

Forebyggelse – tobak, alkohol og fedme

Mange danskere lider af livsstilssygdomme som følge af tobak, alkohol og/eller fedme. I fremtiden vil vi se et stigende antal af patienter med lidelser grundet en usund livsstil. Derudover dør et stort antal danskere tidligere på grund af de tre største livsstilssyndere.

Ifølge Forebyggelseskommissionen ligger Danmark under gennemsnittet på listen over udvalgte OECD-landes middellevetid. Det lader sig ikke forklare af samlede sundhedsomkostninger som procent af BNP, hvor Danmark ligger i toppen af listen. Det peger i retning af et stort overforbrug af tobak, alkohol og usund mad. Derfor er det her, man må sætte ind, hvis man ønsker at forhøje danskernes levealder.

Det danske sundhedsvæsen ligger under for presset, når flere danskere lider af livsstilssygdomme, og hvis man vil bevare et bæredygtigt sundhedsvæsen i fremtiden, er man nødt til at gøre noget nu. Man er nødt til at forkorte antallet af dage patienter ligger på hospitalet med lidelser, der er afledt af tobak, alkohol og/eller fedme. Derudover er man nødt til at sænke antallet af patienter med flere end en kronisk sygdom, der er afledt af en usund livsstil. Det tal er lige nu stærkt stigende.

Hvis vi ikke tager fat i disse problematikker, kommer en betydelig procentdel af vores unge generation også til at leve et kortere liv med mere sygdom, end de ellers ville have gjort. Regeringen fremsatte i 2016 et mål om en røgfri generation 2030¹, hvor ingen børn og unge ryger. Det er et fantastisk mål, men der er desværre ikke kommet tilsvarende handling. Lige nu stiger antallet af unge rygere.

Radikal Ungdom mener, at forebyggelse og sundhedsfremme er et fælles ansvar og en vigtig del af et sammenhængende samfund. Derfor giver vi vores bud på, hvordan vi bedst kommer livsstilssygdomme til livs. Fælles for vores initiativer på de tre områder er en stærk forebyggelses- og sundhedsfremmende indsats, der involverer sundhedsmyndigheder, virksomheder og uddannelsesinstitutioner.

Tobaksrygning

Ca. 13.600 ud af årligt ca. 60.000 dødsfald i Danmark skyldes tobaksrelaterede sygdomme. Tobaksrelaterede sygdomme koster dertil årligt det danske samfund adskillige milliarder kroner i form af midler til behandling af sygdomme og en ringere arbejdsevne.

Hvorledes vi som samfund skal håndtere tobaksrygning er yderst omdiskuteret. En ting står dog klart; efter flere årtiers nedgang i antallet af rygere, er udviklingen de seneste år stagneret. Vi står således ved en skillevej. Enten kan vi vælge at se passivt til, mens tusinder af personer årligt fortsat vil dø alt for tidligt og blive unødvendigt syge. Eller vi kan tage skeen i den anden hånd og med modige og beslutsomme skridt tage et tigerspring på vejen mod den

¹ Ingen børn og unge ryger, og færre end 5% voksne ryger

første røgfrie generation. Gør vi det, har vi udsigt til store resultater. Således har Irland gennem en progressiv rygepolitik på bare fire år formået, at nedbringe antallet af rygere i det irske samfund fra 21 % til 14 %.

Radikal Ungdom foreslår følgende initiativer:

- ❓ **Supplerende samtale med sundhedssygeplejerske.** Oplysning er et vigtigt redskab i kampen for at få nedbragt antallet af rygere. Radikal Ungdom foreslår derfor, at elever i de danske folkeskoler i de tidlige teenageår skal til en supplerende samtale om rygning, kost og alkohol med skolens sundhedssygeplejerske. Fire ud af fem rygere startede med at ryge i teenageårene, derfor er det her, man må sætte ind.
- ❓ **Salg af tobaksvarer:** På trods af en 18 års aldersgrænse for køb af tobaksvarer, så overholder [flertallet](#) af de danske detailbutikker og kiosker ikke den gældende lovgivning. Meget tyder på, at det skyldes, at butikkerne ikke oplever konsekvenser af ikke at overholde gældende lovgivning. Derfor mener Radikal Ungdom, at det er nødvendigt med flere kontrolbesøg og højere bøder til butikker, der bryder lovgivningen.
- ❓ **Små og mellemstore virksomheder skal også have mulighed for at tilbyde rygestopkurser:** Arbejdspladsens indstilling til rygning og dens opbakning til rygestop er afgørende for medarbejdernes chance for at gennemføre et succesfuldt rygestop. Programmer, der fokuserer på sund livsstil blandt medarbejdere på arbejdspladsen er mere effektive end programmer, der fokuserer på individuel sundhedsadfærd. I dag har kun 21% af virksomhederne tilbud til rygere, der ønsker at stoppe.
 - Radikal Ungdom mener derfor, at også små- og mellemstore virksomheder skal have bedre mulighed for at tilbyde rygestopkurser. Mange mindre virksomheder har ikke sundhedsfaglige ressourcer eller størrelse til at igangsætte rygestopkurser af høj kvalitet. Ved at samarbejde på tværs af sektorer kan kommunerne evt. i samarbejde med interesseorganisationer tilbyde ressourcer og kompetencer til lokale virksomheder, der ønsker at igangsætte rygestopkurser på arbejdspladsen.
- ❓ **Standardisering af cigaretpakker:** Cigaretpakker bør uanset brand standardiseres efter irsk forbillede. Standardiseringen betyder, at alle cigaretkartoner udelukkende produceres i neutrale farver og får den samme skriftstørrelse og skrifttype på pakken, samtidig med at logoer fjernes. Initiativet skal medvirke til at fjerne den branding, der ligger i de enkelte mærker og deres forskellige cigaretter. Forskningen viser, at særligt børn og unge grad bliver tiltrukket af bestemte cigaretmærker, da man tillægger det identitet.
- ❓ **Afgiftsstigning:** Radikal Ungdom mener, at afgiften på tobaksvarer bør hæves med 100 %, hvilket vurderes at kunne få antallet af rygere til at falde med 8 %. Prisen på en

pakke cigaretter vil dermed komme op på ca. 50 kr. pr. pakke. En hævnning af tobaksafgifterne med 100 % ligger i tråd med Forebyggelseskommissionens anbefalinger, da de vurderer, at man dermed vil opnå en passende balance mellem en nedgang i salget af tobaksvarer i Danmark og en marginal stigning af salget ved den dansk-tyske grænse.

- ❓ **Passiv rygning på arbejdspladsen:** Radikal Ungdom mener, at arbejdspladser, hvor den private sfære møder den professionelle, som f.eks. plejehjem, døgninstitutioner og fængsler, skal udarbejde en rygepolitik. Denne rygepolitik skal udarbejdes beboerne og de ansatte imellem. Denne skal have fokus på beboernes privatliv i eget hjem, men samtidig have fokus på, hvordan ingen ansatte skal udsættes for passiv rygning på arbejdspladsen.
- ❓ **Tobaksvarer skal opbevares under disken:** At tobaksvarer er synlige i store smarte indrammede bokse som i Netto eller stillet på række i øjenhøjde bag ekspedienten er stor reklame for tobaksprodukterne og er i høj grad med til at påvirke unge til at begynde at ryge. Derfor mener Radikal Ungdom, at tobaksvarer i detailhandel og kiosker skal sættes ned under disken, så de er ude af syne, og man derved skal bede ekspedienten bag kassen om varen.

Alkohol

I Danmark har vi en alkoholkultur, som udgør en risiko ift. at leve et langt og sundt liv. I 2010 drak voksne danskere på 14 år eller derover i gennemsnit 667 genstande årligt. Alkohol kan være årsagen til en lang række fysiske og psykiske sygdomme. Årligt er alkohol skyld i, eller medvirkende til, 5% af alle dødsfald i Danmark.

Et overforbrug af alkohol kan medføre sociale konsekvenser som kriminalitet, vold, arbejdsskader og anbringelse af børn fra misbrugsramte familier. Er du vokset op i en familie præget af alkoholmisbrug, kan det spænde ben for dine muligheder i fremtiden. Børn, der er vokset op i misbrugsfamilier har større risiko for selv at have et misbrug, opleve vold i hjemmet eller få psykiske lidelser.

Danske unge har et rekordhøjt alkoholforbrug sammenlignet med andre unge europæere. Især unge under uddannelse drikker meget. Over halvdelen af de 15-25-årige synes, at unge på deres egen alder drikker for meget. Når unge selv efterspørger en kulturændring, må det være samfundets ansvar at skabe rammer og regler, hvor denne ændring kan finde sted.

Radikal Ungdom mener derfor, at:

- ❓ **Der skal indføres strengere straffe til de butikker og udskænkingssteder, som ikke overholder gældende regler på området.** Radikal Ungdom mener, at højere bødestrafte og flere stikprøvekontroller kan være gavnlige metoder til at sikre, at flere butikker overholder loven for salg og udskænkning af alkohol. I dag er salg og udskænkning af alkohol til ikke-myndige formelt forbudt, men desværre forholder det sig således, at aldersgrænserne ofte ikke overholdes i praksis.

- ❓ **Skoler og uddannelsesinstitutioner skal spille en aktiv rolle i at forme ungdomskulturens forhold til alkohol.** De unge skal selv være med til at ændre alkoholkulturen. Derfor er det vigtigt at skoler og uddannelsesinstitutioner forholder sig til problemet, fordi de skaber rammerne i de unges hverdag. Radikal Ungdom mener derfor, at alle grundskoler skal have et forløb omkring alkohol i samarbejde med sundhedsplejersken og forældrene. Ungdomsuddannelserne, hvor de unge har mulighed for at drikke alkohol i sammenhæng med gymnasiefester, fredagsbarer etc., har desuden et særligt ansvar for at sikre at alkoholkulturen blandt de unge ikke løber løbsk i overgangen fra grundskolen til ungdomsuddannelser. Dette skal ske ved at lave en handlingsplan i samarbejde med skolens elever

Fedme

Fedme er i Danmark såvel som i andre velstående lande et voksende problem, så vi i dag kan tale om en decideret fedmeepidemi. Epidemien er yderst omkostningsfuld for samfundet og går ud over de berørtes, levetid og livsvilkår. Radikal Ungdom ønsker en aktiv indsats, der skal bidrage til at vende udviklingen. Indsatsen bør tage udgangspunkt i, at vi alle har et medansvar for folkesundheden.

Ingen kan frasige sig ansvaret. Og med en stort skatteyderbetalt velfærdsstat, så betaler vi alle regningen, hvis vi blot ser passivt til. Radikal Ungdom mener derfor, at det er afgørende, at vi tager skeen i den anden hånd og aktivt søger at bremse udviklingen.

Radikal Ungdom foreslår derfor:

- ❓ **Kommunale madordninger:** Der skal indføres kommunale madordninger i folkeskolen, der sikrer alle børn sunde og nærende måltider. Radikal Ungdom mener, at det er kommunen, skolen og eleverne, der skal fastlægge retningslinjerne for udformningen. En madordning vil først og fremmest sikre folkeskoleeleverne nogle sunde kostvaner, men vil ligeledes give mulighed for kontinuerligt at inddrage eleverne i madlavningen. Det vil være et værdifuldt supplement til den normale madkundskabsundervisning, så vi sikrer, at alle folkeskoleelever fra barnsben lærer at tilberede sund og spændende mad.
- ❓ **Fokus på bevægelse i folkeskolen:** De danske folkeskoler bør leve op til folkeskolereformens mål om øget fokus på bevægelse og aktivitet, således at eleverne dagligt bevæger sig minimum 45 minutter. Dette skal ikke blot ske i pauserne, men ved at leve op til målene om bevægelse som en integreret del af undervisningen. Det er her afgørende, at skolerne sikres tilstrækkeligt med ressourcer til at leve op til reformens mål, samtidig med at lærerne har mulighed for at efteruddanne sig inden for området. Yderligere bør man fra ministeriets side stille et omfattende idékatalog til rådighed for lærerne, således at det bliver let for lærerne at integrere det i deres undervisning i og pauserne.

- ? Ekstra besøg hos sundhedsplejersken:** Fundamentet for manges kostvaner og livsmønstre lægges i teenageårene. Det er således afgørende, at vi sikrer, at folkeskoleelever i udskolingen er oplyste om vigtigheden af sunde kostvaner og tilstrækkelig motion, da sunde mønstre i teenageårene øger sandsynligheden markant for at de forbliver med at have sunde vaner gennem hele livet. Radikal Ungdom foreslår, at sundhedsplejerskeordningen på de danske folkeskoler styrkes, således at alle danske folkeskoleelever sikres et ekstra besøg hos sundhedssygeplejersken. Det ekstra besøg hos sundhedssygeplejersken skal bruges på en specifik snak om sundhed, søvn, kostvaner, motion, rygning og alkohol.
- ? Indretning af dagligvarebutikker:** Samtlige aktører i detailhandelen bør opfordres til gennem deres brancheorganisation, at udarbejde retningslinjer for indretningen af de danske supermarkeder og butikker, samt placeringen af fødevarer i butikken (herunder, hvor højt oppe de er placeret på hylden). Atter er det afgørende, at der tages hensyn til mindre kiosker, således at deres forretning ikke skades.
- ? Nøglehulsmærket i EU:** Det danske nøglehulsmærke som koncept bør gennem EU udbredes i hele det europæiske fællesskab, så alle produkter i EU, der lever op til en række fastlagte kriterier, får det samme logo. Nøglehulsmærket har været en stor succes og har vist sig godt til at guide de nordiske forbrugere. Derfor kan det med fordel udbredes i hele Europa til gavn for hele kontinentets folkesundhed.
- ? Motion på recept:** Radikal Ungdom mener, at det i alle kommuner bør være muligt at få motion på recept for overvægtige samt for relevante kroniske patienter og patienter i aktuelle risikotilstande [\[2\]](#). Det sker ud fra det faktum, at fysisk træning i nogle tilfælde er ligeså effektiv eller endnu mere effektiv end medicinsk behandling af fx hypertension, type 2-diabetes, KOL, kræft og overvægt. Medicin på recept fungerer ved, at en praktiserende læge udskriver et tilbud på et gratis superviseret og organiseret motion til patienten i et passende tidsrum. Udskrivningen af motion på recept bør følges op af omfattende kontroller på ambulatorier både før, under og efter forløbet, da det ved forsøg har vist sig afgørende for at fastholde patienten i motion. Også efter recepten på motion er udløbet.