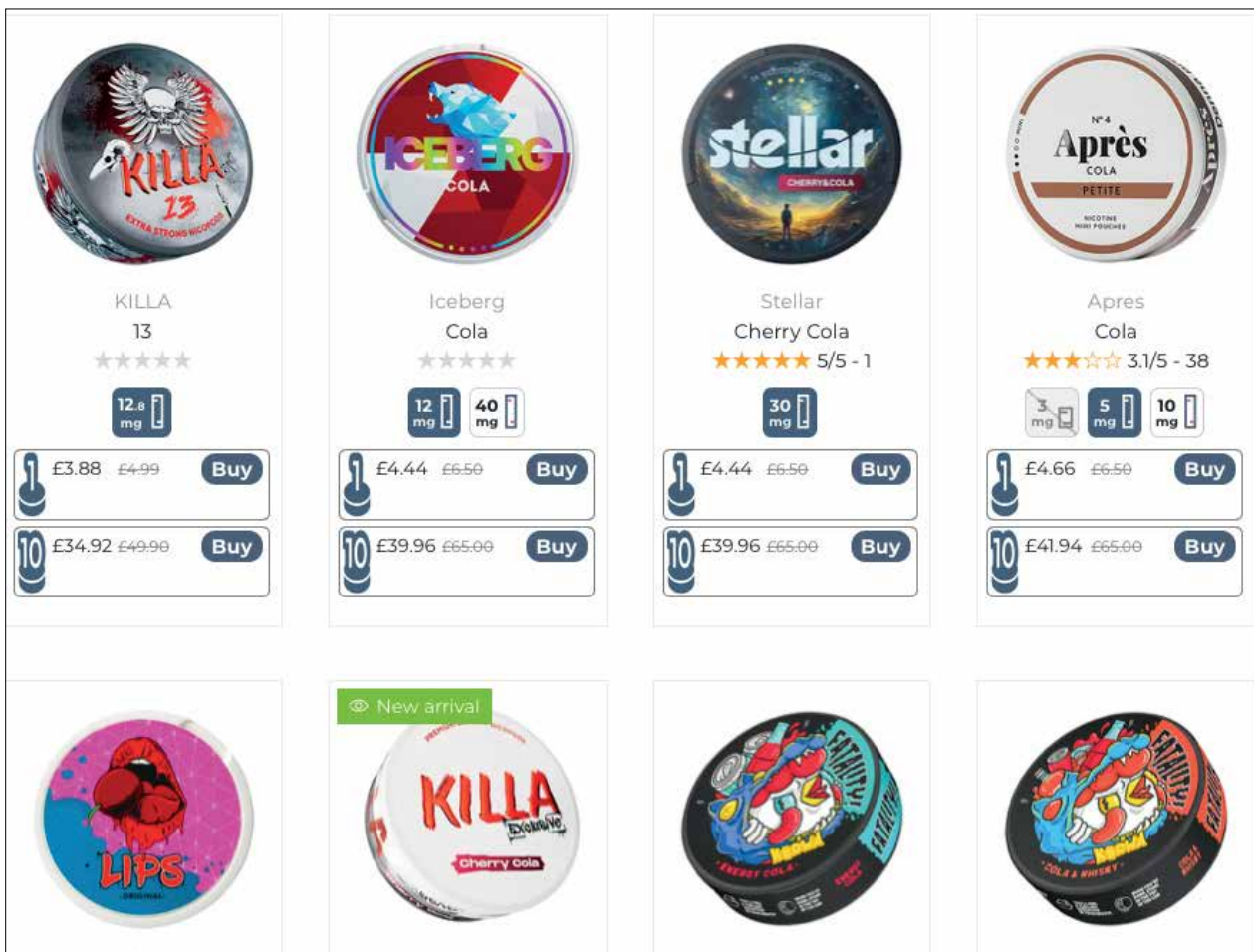


Bild 7. Smaker framtagna för att locka ungdomar - men också en utformning av förpackningar som knappast är till för att förmå äldre rökare att byta till vitt snus.

I undersökningen framgår också att i stort sett alla ungdomar har personer i sin omgivning som de ser använda snus, däribland lärare. Det understryker vikten av att byta målbild från "rökfritt Sverige" till "nikotinfritt Sverige". Lika självklart som det är att inte tillåta att personal inom barnomsorg och skola röker under arbetstid, borde det vara att inte heller tillåta användning av andra nikotinprodukter under arbetstid där man möter barn och ungdomar.

Andra angelägna reformer är att bredda tobakslagstiftningen till att innefatta alla nikotinprodukter, även de som innehåller syntetiskt nikotin, och flytta över tillsynen över alla nikotin- och tobaksprodukter från Livsmedelsverket till Folkhälsomyndigheten. Så länge som e-cigarett över huvud taget tillåts bör krav också ställas på att sänka nikotinhalten i e-vätskan till nivåer där den inte är akut toxisk.

Vidare behövs reglering för hur och var e-cigarett får säljas, med tillståndskrav liknande det för tobaks- och alkoholförsäljning. Som läget är nu kommer icke-tillståndspliktiga produkter som e-cigarett sist i tillsynsprioriteringen. Reglerna kring lagning av alla nikotinprodukter bör samtidigt skärpas så att det blir

straffbelagt att förse minderåriga med nikotin- och tobaksprodukter.

Även priset är en viktig faktor som gör att unga väljer det vita snuset, enligt undersökningen, då det vita snuset framstår som billigt i jämförelse med traditionellt snus och cigaretter. En metod för att säkerställa att vitt snus inte är en ekonomiskt lika lättillgänglig produkt är att åtminstone införa samma skattesats på det vita snuset som på det traditionella, och ännu hellre samma skattesats som på cigaretter.

I övriga EU har man insett faran med snuset. År 1992 förbjöds snus i de dåvarande tolv medlemsstaterna⁹⁶. Sverige fick vid EU-inträdet ett undantag från snusförbudet, på villkor att vi förbjöd export av snus till medlemsländer med snusförbud. Sverige har dock som land inte lyckats förhindra att svenska snusproducenter säljer sina produkter i övriga EU-länder. Inte minst den aggressiva marknadsföringen av vitt snus gentemot ungdomar har emellertid nu väckt en debatt i flera länder om det vita snuset.

96 <https://tobaksfakta.se/wp-content/uploads/2019/01/Om-snusset.maj2016.pdf>

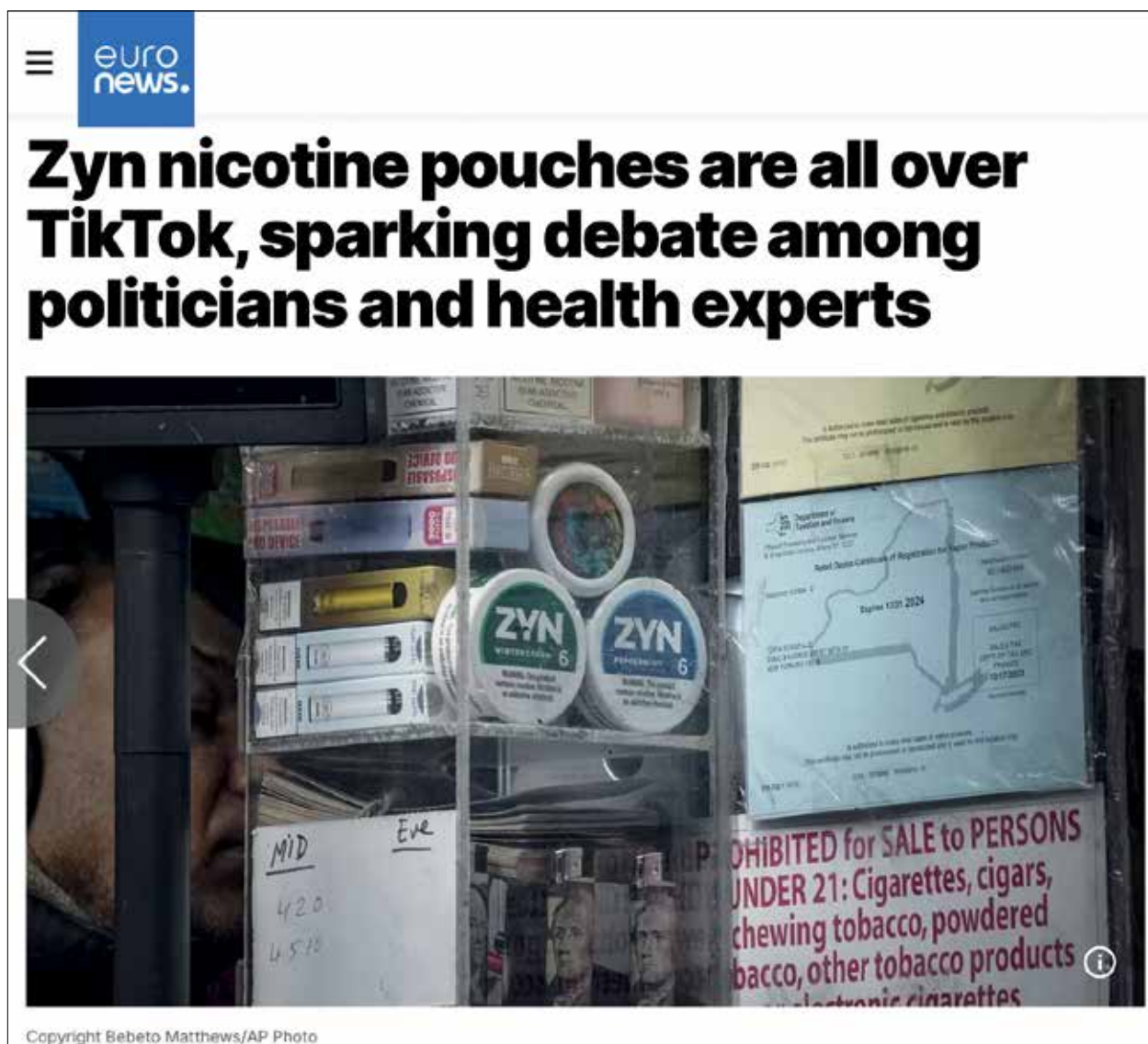


Bild 8. Reklam för vitt snus på TikTok föranleder debatt i Europa.

De viktigaste faktorerna för att få ner antalet rökare i Sverige har varit begränsningar av marknadsföringsmöjligheter, höjda skatter och rökfria miljöer. Från nikotinindustrin i Sverige sprids däremot frekvent en mytbildning kring att Sverige skulle ha lägst tobaksrelaterad dödlighet inom EU därför att "svenskar snusar istället för att röka". Påståendet är dock falskt⁹⁷. Inom EU har Portugal och Finland lägre tobaksrelaterad dödlighet än Sverige.

Finland är samtidigt ett land som går vidare med skärpt lagstiftningen mot det vita snuset. Våren 2024 la regeringen fram en proposition⁹⁸ i syfte att förebygga ungas användning av vitt snus. Detta genom att bland annat begränsa nikotigränsen till högst 16,6 milligram nikotin per gram produkt, helt förbjuda distansförsäljning av vitt snus, och även införa förbud för per-

soner under 18 år att sälja, inneha eller importera vitt snus. Användningen av rökfria nikotinprodukter ska också förbjudas i lokaler och i utomhusområden som används av förskolor, grundskolor, yrkesutbildning eller gymnasieutbildning och på utomhuslekplatser.

Utredningen *En trygg uppväxt utan alkohol, tobak och nikotinprodukter* (SOU 2024:23)⁹⁹ presenterades 25 mars 2024, med delvis samma inriktning:

- En högsta nivå på nikotin i vitt snus på 12 mg/gram.
- Förbud mot att långa nikotinprodukter.
- Förbud mot att sälja vitt snus styckvis.
- Förbud mot att lagra tobaks-nikotinvaror om man inte ska sälja produkterna.
- Nikotinfri skoltid (dvs. inte bara rök- eller tobaksfri).

97 <https://tobaksfakta.se/who-inte-lagst-tobaksdodlighet-i-sverige-partier-pastod-motsatsen/>

98 <https://stm.fi/ajankohtaista/paratos?decisionId=1101>

99 <https://www.regeringen.se/rattsliga-dokument/statens-offentliga-utredningar/2024/03/sou-202423/>

Flera andra länder inom EU går dock långt längre än så. Vitt snus är helt förbjudet i Belgien¹⁰⁰ och Nederländerna¹⁰¹ och är i november 2024 på gång att förbjudas i Frankrike¹⁰².

År 2003 antog Världshälsoorganisationen (WHO) ramkonventionen om tobaks kontroll, en internationell regelsamling som är avsedd att stödja utvecklingen av nationell lagstiftning som begränsar tobaksanvändningen. Konventionen är en minimireglering, det vill säga icke-hindrande för de länder som vill införa striktare lagar. Sverige ratificerade konventionen år 2005¹⁰³.

Tobaksområdet har även reglerats inom EU, exempelvis med det så kallade tobaksproduktdirektivet¹⁰⁴, som bland annat innefattar krav på hälsovarningar på förpackningar. Direktivet reglerar dock enbart cigaretter, inte snus, helt enkelt eftersom snus enbart varit tillåtet i Sverige, inte inom EU i övrigt. Det vita snuset introducerades först efter att EU-direktivet och WHO:s ramkonvention hade antagits, och omfattas därför inte än av regleringarna. Vid partskonferensen år 2024 (COP10) diskuterades det vita snuset, men utan att överenskommelse kunde nås. Den revidering av tobaksproduktdirektivet som tidigare påbörjats, där det vita snuset förväntades hanteras¹⁰⁵, har lagts på is efter EU-valet, på grund av valresultatet, och det är i dagsläget osäkert när processen kan återupptas. Att få ett totalförbud mot vitt snus i hela EU utom Sverige är rent lagstiftningsmässigt dock en enkel åtgärd – då det kan göras genom att klassificera det vita snuset på samma sätt som det bruna. Mot bakgrund av att det vita snuset har en minst lika negativ påverkan på folkhälsan som vad det bruna har vore det en logisk åtgärd. Av de svenska partierna i EU-parlamentet har i alla fall Miljöpartiet öppnat för att på det sättet likställa det bruna och vita snuset. Det svenska undantaget mot snusförbudet gör dock att en sådan reglering inte skulle träffa Sverige. Ett särskilt förbud mot försäljning inom EU av det vita snuset vore därför ur ett svenskt folkhälsoperspektiv att föredra, då Sverige inte då kan åberopa något undantag genom att hävda att det vita snuset är en traditionell produkt i landet.

100 <https://www.belganewsagency.eu/total-ban-on-nicotine-pouches-in-belgium-from-1-october>

101 <https://www.loc.gov/item/global-legal-monitor/2023-04-28/netherlands-government-proposes-total-ban-on-nicotine-pouches/>

102 <https://tobaccoreporter.com/2024/10/30/france-to-ban-nicotine-pouches/>

103 <https://data.riksdagen.se/fil/C81D3C0D-72E2-4E6E-9992-185E8BC7686F>

104 https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/kommitteredirektiv/genomforande-av-eus-tobaksproduktdirektiv_h2b1108/#:~:text=Direktiv%202014%2F40%2FEU%20harmoniserar,i%20förhållande%20till%20rökfria%20miljöer.

105 <https://nonsmoking.se/tv4-efter-fem-eu-overvager-att-forbjuda-vitt-snus/>

SNUS OCH MILJÖ

Samtidigt som andelen fimpar minskar på gator och torg ökar nu andelen prillor. Håll Sverige Rents¹⁰⁶ skräpräknning 2023 visar att fimparna utgör 48 procent och portionssnus 17 procent av allt skräp som slängs i städerna, vilket är en uppgång av portionssnus från cirka 14 procent två år tidigare¹⁰⁷. Ute i skog och mark är dessutom prillorna det allra största problemet¹⁰⁸. I fjällen utgör snus cirka 38 procent av det skräp som hittas, vilket är överläget mest. Det är dåliga nyheter med tanke på de djur som riskerar att få i sig portionssnuset. Och det är förstås inte bara i det vilda djur riskerar att förgiftas av snus. Även husdjur som hundar drabbas i allt större omfattning av nikotinförgiftning efter att ha fått i sig portionssnus¹⁰⁹. Utöver att det kan ge nikotinförgiftning, 20 mg kan räcka för att döda en liten hund, innehåller portionssnus plast, och är därför inte nedbrytbart när det slängs i naturen¹¹⁰.

Vidare innehåller snus tungmetallen kadmium, som bland annat är giftig för vattenlevande djur, vilket är ett stort problem utifrån att många snusare slänger prillan i toalettstolen. Enligt Svenskt Vatten är snus den vanligaste "fulspolningen", det handlar om 4 miljoner prillor eller portionssnus om dagen, eller motsvarande 1 100 ton snus varje år¹¹¹. Reningsverken kan inte hantera det kadmium som kommer in i systemet via snuset, varför det riskerar att föras vidare ut i vattendrag.

Detta är emellertid enbart toppen av isberget – sett till snusproduktionens totala miljöpåverkan. Utöver de slängda portionspåsar vi alla kan se finns negativa konsekvenser under hela produktionskedjan¹¹², från odling av tobak till förpackning och transport av vitt snus. Här spelar det ingen roll om tobaken i slutänden hamnar i en cigarett eller som nikotin i en portionspåse vitt snus. Argumentet att snus, till skillnad mot rökning, inte drabbar någon annan är därför inte korrekt.

106 <https://hsr.se/skrap-i-staden>

107 https://hsr.se/sites/default/files/2021-09/Skraprapporten_2021_webb.pdf

108 <https://hsr.se/sites/default/files/2024-04/Skraprapporten-2024-webb.pdf>

109 <https://www.svd.se/a/Wjw2xk/forradiska-pasar-fara-for-nyfikna-hundar>

110 <https://hsr.se/skrap-i-naturen>

111 <https://nodava.se/arkiv/nyhetsarkiv/nyheter/2021-11-19-prillorna-staller-till-det-i-avloppet.html>

112 https://visominteroker.se/wp-content/uploads/2021/01/Rapport_Sammanfattning-tobakens-miljöpåverkan_2020-12-01.pdf

VITT SNUS DET NYA STORA HOTET MOT FOLKHÄLSA OCH MILJÖ – en forskningsammansättning 2024

Denna kunskapssammansättning kring vitt snus och varför det är farligt är beställd av Riksförbundet VISIR (Vi Som Inte Röker) och författad av Niclas Malmberg, vetenskapsjournalist och vice förbundsordförande i VISIR.

VISIR är en religiöst och politiskt obunden organisation som sedan 1974 arbetar för att minska tobaksbruket. VISIRs vision är ett nikotin- och tobaksfritt samhälle. VISIR har erhållit organisationsbidrag från Folkhälsomyndigheten.

Broschyren kan laddas ner från <http://www.visominteroker.se>
Enstaka exemplar kan erhållas kostnadsfritt från vårt kansli:
visir@telia.com eller tfn 08-591 282 11.

**REGLERA
ALLT NIKOTIN
– OAVSETT FORM**

