

København, den 20. marts 2015

Kære sundhedsordførere, kære politikere, kære medier, kære læsere

Jeg skriver til jer som borger i dette vidunderlige lille grønne land, jeg skriver til jer som medmenneske og jeg skriver til jer som ex-ryger. Jeg skriver til jer i anledning af det lovforslag om fremstilling, præsentation og salg af elektroniske cigaretter m.v., som nu er sendt ud til høring blandt en lang liste af forskellige organisationer.

Indledningsvist er det på sin plads at jeg melder mig under de faner, der er for en eller anden form for regulering af markedet for e-cigaretter. Det er selvfølgelig forkert at sælge disse produkter til børn og unge under 18 år. Ligeledes er jeg enig i, at der skal ske mærkning af e-væske. Og endelig er jeg enig i at såvel rygning som passiv rygning skal minimeres.

Formålet med mit brev er at nuancere billedet lidt, da jeg mener at fremstillingen af hele sagen om dampning, eller e-cigaretter som det blev døbt i den tidlige opstart, er temmelig unuanceret - enten for eller i mod, sort eller hvidt. I sidste ende er målet med mit brev således at få en mere nuanceret regulering i relation dampning end det forslag, der foreligger nu, er udtryk for. Og så mener jeg, der skal fokus på fakta, uanset om disse hælder mod den ene eller den anden pol. Jeg kan i den forbindelse varmt anbefale alle at læse Library Briefing, Library of the European Parliament forfattet af Gregor Erbach og udgivet den 27. marts 2013<sup>1</sup>, der nøgternt og præcist beskriver de forskellige standpunkter og hvordan de forskellige europæiske lande håndterer dette hybridprodukt fra en græsrodsbevægelse, der lægger sig mellem tobaksindustrien og medicinalindustrien.

Brug af elektroniske cigaretter, eller dampning som jeg vil foretrække at man kalder det, er forholdsvis nyt. Vandpiben kan spores tilbage til før 1500 tallet i Afrika og Columbus opdagede tobakken hos indianerne i 1492. Den elektroniske cigaret først blev bragt rigtig til live i 2003 af en kineser, hvis far døde af lungekræft. Denne type elektroniske cigaretter kan stadig købes i dag og ligner til forveksling en rigtig cigaret. Siden 2003 har en verdensomspændende græsrodsbevægelse taget principperne til sig og udviklet flere generationer af elektriske cigaretter. Og for hver ny generation øget fokus på sikkerhed. Så hele udgangspunktet for elektroniske cigaretter er at undgå eller minimere de skadelige effekter, som cigaretter har.

Og de elektroniske cigaretter virker da også helt anderledes end cigaretter. Når der ryges på en cigaret, foretages en afbrænding af tobak, tilsætningsstoffer, papir, lim og øvrige bestanddele i cigaretten. Forbrændingen foregår ved op imod 800-1000 grader. Og det er i høj grad denne forbrændingsproces, der er det farlige ved cigaretrygning<sup>2</sup>. Den høje

---

<sup>1</sup> <http://www.europarl.europa.eu/eplibrary/Electronic-cigarettes.pdf>

<sup>2</sup> <http://www.dr.dk/levnu/krop/brevkasse-er-snus-lige-saa-slem-til-som-cigaretter>

temperatur fremmer udvikling af skadelige og kræftfremkaldende stoffer i røgen. De seneste generationer af dampudstyr arbejder med netop temperaturstyringen og -kontrol, hvilket understreger branchens og brugernes fokus på sikkerhed og sundhed.

På netdoktor.dk under overskriften E-cigaretter og rygestop<sup>3</sup> refereres ledende overlæge på lungemedicinsk afdeling på Gentofte Hospital Philip Tønnesen også i forbindelse med netop temperaturen: "Og det er den afgørende forskel. Tobakken i en cigaret indeholder i sig selv mange farlige stoffer, og derudover dannes der rigtig mange farlige stoffer, når man ryger cigaretten, og tobakken afbrændes ved 800-900 grader". Philip Tønnesen refereres endvidere for at sige:

"Nikotin er i sig selv ikke kræftfremkaldende og ser heller ikke ud til at påvirke blodtrykket"

"Den nikotinmængde, der bruges i e-væske, er nogenlunde den samme, som når man bruger nikotinprodukter"

"Der er 4.000 skadelige stoffer i en tobakscigaret, mens der i en e-cigaret måske er 5-6 stoffer, og koncentrationerne er meget lavere"

Der har været megen tale om hvor farlig nikotin egentlig er. Jeg har slået det op på Sundhedslex<sup>4</sup> hvor er der står, at der skal 60-120 milligram nikotin til at slå et voksent menneske ihjel afhængigt af om det ryger eller ej. Der står endvidere, at dette skal indtages på én gang og at al nikotinen skal optages af kroppen. Mængden svarer til mellem 30 og 80 cigaretter på en gang. Så det er selvfølgelig farligt. Men hvis jeg kigger i mit skab med rengøringsmidler, så står der afløbsrens, rensbenzin, eddikesyre m.v. Og jeg kan godt finde ud af, at når der er et symbol for brandfare, ætsning eller lignende, så er det ting, der skal stilles væk og uden for børns rækkevidde.

Jeg har selv lagt cigaretterne på hylden i december 2014. Før da har jeg adskillige gange forsøgt mig med rygestop. De håndkøbsmidler man kan købe virkede ikke for mig. Og jeg kunne faktisk godt lide at ryge. Så for mit vedkommende var den primære årsag at slippe for de kræftfremkaldende stoffer. Jeg er med på, at man næppe kan kalde dampning for sundt, da man ikke kender langtidsvirkningen af at dampe. Men man kan næppe heller kalde nikotintyggegummi og lignende for sundt. Fra Danmark har flere medicinere indenfor lungesygdomme udtalt, at det er et klart bedre alternativ end at ryge. Enhver der beskæftiger sig med menneskeliv vil nok foretrække, at folk slet ikke indtager nikotin, hvad enten det er i form af cigaretter, damp, tyggegummi eller andre produkter. Men de mange tusindvis af danskere, der nu en gang er blevet afhængige af det skidt, er det vel alt andet lige bedre at dampe end at få både nikotin og kræftfremkaldende stoffer. Så hvorfor denne enten/eller retorik?

Medicinalindustrien tjener formentlig en mindre formue på folk, der gerne vil ud af deres tobaksafhængighed, og vi flytter så pengene fra tobaksindustrien over i medicinalindustrien.

---

<sup>3</sup> [http://www.netdoktor.dk/elektroniske\\_cigaretter\\_ecigaretter\\_tobak\\_cigaretter.htm](http://www.netdoktor.dk/elektroniske_cigaretter_ecigaretter_tobak_cigaretter.htm)

<sup>4</sup> <http://www.sundhedslex.dk/nikotinforgiftning.htm>

Og nu kommer der så en græsrodsbevægelse med et alternativ, der allerede har hjulpet 272.000 danskere - af hvem nogle måske ville dø, hvis de var blevet fastholdt i et tobaksforbrug. Hvorfor er det så slemt? Er det fordi det ikke er tobaksindustrien eller medicinalbranchen, der har lanceret det som en samfundshjælpende hånd til de nikotinafhængige danskere?

Og når man så samtidig kan læse, at fx. hr. Flemming Møller Mortensen, der er sundhedsordfører for Socialdemokratiet kommer fra Novartis, der producerer Nicotinell, så kan jeg ikke lade være med at spørge mig selv, om medicinalbranchen har haft et lidt for stort fodaftryk på dette lovforslag om e-cigaretter, der nu er i høring og på samfundet og mediernes generelle indstilling til emnet. Et andet eksempel er den foreslåede lovteksts §19, stk 1 hvor der står "...Mærkning må ikke omfatte oplysninger om produktets indhold af tjære eller kulilte." HVORFOR ikke? Er disse to stoffer sammen med indholdet af nikotin ikke lige nøjagtig de 3 ting, der SKAL stå på en cigaretpakke? Og hvorfor så det, kunne man spørge. Men når man læser eksperternes udtalelser om hvad røg indeholder, så ligger de kræftfremkaldende partikler i tjæren og kulilten. Og hvorfor må man så ikke oplyse disse indholdsstoffer for e-cigaretter? I de undersøgelser jeg har læst om emission fra e-cigaretter er der enten ikke fundet disse stoffer, eller også er de fundet i så små mængder, at det er skelsættende i forhold til mængden i cigaretter. Så hvad er dette mærkningsforbud udtryk for? Det kan enten være tobaksindustriens fodaftryk i teksten, fordi en offentliggørelse af disse markante forskelle formentlig ville få endnu flere rygere over på dampning. Og hvis det er fordi man er bange for at unge så tror det er ufarligt, så er der vel bedre metoder til at sikre dem, end at efterlade os 272.000 dampere i uvidenhed, for slet ikke at tale om alle de rygere, der måske kunne kvitte tobakken, fordi dampning kunne være det middel, der kunne hjælpe dem.

En af de organisationer, der står forrest i køen i modstanden mod e-cigaretter er Kræftens Bekæmpelse. De har lavet en kampagne "Gå op i røg" og på denne hjemmeside kan man finde nogle ganske interessante informationer og udtalelser<sup>5</sup>, fx:

- "De økonomiske interesser er en af de største årsager til, at så mange mennesker arbejder for og imod tobak, fordi de enten tjener eller taber penge"
- "I dag passer tobaksindustrien mere på, hvad de siger højt, men det betyder ikke, at de tænker anderledes. I dokumentaren "Sex, Lies and Cigarettes" kan du høre mere om tobaksindustriens ufine metoder"
- "Men tobaksindustrien, som arbejder for tobakken, har mange flere penge end de organisationer, der arbejder imod tobakken. Der er derfor meget ulige muligheder for at påvirke politikerne."
- "For Staten er rygerne en voldsom økonomisk belastning, fordi rygning hvert år koster Danmark over 28 milliarder danske kroner"

---

<sup>5</sup> <http://www.op-i-roeg.dk/for-eller-imod-tobak/hvilke-kraefter-er-paa-spil-om-tobak/>

Der står desværre ikke noget om, hvilke indtægter staten så har på salg af tobak. Men i bund og grund står der, at rygning handler om penge og at det er en ulige kamp, fordi tobaksindustrien har så mange penge. Kunne man med rette her spørge, om dampbevægelsens kamp her ikke er lige så ulige, da de ikke har de samme midler til rådighed for udvikling af stadigt mere sikre dampløsninger? Og alligevel sker udviklingen i rivende fart. Folk sidder rundt omkring i hele verden og samarbejder om at gøre dette til noget mere sikkert, fordi det virker i forhold til at kvitte tobakken. Og det skal vel også med i hele historien om dampning, at de aller fleste dampere i løbet af en periode nedsætter nikotinindholdet i deres væsker betydeligt og mange damper helt uden nikotin - altså skalerer det ned som det også anbefales med medicinalindustriens produkter.

Så i stedet for bare at dømme tingene ude, burde de forskellige interessenter måske i stedet forpligtes til sammen at finde ud af, om der så er ikke kendte skadelige virkninger. Det kunne være særdeles gavnligt for os alle i hele samfundet, uanset om vi er dampere, rygere eller står passivt ved siden af.

Hvad indbringer tobak så i statskassen?

Med lidt hurtig regning vil jeg antage, at staten får i omegnen af 10 milliarder kroner<sup>6</sup> i kassen fra rygerne. Uden at stille spørgsmålstejn ved beregning af de 28 milliarder i omkostning, er rygerne altså en rigtig dårlig forretning for staten, der med kyshånd burde tage imod dampen og de 272.000 danskere, der allerede har lagt tobakken til fordel for dampen. Og skulle disse tal være helt i skoven, så kunne det da være interessant at høre politikernes syn på økonomien i dette.

Hvis man skal tro på hvad medierne<sup>7</sup> skriver, så skyldes det bekymrede forældres henvendelser til Kræftens Bekæmpelse. Mod alle odds og tobaksindustriens store pengepung, har de formået at få Sundhedsminister Nick Hækkerup til at udarbejde dette lovforslag, som nu er i høring.

Og der er ingen tvivl om at alle vi voksne dampere er for en regulering af markedet i en eller anden udstrækning. Det er IKKE i orden at der sælges til børn og unge, som man har kunne se fx i Kontant på Danmarks Radio. Men lovforslaget rækker meget videre end forbud mod salg til børn og unge.

Hvis vi skal tro Kræftens Bekæmpelse i at det handler om penge, så har statens altså kun en omkostningsdækning på 38% med de indtægter, der er på salg af cigaretter. Og når overlæger i både KOL og lungesygdomme mener, at det er et bedre og langt mindre farligt

---

<sup>6</sup> Staten får en afgift på 118,25 øre + 1% af salgsprisen pr. cigaret. En pakke cigaretter koster mellem ca 37 og 43 kr pr. pakke. Så for eksemplets skyld regner jeg her med 40 kr. vel vidende, at jeg ikke har de præcise afsætningsmængder for de forskellige priskategorier. Det betyder, at statskassen honoreres med  $118,25 + 40 = 158,25$  øre pr. solgte cigaret.

Ifølge Danmarks statistik blev der i 2013 solgt 6.852.000.000 cigaretter - altså 6,852 milliarder cigaretter. Med en afgift på 158,25 øre pr. stk får den danske stat altså 10,84 milliarder

<sup>7</sup> <http://www.politiko.dk/nyheder/minister-overvejer-forbud-mod-salg-af-e-cigaretter-til-boern>

alternativ end cigaretter, hvorfor så ikke lave en lovgivning, der tager hånd om det, der er bekymring for.

Jeg har fundet følgende tal om dødsfald grundet rygning, e-cigaretter og lignende:

- Mellem 13.000 og 15.000 danskere dør hvert år af sygdom direkte relateret til rygning. I en periode på 10 år er det mellem 130.000 og 150.000 mennesker, der dør.
- I en periode på 11 år har jeg fundet beretninger om 8 dødsfald i Danmark, der er indberettet i relation til brug af de receptpligtige rygestopmidler, og der sås tvivl om hvorvidt dødsfaldene kan direkte tilskrives brug af disse midler.
- Der er på verdensplan historier om 2 mennesker, der er døde af nikotinforgiftning i relation til indtagelse af e-væske i samme periode - de sidste 10 år.

Hvordan kan hensynet til 2 tragedier på verdensplan stilles op overfor 130.000 døde danskere - jeg spørger bare...

På hjemmesiden Liv.dk, der er drevet af Kræftens Bekæmpelse<sup>8</sup> kan man læse at en ud af 4 danskere ryger dagligt. Deres tal baserer sig på Folkesundhedsrapporten 2007 fra Statens Institut for Folkesundhed<sup>9</sup>. Når man læser i denne rapport er der intet anført overhovedet om damperne (forbrugere af elektroniske cigaretter), og udbredelsen af disse var vel også kun i sin meget spæde start på det tidspunkt. Så i dag er andelen af rygere nok mindre end de 25% - den er måske på 20%. Men med en befolkningsgruppe over 18 år svarer det vel også til omkring 1 million danskere. De berøres fordi et reelt og tydeligvis effektivt alternativ til rygningen står for skud her. Ikke fordi det er sundere, men fordi det er betydelig meget mindre skadeligt.

I Ekstra Bladet onsdag den 18. marts 2015 kunne man læse, at der nu er over 272.000 dampere i Danmark. De berøres fordi de risikerer at skulle finde et alternativ til dampning. Og her kan man så gisne om hvor mange, der falder tilbage på cigaretternes cancerkurs.

Og så er der alle vores børn, pårørende, venner og bekendte, der jo bliver påvirket af om vi ryger eller ej - den passive rygning.

En anden faktor, som ikke har været så meget fremme i hele debatten om e-cigaretter eller ej, er social status. Og her mener jeg ikke den hetz, som har kørt mod rygerne. Førnævnte undersøgelse om folkesundheden fra 2007 fastslog, at der er en overrepræsentation af rygere, der er korttidsuddannet og som befinder sig blandt de dårligst stillede i vores såkaldte velfærdssamfund. Denne lidt stigmatiserede status påpeges som værende medvirkende årsag til at fastholde rygere i deres forbrug. Dampning er billigere end at ryge cigaretter, og alene af den årsag kan det måske være tiltalende for de dårligere stillede i vores samfund.

---

<sup>8</sup> <http://www.liv.dk/fakta/statistik-og-tal/danskernes-rygevaner/>

<sup>9</sup> [http://www.si-folkesundhed.dk/upload/kap\\_18\\_rygning.pdf](http://www.si-folkesundhed.dk/upload/kap_18_rygning.pdf)

Men jeg tror, at dampning også i de kredse vil være socialt acceptabelt og dermed kan medvirke til at nedbringe antallet af rygere i den gruppe - og det er vel en gruppe vi som samfund også gerne vil nå.

En undersøgelse blandt 19.000 dampere på verdensplan<sup>10</sup> viser, at mellem 46,1% og 48,7% af deltagerne havde en højere uddannelse. Det står jo så lidt i skærende kontrast til undersøgelsen om folkesundhed i Danmark fra 2007. Men resultatet kan også læses som understøttende, idet de højt uddannede først får viden og måske derfor først går over til Damp. Men uden denne viden, og den får man ikke ud med den foreslåede lovgivning, så vil en del af vores samfund formentlig blive fastholdt i et både helbredsmæssigt og økonomisk mere usundt forbrug. Hvilke grunde kan der overhovedet være til ikke at fortælle hinanden den positive side af historien?

Og når jeg nu har åbnet den kasse, der hedder privatøkonomi.... Jeg har siden den 20. december 2014 ikke røget 1.758 cigaretter og har sparet 3.779,70 kr. Af dem har jeg så købt noget e-væske for ca. 800 kr. Jeg står altså med næsten 3.000 kr i hånden samtidig med at jeg har befriet mig selv for de kræftfremkaldende cigaretter. Samtidig er jeg gået ned i nikotinforbrug. Jeg har d.d. checket priser på nikotinplastre på apotekets hjemmeside, hvor de har tilbud. Prisen på 1 stk. 16 timers plaster er godt 18 kroner, og man bruger 1 plaster om dagen. Så jeg ville i den samme periode skulle have brugt 89 plastre, hvilket ville have kostet mig 1.602 kr - altså det dobbelte af at dampe. Og da økonomi er en vigtig motivationsfaktor for mange, der ønsker at kvitte cigaretterne, er det selvfølgelig også en faktor.

Så kære politikere, kære medier og kære øvrige interessenter i denne sag

I disse tider med terrorisme og frygt hører vi ofte politikerne tale om, at vi ikke skal lade frygten styre vores liv, vi skal værne om ytringsfrihed og demokrati. Så jeg spørger jer...

Skal vi lade frygten for ikke kendte langtidsvirkninger styre, at vi ikke vil give dampningen en chance for at få folk væk fra tobakken, et valg 272.000 mennesker allerede har taget? Dampning har foregået på verdensplan i mange år nu, og mig bekendt er ingen blevet hverken syge eller døde af at dampe. Måske ville det være en ide at indsamle helbredsdata fra gruppen af dampere og derigennem få indblik i den helbredsmæssige påvirkning.

Skal vi acceptere frygten for at børn drikker e-væske? Nej, det skal vi ikke. Det er helt ok med et forbud om salg af væske til børn og unge under 18 år. Selvfølgelig.

Skal vi acceptere ukendt indhold i e-væske? Nej, det skal vi ikke. Det er ok at lovgive om mærkning af væske. Det er ikke ok, at det ikke skal fuldt ud mærkes. Det er ikke ok, at der ikke må ske mærkning om indhold af tjære og kulilte i dampene. Men idag foregår en del af blandingen med fx nikotin ved at tælle dråber. Og det er ikke ok. Der må gerne stilles krav til

---

<sup>10</sup> <http://www.mdpi.com/1660-4601/11/4/4356/htm>

både kvalitet og indhold i e-væske, og der må gerne være krav til tolerancegrænser for udsving i indhold af fx nikotinmængde i forhold til mærkningen. Og ligeledes finder jeg det i orden, at etiketter ikke forsynes med bamser og røde æbler. Måske skulle der endda være en advarsel på som fx den røde trekant på medicin eller brandfare- og ætsningssymboler på vores dagligvarer. Det skal selvfølgelig ikke være cowboyland, som nogen kalder det, for det er jo vores liv og helbred.

Skal vi ødelægge en hel branche, der er i dens famlende forsøg på at finde fodfæste og accept? Og skal vi ødelægge 272.000 menneskers rygestop ved at overregulere markedet for elektroniske cigaretter? Nej, det synes jeg ikke er i orden. Det er ok at man skal registrere sig som forhandler. Men er det ok at der skal gå et halv år fra anmeldelse til et produkt kan sælges? Nej det er det ikke. Det er i orden, at der stilles nogle tekniske krav til udstyret, men dette ansvar må pålægges producenterne. Men at skulle forsyne en tank man kan fylde e-væske på med store advarsler vil i min verden være det samme som at forsyne en æske til en pibe med de samme advarsler, som skal stå på den tobak, man putter i piben. Og det er der mig bekendt ikke en lov, der foreskriver. Så hvorfor skal e-cigaret branchen have det værre end medicinalbranchen, der kan klare frisag ved en indlægsseddel i deres nikotinsubstitutionsprodukter og værre end tobaksbranchen, hvor det alt andet lige kun er tobakken, man advarer imod? Når man læser det kommenterede lovforslag igennem synes mængden af anmeldelse, indberetninger og administration så stor, at det formentlig vil drukne en formentlig stor del af udbyderne.

Kan vi ikke få en mere nuanceret debat omkring dette emne? Jeg forstår fuldt ud hensynet til bekymrede forældre og at vi som samfund har en pligt til at værne om børn og unge. Og jeg er sikker på, at I kan lave en bedre lov, end der lige nu er til høring - også selvom der måske er et politisk flertal for lovgivning på området.

Hvorfor haste et forslag igennem til 1. november 2015, når vi har tid frem til 20. maj 2016, der er datoen for hvornår EU-direktivet skal være gennemført. Det giver mere end et halvt år mere til at arbejde med tingene i....

Der er lige nu 272.000 dampere i Danmark. Vi er over 18 år og vi er stemmeberettigede. Vi udgør vel i omegnen af 5% af de stemmeberettigede her i landet. Dertil kommer den enorme mængde af rygere, der gerne vil spare penge og forbedre deres helbred og i sidste ende stoppe deres nikotinformbrug. De er også stemmeberettigede. Dette berører vores liv. Dette berører vores hverdag. Dette berører vores samfund. Men har vi reelt en stemme?

Med venlig hilsen  
Mette Andersen  
Stolt ex-ryger, nu damper