

Høring om forslag til endringer i tobakksforskriftene og ny forskrift om elektroniske sigaretter – Høringssvar.

Fra: Morten Moe

Den siste tiden har helseminister Bent Høie og hans regjering vært under press på grunn av deres behandling av forskningsrapporter vedrørende effekten av nøytrale snus- og sigarettforpakninger. I den forbindelse går regjeringen ut og forsvarer sin fremferd med at de ønsker å kun benytte kvalitetssikret materiale som grunnlag for reguleringen (<https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/vg-tilslorer/id2511679/>). Dette støtter jeg i aller høyeste grad, og finner det dermed svært kritikkverdig at proposisjonen i stor grad baserer seg på materiale som absolutt ikke er kvalitetssikret, og øyensynlig knapt nok gjennomlest av departementet. Jeg reagerer også på at det man legger frem en del skadevirkninger og negative effekter som potensielle når det foreligger god dokumentasjon som avkrefter disse.

1. Vedrørende nøytrale sigarett- og snusforpakninger

For å ta det første først. I sitt forsvar av tilbakeholdingen av FHI's studie om effekten av nøytrale snus og sigarettpakker hevder Bent Høie følgende: "Den enkle forklaringen er at det i februar 2016 kom en omfattende australsk rapport om standardiserte tobakkspakninger. Denne var så klar i sine konklusjoner at departementet mente det ikke var nødvendig med en norsk rapport i tillegg så kort tid etter". Australske myndigheter har fremstilt dette på en måte som gjør at nøytrale sigarettpakker kan se ut som en suksess, antakelig fordi de ikke ønsker å innrømme at det faktisk ikke har vært det. Det de hevder er at røyking har gått ned fra 15.1% til 12.8% etter at nøytrale pakker ble innført, noe som kun er et billig triks. Statistikken viser at denne nedgangen har funnet sted fra 2010 til 2013, nøytrale pakker ble innført i 2012. Nedgangen fra 2010 til 2013 er så og si det samme som den har vært i årene før (ca. 0.75% i året), hvilket heller tyder på at nøytrale pakker ikke har hatt noen virkning. Faktisk har røyking blandt ungdom mellom 12 og 17 gått opp litt i perioden (<http://www.aihw.gov.au/alcohol-and-other-drugs/ndshs/2013/data-and-references/>, last ned data i excel-ark), men det ville selvfølgelig være svært feil å hevde at dette skyldes nøytrale pakker, selv om dette ville vært naturlig hvis man fortsetter å følge den samme feilaktige logikken som førte til konklusjonen om suksess. For å finne faktorer som faktisk virker burde man heller sett på hvorfor andel røykere i England har gått fra 19.3% til 16.9% mellom 2012 og 2015 etter å nærmest ha hatt en stillstand de 5 foregående årene med en nedgang på bare 0.5% totalt.

Dette viser at man her ikke har satt seg inn i materialet bak og utelatt selv den enkleste form for kvalitetssikring (nemlig å lese materialet grundig) og dermed ender opp med en helt virkningsløs regulering som kun vil føre til økt ressursbruk. Man kan til og med sette opp en hypotese om effekten av nøytrale snuspakker som i aller høyeste grad virker plausibel, nemlig at innføring av nøytrale pakker både for snus og sigaretter vil føre til at disse blir oppfattet som like skadelige av befolkningen. Vi vet med sikkerhet at snus ikke er på langt nær så skadelig som røyketobakk, det finnes flere undersøkelser som viser dette. Man ser også av statistikken fra Sverige en klar sammenheng mellom at Sverige er det landet i Europa med suverent lavest sigarettkonsum og høyest snuskonsum samtidig som de har like suverent lavest forekomst av lungekreft. De ligger også lavest på statistikken over orale krefttyper.

Det er etter min mening soleklart at en betydelig gjennomgang og kvalitetssikring av det bakgrunnsmateriale man bruker som beslutningsgrunnlag for en innføring av denne reguleringen er på sin plass før man kan gjøre noe sånt.

2. Vedrørende reguleringen av e-sigaretter

Helseminister Bent Høie og andre statsråder har flere ganger uttalt at regjeringen ønsker å fjerne det unødvendige forbudet mot e-sigaretter med bakgrunn i at dette er sterkt skadereduserende i forhold til røyking av tobakk. Dette er i tråd med bl.a. Engelske helsemyndigheters rapport (<https://www.gov.uk/government/news/e-cigarettes-around-95-less-harmful-than-tobacco-estimates-landmark-review>) e-sigaretter er minst 95% mindre skadelig enn sigaretter. Royal College of Physicians anbefaler sterkt at e-sigaretter promotes så bredt som overhodet mulig som et substitutt for røyking (<https://www.rcplondon.ac.uk/news/promote-e-cigarettes-widely-substitute-smoking-says-new-rcp-report>), og norske regjeringsspolitikeres uttalelser i media tyder på at regjeringen også ønsker å gi røykere muligheten til å bytte til e-sigaretter. Likevel foreslås det her en regulering som vil motvirke dette i stor grad. Den foreslåtte reguleringen vil gjøre e-sigaretter mindre tilgjengelige, mindre sikre og kunnskapen om e-sigaretter og det relative skadepotensialet i befolkningen vil bli mye lavere. I sum vil dette føre til at færre vil klare å slutte å røyke, men også at flere vil begynne å røyke. En rekke erfarne tobakksforskere har uttalt at e-sigaretter er den største helserevolusjonen siden penicillin, og det er en forbrukerstyrt revolusjon med potensiale til å gjøre slutt på tobakksepidemien en gang for alle hvis den får lov til å fortsette. Her vil jeg oppfordre til å lese Karl Erik Lunds kommentar om e-sigarettenes rolle i “the tobacco endgame” som beskriver dette godt: <http://www.degruyter.com/downloadpdf/j/nsad.2016.33.issue-3/nsad-2016-0018/nsad-2016-0018.xml>.

2.1. Kjente feiloppfatninger og myter

Hensikten med en regulering av e-sigaretter må være å sørge for sikrere produkter, beskytte befolkningen mot potensielle skadevirkninger og samtidig forhindre *røykestart*, spesielt blant unge. Mange av de foreslåtte reguleringene baserer seg på feiloppfatninger, myter og dårlig kvalitetssikret bakgrunnsmateriale. Samtidig er også mye godt bakgrunnsmateriale utelatt.

Helseminister Høie har flere ganger uttalt en bekymring for at unge skal begynne med e-sigaretter og så gå over til røyking. Dette finnes det INGEN belegg for og denne “gateway”-teorien er avkrefet i så og si alle seriøse undersøkelser, for eksempel den tidligere nevnte undersøkelsen til Public Health England (<https://www.gov.uk/government/news/e-cigarettes-around-95-less-harmful-than-tobacco-estimates-landmark-review>) hvor det konkluderes med at “det er *ingen* bevis så langt for at e-sigaretter opptre som en rute til røyking for barn eller ikke-røykere” (“there is no evidence so far that e-cigarettes are acting as a route into smoking for children or non-smokers”). FHI’s rapport fra 2015 (<https://www.fhi.no/globalassets/migrering/dokumenter/pdf/helserisiko-ved-bruk-av-e-sigaretter-pdf.pdf>) konkluderer også med dette: “Dette synes å tilsi at e-sigarettrøyking i Norge kan ha fungert som et middel til å slutte med vanlig røyking, og til nå ikke har fungert som en inngangsportal for å starte vanlig røyking.” For oss forhenstående røykere, nå dampere, er dette også helt innlysende. Det å gå fra et produkt som er relativt harmløst, smaker godt og gir god effekt til et mindre effektivt, mye dyrere og ekstremt mye mer skadelig produkt gir ingen mening, hverken når det gjelder e-sigaretter/sigaretter eller andre produktvalg man gjør i livet.

Det har også vært uttrykt bekymring for effekten av “passiv damping”, og det å beskytte ikke-dampere og ikke-røykere er bakgrunn for en del av reguleringen som sier at e-sigaretter skal omfattes av røykeforbudet. Her legges i stor grad FHI’s rapport fra 2015 til grunn. Leser man denne rapporten i sin helhet vil man se at aerosol fra e-sigaretter anses som så og si ufarlig med tanke på eksponering for alle andre stoffer enn nikotin. Imidlertid fremhever rapporten at “passiv

eksponering for aerosol fra e-sigaretter fører til omtrent like høye nikotinnivåer i blodet som hos en passiv røyker av vanlige sigaretter. Dette innebærer at en kan forvente tilsvarende skadelige nikotinrelaterte effekter ved passiv røyking av e-sigaretter som for vanlige sigaretter.”. Dette er helt riktig, men rapporten hevder videre at “Dette betyr ikke at passiv eksponering for aerosol fra e-sigaretter gir kreftfremkallende effekter, men at slik passiv røyking kan virke på hjerte- og karsystemet, ha sentralstimulerende effekter og bidra til avhengighet.”. Dette er helt feil. Nikotin i passiv røyking har aldri før nå vært et tema eller et problem, og grunnen til det er at den mengden nikotin man får i seg ved passiv røyking ikke er stor nok til å gi *noen biologisk virkning i det hele tatt*. Dette er påpekt ettertrykkelig av bl. a. Dr. Konstatinos Farsalinos, en av verdens ledende, uavhengige forskere på området her: <http://www.ecigarette-research.org/research/index.php/whats-new/whatsnew-2015/204-niph>. FHI har besvart kritikken og må derfor være klar over dette (<http://www.ecigarette-research.org/research/index.php/whats-new/whatsnew-2015/207-niph2>), men vil fremdeles ikke trekke tilbake sine påstander. Hvis denne *alvorlige* feilen i FHIs rapport hadde vært rettet opp står man altså igjen med at det ikke er noen grunn til å inkludere e-sigaretter i røykeforbudet på grunn av et beskyttelsesbehov ovenfor omgivelsene. Det kan også legges til at Public Health Englands rapport fra 2015 kommer til en helt annen konklusjon når det gjelder hvor mye nikotin som slippes ut i lufta ved bruk av e-sigaretter (https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/457102/Ecigarettes_an_evidence_update_A_report_commissioned_by_Public_Health_England_FINAL.pdf). Man står dermed igjen med et svært tynt grunnlag for dette, nemlig sjenerende lukt og visuell likhet med røyking. Å forby bruk av e-sigaretter på grunn av sjenerende lukt burde være opp til den enkelte huseier, ikke staten. Når det gjelder visuell likhet med røyking vil dette kun gjelde tobakksindustriens såkalte “cig-alikes” (e-sigaretter som ligner på sigaretter) og fremdeles må man kunne anta at e-sigaretter nå er så kjent i befolkningen at feiltakelser vil forekomme svært skjelden. Igjen syndes det grovt mot regjeringens eget ønske om å bare bruke kvalitetssikret materiale som bakgrunn for reguleringen, når man bruker en konklusjon som helt åpenbart er påvist å være feil.

Et annet beskyttelsesbehov som er bakgrunn for flere av reglene er direkte eksponering for e-veske med nikotin mot huden eller ved inntak. Med andre ord at man er uheldig å søler veske på seg selv eller andre, eller at noen (helst barn) uforvarende drikker nikotinholdig veske. Giftigheten av nikotin er sterk overdrevet og de dosene som generelt er akseptert som dødelige er basert på heller tvilsom selv-eksperimentering i forrige århundre (<http://link.springer.com/article/10.1007%2Fs00204-013-1127-0>). Generelt vil ikke nikotin gi alvorlige skadevirkninger ved litt søl eller at man er uheldig å svelger noen dråper. Dette har bl.a. Bernd Meyer vist her: <http://www.bernd-mayer.com/electronic-cigarettes-and-nicotine-poisoning/>. Legg merke til at dette er basert på 3 artikler, kvalitetssikret og publisert i vitenskapelige tidsskrift (linker finnes på bunnen av artikkelen). Media har med jevne mellomrom også skrevet saker om hvor mange nikotinforgiftnings-saker som har kommet inn i forbindelse med e-veske. Igjen handler det om å kvalitetssikre bakgrunns materialet. Ser man på de reelle tallene bak dette viser det seg at det ofte er snakk om telefoner på grunn av bekymring og uvitenhet som blir registrert uten at det har spesielt alvorlige følger, kanskje bare litt kvalme og svimmelhet. I tillegg vet man at det finnes mange andre husholdningsprodukter som selges helt uregulert og som har mye større skadevirkninger, f.eks. hvis barn får tak i det, enn e-veske. Sammenligner man antall alvorlige forgiftninger med disse blir antall forgiftninger på grunn av uhell med e-veske forsvinnende lite. Man ønsker selvfølgelig å unngå slik eksponering til nikotinholdig e-væske, men man må se på det relative skadepotensialet. Jeg kommer tilbake til dette nedenfor. I høringsnotatet refereres det til en EU rapport hvor det er rapportert 277 tilfeller av forgiftning i forbindelse med e-sigaretter. Dette i seg selv er et svært lavt tall hvis man tar i betraktning at dette er over 3 år i 8 land med mange millioner brukere. Det som utelates i notatet er at det kun er 6.8% av disse (kun 19 tilfeller) som har moderate eller alvorlige følger (<http://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX:52016DC0269&from=EN>). Også her er det verdt å vise til Public Health England sin “Evidence update” fra 2015 som viser at det forekomme svært få utilsiktede alvorlige forgiftninger:

https://www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/457102/Ecigarettes_and_evidence_update_A_report_commissioned_by_Public_Health_England_FINAL.pdf

De avhengighetsskapende egenskapene til nikotin i seg selv er også et mye omdiskutert tema. Per dags dato er det lite eller ingen bevis for nikotin-avhengighet som har oppstått uten bruk av tobakk. Dette på grunn av at nikotin i seg selv antas å ikke kunne skape avhengighet, men et samspill med andre stoffer i tobakk er nødvendig for å skape avhengighet (se <https://nicotinepolicy.net/karl-fagerstrom/520-dependence-on-tobacco-and-nicotine>). Det er relativt bred støtte for dette i forskningsmiljøer og millioner av e-sigarettbrukere rapporterer at de føler seg mindre avhengig av e-sigarettene enn av sigarettene. Professor Robert Molimard oppsummerer den vitenskapelige kunnskapen om de faktiske effektene av nikotin på røykere her: <http://www.formindep.org/The-myth-of-nicotine-addiction.html#report>. Dette gir også støtte til at en overgang fra e-sigaretter til sigaretter er høyst usannsynlig.

2.2. Innvendinger til røykeforbudet og reklameforbudet

Å innlemme e-sigaretter i det generelle røykeforbudet kan som forklart over ikke begrunnes i et behov for å beskytte omgivelsene av helsemessige årsaker. Det burde imidlertid være opp til de enkelte huseiere å regulere dette. En restauranteier står for eksempel ganske fritt, så langt jeg vet, til å lage egne regler om hvordan gjestene for eksempel må kle seg. På samme måte bør de stå fritt til å forby bruk av e-sigaretter i sine lokaler hvis de mener dette er til sjenanse for sine gjester.

Engelske helsemyndigheter anbefaler bedrifter å ikke tvinge brukere av e-sigaretter til å gå ut sammen med røykere for å dampe da dette kan føre til tilbakefall til sigarett røyking. Dette høres veldig fornuftig ut, og det er igjen en stor oppmuntring til å bytte ut sigarettene med et mindre skadelig alternativ hvis man kan benytte dette innendørs og på steder man vanligvis ikke kan røyke. Det finnes mange historier om røykere som kun har prøvd e-sigaretter for å dempe nikotinsuget i situasjoner hvor de ikke har lov til å røyke (f.eks. på fly eller flyplasser) og har endt opp med å slutte med sigaretter helt. Disse blir ofte kalt «accidental quitters» og er et ganske vanlig fenomen.

Jeg observerer at det skal utarbeides forslag til unntak fra reklame og oppstillingsforbudet når det gjelder e-sigaretter. Dette er bra. Hvis vi ønsker at flest mulig skal slutte å røyke bør det være mulig å reklamere for e-sigaretter. Det bør også være lovlig å opplyse kunden om at e-sigaretter innebærer en mye lavere risiko enn vanlige sigaretter.

2.3. Innvendinger til krav om registrering

Kravet om registrering av alle produkter, inkludert alle varianter både av e-veske og elektroniske sigaretter bærer preg av at regulatøren har svært lav kunnskap om det markedet som skal reguleres. De avgiftene som er foreslått baserer seg på en antatt registrering av omtrent 200 produkter som er basert på anslag fra Danmark. Det samme gjelder kostnadsoverslagene. Man har altså ikke gjort noen egne undersøkelser eller forsøkt å sette seg inn i hvordan markedet fungerer per i dag.

Når det gjelder e-veske vil man slik jeg forstår forslaget måtte registrere hver enkelt nikotinstyrke for hver enkelt variant. E-veske selges ofte i 4-5 forskjellige styrker. Det vil si at man med 40-50 forskjellige varianter av e-veske vil oppnå 200 produkter. Dette er ikke mer enn utvalget man finner fra 2-3 produsenter. I mange tilfeller har produsenter også et utvalg på over 50 forskjellige smaker.

Når det gjelder e-sigaretter og utstyr eksisterer det per i dag over 20000 produkter. En norsk forhandler opplyste at de har ca. 1200 forskjellige produkter på lager. Av disse byttes antakelig over

halvparten ut i løpet av 6 måneder fordi de er utdaterte. Mange produsenter produserer også et svært begrenset antall, såkalte high-end produkter. Ingen av disse vil kunne selges i Norge under slike forutsetninger. Det sier seg selv at man selger 10 enheter og må fordele en kostnad på 47600 på disse, som kanskje koster mellom 1000-1500 kroner i seg selv, så vil man ikke klare å selge en eneste en. En saksbehandlingstid på 6 måneder ser man også at blir et håpløst hinder å komme over, da en veldig stor del av produktene er utdaterte og erstattet med nye, forbedrede versjoner innen den tid. Man kan også nevne at hvis regjeringen hadde latt staten ta store deler av den estimerte kostnaden på rundt 10 millioner kroner som disse avgiftene er ment å dekke inn, ville dette vært en investering i folkehelse som hadde betalt seg selv mange ganger i løpet av kort tid. Helsedirektoratet har anslått at røyking koster samfunnet mellom 8 og 80 milliarder i året (<https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/90/Samfunnsokonomiske-kostnader-av-royking-en-vurdering-av-metodikk-og-kostnadenes-storrelsesorden-IS-1825.pdf>) og det ser åpenbart at hvis man heller hadde lagt tilrette for at flest mulig kan få hjelp til å slutte vil dette føre til enorme besparelser. I denne sammenhengen blir 10 millioner forsvinnede lite.

Det er innlysende at de avgiftene som her presenteres vil utradere store deler av markedet, da dette er kostnader som gjør det umulig å drive i markedet. De få som har ressurser til å fortsette med dette er store selskaper, i all hovedsak tobakksbransjen med sine såkalte «cig-alikes». Tobakksbransjen er i dag i ferd med å tape markedet til de uavhengige produsentene, men med en slik regulering vil denne konkurransen i stor grad forsvinne og tobakkskigigantene vil sitte igjen med hele markedet så og si alene.

Det er heller ikke tobakksbransjen som driver innovasjon i e-sigarettmarkedet. Dette gjøres av de uavhengige produsentene som i stor grad streber, ikke bare etter høy ytelse, men også høy grad av produktsikkerhet. Denne innovasjonen og ønsket om å utvikle stadig sikrere og mer effektive produkter vil bli alvorlig hemmet av en slik ordning med slike summer. Det framstår også som meningsløst at man i alle EU land skal ha egne registreringsordninger i stedet for en felles.

En løsning hvor produsenter og importører må registrere seg og selv ha ansvaret for at reguleringer følges uten å måtte registrere hvert enkelt produkt hadde vært mye mer hensiktsmessig. Den uavhengige bransjen kunne da fortsette å eksistere og innovere.

2.4. Innvendinger til produktkrav

Det maksimale nikotininnholdet på 20 mg/ml er ikke hensiktsmessig. Mange røykere som ønsker å gå over til damping vil ikke oppleve dette som tilfredsstillende og dette vil føre til mange flere feilslåtte forsøk på å slutte. I tillegg er det slik at forskjellige typer ustyr avgir forskjellig mengde damp og dermed mer eller mindre nikotin. I modeller for viderekommende benyttes ofte lavere nikotininnhold da det avgis mye damp. I modeller for nybegynnere, som er de man oftest benyttes ved forsøk på røykeslutt, avgis mye mindre damp og behovet for høyere nikotininnhold er til stede. 36 mg/ml har tradisjonelt vært det høyeste innholdet i ferdigblandet veske, men nyere modeller som er spesielt utviklet for å komme over den første «kneika» ved røykeslutt inneholder også mer enn dette slik at man får tilfredsstilt behovet med en mindre mengde damp. Grensen på 20 mg/ml er begrunnet ut ifra undersøkelser som viser at de fleste som damper i dag bruker lavere nikotininnhold enn dette. Dette er korrekt fordi all erfaring tilsier at dampere gradvis senker sitt nikotininnhold, dels fordi avhengigheten blir svakere og dels på grunn av oppgradering av utstyr. Dermed vil denne grensen mest sannsynlig ikke føre til at mange av dagens dampere går tilbake til sigaretter, men den vil være til alvorlig hinder for å benytte e-sigaretter som middel for røykeslutt.

Begrensningen på 10 ml for gjenoppfyllingsbeholdere fremstår også som uhensiktsmessig og vil kun føre til økte kostnader for forbruker uten at dette gir større produktsikkerhet. Muligheten for at

små flasker blir liggende rundt omkring, tilgjengelig for barn og kjæledyr, er minst like stor som ved større flasker, om ikke større. Større flasker kommer også gjerne i glass og vil være vanskeligere å åpne. Et krav om barnesikring av flaskene er hensiktsmessig men en størrelsesbegrensning som dette vil ikke ha noen merkbar sikkerhetsmessig gevinst. Svært mange husholdningsprodukter er mye farligere enn e-veske og kommer i større beholdere og dette skal selvfølgelig oppbevares utilgjengelig for barn, uavhengig av størrelsen på flaskene. Det samme gjelder begrensningen på 2 ml for engangspatroner. Dette vil gjøre e-sigarettene mindre brukervennlige, og minke sjansen for røykeslutt, uten at det gir noen sikkerhetsmessig gevinst.

Reglene for gjenoppfyllingsmekanismen er unødvendig og vil heller ikke gi noen særlig gevinst sikkerhetsmessig. Som nevnt over er potensialet for forgiftning ved å få nikotinholdig veske på huden ganske overdrevet og selv med konsentrasjoner langt over 20 mg/ml vil man ikke få noen særlig effekt av noen dråper sølt på huden hvis man vasker av dette med en gang.

2.5. Innvendinger til krav til bruksanvisning og merking

Kravet om bruksanvisning på Norsk burde gjelde for produkter produsert i Norge, men det burde også åpnes for engelske bruksanvisninger. Å pålegge utenlandske produsenter å få laget norske versjoner av bruksanvisningen vil kunne føre til såpass mye merarbeid og høyere utgifter at man lar være å selge til Norge og vi vil dermed få et snevert produktutvalg, som igjen vil føre til at færre finner den modellen som gjør at de klarer å slutte å røyke.

Kravene om merking virker også lite gjennomtenkt. Helseadvarslene vil indikere at dette produktet er like skadelig som røyking og vil ikke oppmuntre folk til røykeslutt. Det virker også veldig malplassert å ha en henvisning til slutta.no på e-sigarettutstyr.

3. Konsekvenser av feil regulering

Som nevnt tidligere representerer e-sigaretter en helserevolusjon vi skjelden ser maken til. Dagens marked er i rivende utvikling og det kommer stadig mer effektive modeller. I tillegg eksisterer det et engasjement og en entusiasme rundt produktene vi aldri før har sett for et produkt som er ment for røykeslutt. En regulering som den som her er foreslått vil slik jeg har beskrevet bremse utviklingen og tvinge store deler av dagens aktører til å legge ned. Dette vil føre til både tap av arbeidsplasser og inntekter til staten, færre vil klare å slutte å røyke, flere vil starte å røyke og vi har en netto negativ effekt på folkehelsen.

Med stor sannsynlighet vil denne reguleringen, og andre lands tilsvarende regulering av e-sigaretter, føre til at det om noen år kun er noen få store pengesterke aktører igjen på det legale markedet. Dette er i all hovedsak tobakksgigantene. I tillegg vil det oppstå et enormt svart marked hvor sikkerhet og helse ikke vil være de drivende faktorene i like stor grad som vi ser i dag. Mange av aktørene i dette markedet vil nok være idealister som pr. i dag opererer i det vanlige markedet så til og med det svarte markedet vil etter all sannsynlighet paradoksalt nok bidra positivt til folkehelsen, men det vil også være krefter der som drar ned denne effekten.

4. Sammendrag og konklusjon

Den foreslåtte reguleringen av e-sigaretter fremstår som fullstendig uegnet til formålet, som må være å forbedre folkehelsen og redde liv. Det er meningsløst å regulere produkter som hjelper folk å slutte å røyke, er beviselig mye mindre skadelig enn tobakksrøyk og som i tillegg ikke inneholder tobakk under tobakksloven. E-sigaretter representerer en enorm mulighet til å redde mange millioner menneskeliv på verdensbasis men en slik regulering som her presenteres vil være til alvorlig hinder for dette. E-sigaretter burde enten reguleres av et separat eget regelverk eller under dagens regulering av matvarer og elektronikkprodukter.

Regjeringen bør også revurdere sin innføring av nøytrale snusbokser og sigarettpakker da de tallene og undersøkelsene som eksisterer i dag viser at dette vil ha liten eller ingen effekt. Å arbeide med en fornuftig regulering av e-sigaretter ville ha vært mye bedre bruk av ressurser.

Det fremkommer veldig tydelig at den foreslåtte reguleringen av e-sigaretter er en implementasjon av EU's nye tobakksdirektiv på disse punktene. Selv om Norge har tradisjon for å innføre EU-direktiver på tross av at vi ikke er medlem bør det kunne forventes av våre folkevalgte at det gjøres en grundig analyse av effekten av slike direktiver. Det finnes eksempler på feilslåtte direktiver og kanskje det alle beste og mest relevante i denne sammenhengen er EU's forbud mot snus. Igjen kan man se på statistikken at de landene som har fritak fra dette forbudet (Sverige) knuser de andre landene på kreft-statistikken med soleklar margin. Selv om flere av våre folkevalgte har vært ute i media og hevdet at vi er forpliktet til å implementere EU's tobakksdirektiv så stemmer ikke dette. Vi har vår fulle rett til å reservere oss mot dette og vi *bør* gjøre det i dette tilfelle. Jeg forventer av våre folkevalgte at de klarer å sette det norske folks liv og helse foran jordbær og champagne i Brussel og stå imot press og trussler. Benytt denne muligheten til å vise at Norge er et foregangsland hvor vi klarer å tenke selv og ikke lar oss påvirke av tobakks- og legemiddelindustriens lobbyvirksomhet på bekostning av befolkningens helse.

Dette reguleringsforslaget bærer sterkt preg av mangel på kunnskap om de feltene som skal reguleres. Jeg vil instendig be Helse og omsorgsdepartementet revurdere denne reguleringen og innhente kunnskapen som kan gjøre dem i stand til å regulere på en måte som gjør at man utnytter det livreddende potensialet i e-sigaretter. For denne kunnskapen finnes, også her i Norge. Forskerne fra SIRUS som nå er innlemmet i FHI sitter på enorme mengder kunnskap, men man må heller ikke glemme brukerne som er organisert i Norsk Dampelskap.

5. Min historie

Helt til slutt vil jeg kort dele min egen historie og erfaringer med overgang fra sigaretter til damping. Jeg er nå 36 år gammel og for 4-5 år siden så jeg noen som brukte en e-sigaret i en filmtrailer. Jeg begynte å sjekke litt på nettet og prøvde noen modeller, med og uten nikotin. Til slutt fikk jeg bestilt en modell som passet meg godt og e-veske med tilstrekkelig nikotin til at jeg stumpet røyken samme dag som jeg fikk den i hus. Siden har jeg aldri sett meg tilbake.

Som røyker var min helse mildt sagt skrantende. Jeg hostet og harket stort sett hele tiden, var overvektig, mye fordi jeg ikke var i stand til spesielt mye fysisk aktivitet og mine barn var nok ganske bekymret. Etter jeg gikk over til damp merket jeg fort at pusten og kondisjonen ble raskt bedre. Jeg ble i stand til å begynne å trene og endte etterhvert med å kunne løpe lengre distanser og ikke minst være med barna på skiturer og fotturer. Nå er jeg i relativt god fysisk form, har ingen problemer med hoste eller pust og de hyppige 3-ukers forkjølelsene som nærmest avløste hverandre når jeg røyka er så og si helt borte. Jeg har ikke vært borte fra jobb en eneste dag pga. sykdom siden jeg byttet til damp.

For meg og mange andre har ikke damping bare vært et middel for å slutte å røyke. Det har etterhvert blitt en hobby og det har vokst fram et engasjert og entusiastisk miljø rundt produktene. Dette er også en av grunnene til at damping virker. Ved tradisjonelle røykeslutt-produkter fjerner man sigarettene som for mange representerer både kos og avslapning uten å erstatte det med noe. Damping erstatter sigarettene den fysiske handlingen ved å røyke og for en del brukere får man i tillegg et miljø og en hobby som hjelper en med å holde sigarettene borte lenge nok til at man ikke faller tilbake.

Jeg har nesten helt siden jeg startet med damping fulgt utviklingen i bransjen, politikken og forskningen og vil påstå at jeg har ganske inngående oversikt over hvordan markedet og miljøet fungerer og den forskningen som finnes på området.

Public Health England estimerte at damping er *minst* 95% mindre skadelig en røyking. *Minst*. Det betyr ikke at man nødvendigvis får 5% av skadeomfanget. Min egen erfaring tilsier at dette tallet godt kunne ha vært høyere enn 95% og mange andre dampere jeg har pratet deler denne oppfatningen. Det skrikes stadig etter bevis på at damping hjelper på helsa og at det hjelper folk å slutte å røyke. Det finnes nå millioner av levende bevis! Jeg er en av dem.