

Snus er farligt og ætser dit tandkød!

Af Kirsten Holdorf, tandplejer og hovedbestyrelsesmedlem i Danske Tandplejere

74 % af drengene og 47 % af pigerne i gymnasiealderen har prøvet snus. Men få af dem ved, at snus ætser dit tandkød, løsner din tænder og indeholder cirka 30 kræftfremkaldende stoffer, der kommer ned i lungerne, skjoldbruskkirtlen og mundhulen.

At røg er farligt, er almindeligt kendt, men hvad med snus? Hvor farligt kan det lige være?

Som tandplejer har jeg set slimhindeskader forårsaget af snus, og for nylig kunne vi alle læse om en ung mand, der fik kræft i bugspytkirtlen og ætset tandkød, efter at have brugt snus siden folkeskolen. Så hermed et opråb til teenagere og deres forældre: Snus er farligt og stærkt stærkt vanedannende!

Jeg er uddannet tandplejer og mor til en 18 årig, der også har prøvet snus, så jeg ved personligt, hvor svært det er, at nå de unge med viden om, hvor farligt snus er.

Men vi er nødt til at gøre langt mere for at forebygge det stigende problem med brugen af snus blandt unge.

Alle kommuner, myndigheder og sundhedsansatte bør opprioritere fokus og den forebyggende indsats. Jeg har som tandplejer personligt stor fokus på problemet, og har travlt med at fortælle de unge om skaderne, da det er vigtigt at fange dem i en tidlig fase, inden de for alvor bliver afhængige og der ses uoprettelige skader.

I min hverdag som tandplejer, møder jeg desværre et stigende antal unge der bruger snus, det er vigtigt at vi er opmærksomme på de første tegn på snus skader, som ses som hvidlige forandringer af tandkødet. Det er i dag helt almindeligt blandt de unge at bruge snus, over halvdelen af de unge på det gymnasie min søn går på, bruger snus enten dagligt eller til fester, og nogle når de dyrker sport, hvor de ligger snus mellem tæerne for at opnå den opkvikkende effekt af nikotinen under træning eller kampen.

Desværre er det fejlagtige svar, man får af de unge, når man spørger ind til deres snusforbrug, at det ikke er så farligt som rygning, og at de altid kan stoppe når de har lyst. Men nikotin er både farligt og stærkt vanedannende! især for vores unge mennesker. Den unges hjerne er først færdigudviklet i midten af 20-erne, og er meget påvirkelig overfor nikotin. De unges hjerne bliver derfor i større grad afhængige af nikotin end den voksnes hjerne. Undersøgelser giver også mistanke om at brugen af snus, og andre nikotinholdige produkter i en ung alder, kan have langvarige negative konsekvenser som nedsat koncentrationsevne og hukommelse. Samtidig indeholder snus op til 40 gange så meget nikotin som cigaretter, når snus ligges i mundhulen optages nikotinen hurtigt og effektivt til blodbanen, hvor den føres med blodet til hjernen og hjertet.

Oplysningerne omkring snus og dens skadelige effekt er sparsomme, og informationen er ofte på norsk og svensk. Man skal ikke tage fejl af at tobaksindustrien har en enorm interesse i at få de unge til at bruge snus, nu hvor det ikke længere er så in at ryge, da det lugter og genere omgivelserne, og rygeloven har haft en positiv effekt på at mindske antallet af rygere.

Det er ulovligt at sælge snus i EU. Hvilket det har været siden januar 2016, men på trods af forbuddet, sælges det på flere danske tankstationer, i mange kiosker og på nettet.

Men snus er skadeligt, og der ses efter års brug store skader på både tænder, og tandkød som følge af brugen af snus. Der ses først hvidlige forandringer af slimhinden, senere ses tilbagetrækninger af både tandkødet, og tandknoglen i det område hvor snusen placeres, hvilket gør at tænderne syner lange, og mister fæstet i kæbeknoglen. Når tandkødet først har trukket sig tilbage, kommer det aldrig tilbage, heller ikke når man stopper sit forbrug af snus. Desuden indeholder snus flere kræftfremkaldende stoffer som alt andet tobak, de såkaldte nitrosaminer som kan give kræft i bugspytkirtlen, spiserøret og mundhulen. Nikotinen giver desuden forbigående blodtrykstigning, og ny undersøgelse viser at snus øger risikoen for hjertekarsygdomme, og blodpropper både i hjerne og hjerte.

Så kære unge smukke mennesker pas nu bedre på jer selv, og tro ikke at snus ikke har konsekvenser.