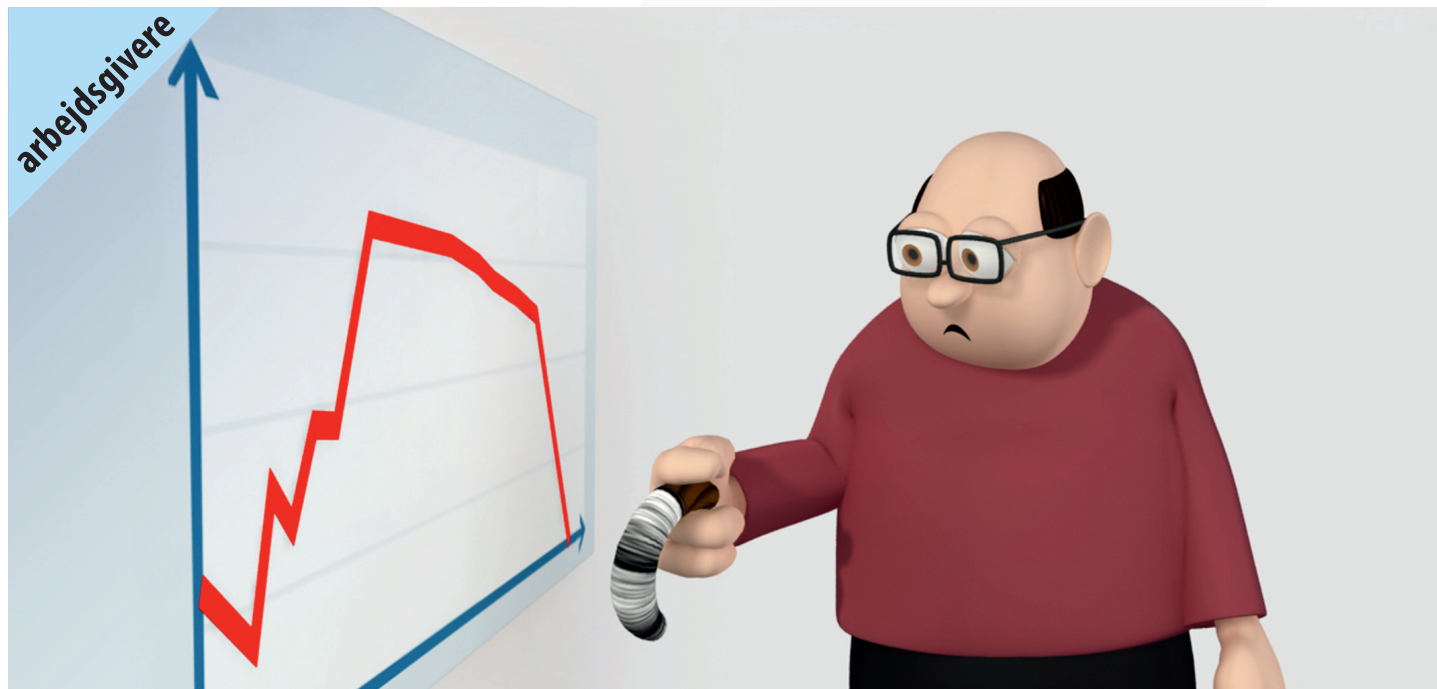




Sundhedsmæssige konsekvenser af tobaksforurenede luft

For at beskytte ikke-rygere på arbejdspladsen og for at motivere rygere til et rygestop er der for nyligt blevet fremsat en række europæiske henstillinger til fremme af røgfrie miljøer. Der er blevet gennemført rygeforbud på arbejdspladsen i en række EU-lande. Nogle steder er de ansatte dog stadig udsat for tobaksforurenede luft. Herudover er der store forskelle mellem de europæiske lande med hensyn til problemet, hvilket er blevet påvist i en kommissionundersøgelse fra 2009. I Grækenland oplyste 60% af de adspurgte, at de blev udsat for tobaksforurenede luft på arbejdspladsen. I modsætning hertil var den laveste procent af de adspurgte, der oplyste dette problem, ca. 10% i Storbritannien, Finland og Sverige.

Eksponering for tobaksforurenede luft, også kaldet passiv røg, er en væsentlig årsag til sygdom, funktionsnedsættelse og dødelighed i EU. Arbejdsrelateret eksponering for tobaksforurenede luft betyder at man er udsat for tobaksrøg på arbejdspladsen.

Vær opmærksom på, at:

- der er en 20–30% højere risiko for at få lungekræft, hvis du udsættes for tobaksforurenede luft,
- personer, der lider af f.eks. astma eller en kronisk lungesygdom, kan have øget risiko for at få problemer, når de er udsat for tobaksforurenede luft,
- passiv rygning øger risikoen for at få en blodprop i hjertet med 25–35%. Selv hvis man blot udsættes for passiv rygning i kort tid ad gangen (få minutter eller timer) kan påvirkningen af hjerte-/karsystemet være lige så stor (80%–90%) som hos de, der er kronisk aktive rygere,

- kvinder, der udsættes for tobaksforurenede luft under graviditeten har øget risiko for at deres børn fødes med en lavere fødselsvægt, medfødte lidelser eller nedsat lungefunktion. Udsættelse for tobaksforurenede luft øger også risikoen for, at barnet udvikler astma.



Økonomiske aspekter ved rygning på arbejdspladsen

- Rygning er dyrt. En række tal viser, at rygere har tendens til hyppigere at have langtids- og korttidssygefravær end ikke-rygere og/eller tidligere rygere. Rygere er mindre produktive på arbejdet, idet de holder rygepauser. Brandskader forårsaget ved rygning, såvel som ekstra omkostninger til rengøring og vedligeholdelse er med til at øge omkostningerne for rygning på arbejdspladsen.
- De sundhedsmæssige påvirkninger af tobaksforurenede luft for ikke-rygere er ligeledes betydelige, og medfører øgede omkostninger for virksomhederne på grund af rygning.
- Lokaler, hvor rygning er tilladt er forbundet med en række risici. Omkostninger til brandforsikringen er højere. Medarbejdere kan lægge sag an, hvis de lider af negative sundhedsmæssige konsekvenser.

Rygning på arbejdspladsen: almindeligt kendte antagelser

- Ingeniører bekræfter, at modsat den almene opfattelse findes der intet udluftningssystem, der kan fjerne røgen helt. Det betyder, at indendørs rygearealer altid forurener luften, også i rum, hvor der ikke ryges.
- Rygearealer, der placeres i nærheden af døre, vinduer eller ventilationsåbninger i bygninger, giver også arbejdsrelateret eksponering for tobaksforurennet luft på grund af trækluften.
- Rygerum forhindrer ikke, at medarbejdere bliver udsat for tobaksforurennet luft. Rengøringspersonale arbejder i lokalerne i deres arbejdstid og er nødt til at indånde den forurenede luft.
- På trods af den udbredte opfattelse i befolkningen har rygeforbuddet ikke en negativ effekt på restaurationsbranchen. Flere undersøgelser, der sammenligner omsætningen før og efter indførelsen af rygeforbuddet i EU og USA, viser, at salget endda sandsynligvis stiger.

At skabe et røgfrit arbejdsmiljø

Den bedste måde for arbejdsgivere at støtte og beskytte deres medarbejdere på, er ved at indføre en helhedsorienteret røgfri politik, herunder rygestopprogram samt totalt rygeforbud i virksomhedens lokaler:

Første trin: at motivere og hjælpe rygere til at stoppe

- Fremhæv de skader, som rygning forvolder, og motivér rygerne til at stoppe ved at understrege, hvilke fordele et liv uden rygning indebærer.
- En række forskellige rygestop programmer kan dækkes af forsikringsselskaberne. Det kan være en god idé at bede rygerne om at yde et lille bidrag til gebyret, så de føler sig forpligtede til det udbudte kursus. Det kan være en fordel at lade medarbejderne deltage i kurset i deres arbejdstid for at øge motivationen.



Andet trin: at indføre et totalt rygeforbud

Et rygeforbud vil sædvanligvis overholdes, hvis bestemte anbefalinger følges, og alle rygere såvel som ikke-rygere støtter op om det.

En række kerneprincipper kan bidrage til en gnidningsløs indførelse af en sådan politik og føre til succes:

- Fremhæv de sundhedsskadelige konsekvenser, som følger af udsættelse for tobaksforurennet luft, og individets ret til at arbejde i et miljø uden tobaksforurennet luft.
- Nedsæt en komité til at overvåge tiltagene og en gnidningsløs indførelse ved at:

- involvere medarbejderne i indførelsen og få støtte af medarbejderrepræsentanterne,
- få topledelsens fulde opbakning gennem dens deltagelse i komitéen.

- Formulér, og uddel en skriftlig politik, der bekræfter de nye regler. Den bør indeholde tydelige angivelser om politikens formål.
- Lav en tidslinje med de forskellige tiltag, der skal gennemføres, med angivelse af konsekvenser i tilfælde af manglende overholdelse samt kontaktpersoner, der kan svare på spørgsmål i forbindelse med politikken.
- Tilbyd gratis rygestopprogrammer og mulighed for regelmæssige konsultationer for at fremme at rygestopforsøgene lykkes.
- Tilbyd kurser og baggrundsinformation for ledere, tilsynsførende og medarbejderrepræsentanter.
- Tillad ingen undtagelser i virksomhedens lokaler efter indførelsen af rygeforbuddet.
- Vær opmærksom på eventuelle negative konsekvenser af rygeforbuddet, f.eks. en større brandfare på grund af forsøg på rygning i smug.

En langsigtet planlægning og information om indførelsen af et rygeforbud er nødvendig for at give medarbejderne mulighed for at kunne forberede sig på de nye betingelser. Der bør planlægges flere måneders forberedelse.

Yderligere oplysninger:

Det Europæiske Arbejdsmiljøagentur, Forebyggelse af skadelige virkninger af tobaksrøg på arbejdspladsen:
http://osha.europa.eu/da/topics/whp/index_html

Napo-film om tobaksrøg:
<http://osha.europa.eu/en/topics/whp/smoke-at-work/>

Læs også folderne *Information til rygere* og *Information til ikke-rygere*.

Værd at vide: Europa-Kommissionens Generaldirektorat for Sundhed og Forbrugere har i år 2011 lanceret en ny anti-tobak kampagne



kaldet "Eks-rygere er ikke til at stoppe". Denne 3-årige kampagne har et ekstremt effektivt værktøj til at hjælpe rygere med at holde op. iCoach er en gratis, digital sundhedsscoaching platform, der er lavet på alle 23 officielle EU-sprog. I modsætning til mange andre digitale universer fokuserer iCoach også på dem, der ikke ønsker at holde op med at ryge, og personer med høj risiko for tilbagefald. Indtil videre har resultaterne været overvældende. Over 30% af de personer, der påbegynder programmet, gennemfører et rygestop. For mere information: www.exsmokers.eu