



## Om rökfria utomhusmiljöer

**Tobaksrök kan vara lika hälsofarlig ute i fria luften som inomhus – allt beror på koncentrationen av farliga partiklar och hur lång tid man utsätts. Därför har flera av de länder som kommit längst med rökfria inomhuslokaler de senaste åren även börjat införa rökfritt på en del platser utomhus.**

I Sverige är vissa utemiljöer rökfria från första juli 2019. Rökförbudet gäller uteserveringar, entréer till lokaler och andra utrymmen som allmänheten har tillträde till, på områden utomhus som används av resenärer med färdmedel i inrikes kollektivtrafik, till exempel hållplatser och perronger, och också på väntplatser för taxi. Även på inhägnade idrottsplatser, sportarenor och liknande, samt lekplatser är det rökfritt från samma datum. Rökförbudet gäller även e-cigarett, örtprodukter och vattenpipa.

Andra miljöer, som är rökfria sedan tidigare, är skolgårdar och motsvarande utomhusområden vid förskolor och fritidshem.

### Passiv rökning allvarlig hälsorisk

Lagar om rökfria miljöer är till för att skydda människors hälsa. Tobaksrökning ökar risken för bland annat ett flertal cancersjukdomar, hjärt-kärlsjukdom, diabetes samt sjukdomar och infektioner i andningsorganen, såsom astma och KOL, kroniskt obstruktiv lungsjukdom.

Att utsättas för andras tobaksrök innebär samma typ av hälsorisker som vid aktiv rökning. Amerikanska Surgeon Generals rapport slog redan 2006 fast att passiv rökning utgör en allvarlig folkhälsorisk som orsakar både lungcancer och hjärt-kärlsjukdomar.

Amerikanska Centers for Disease Control, CDC, varnar för att även kortvarig exponering för tobaksrök kan öka risken för en dödlig hjärtinfarkt hos en icke-rökare till samma nivå som hos en rökare. Ett viktigt budskap från dessa hälsomyndigheter är att det inte existerar några gränsvärden där tobaksrök blir ofarlig.

Enligt Folkhälsomyndighetens Miljöhälso- och rapport 2017, som är en sammanställning av olika miljöfaktors betydelse för hälsan, uppgav cirka tolv procent av de tillfrågade i Miljöhälsoenkät 2015 att de exponeras för andras tobaksrök någon gång i veckan. Cirka 35 procent uppgav att de exponeras någon eller några gånger i månaden. Ungefär hälften av de tillfrågade uppgav att de aldrig eller nästan aldrig utsätts för passiv rökning. Det var närmare 40 000 personer i åldern 18–84 år som besvarade frågor om miljörelaterade exponeringar, sjukdomar och besvär i Miljöhälsoenkät 2015, som liksom Miljöhälso-rapporten tas fram av Institutet för Miljömedicin vid Karolinska institutet.

Lagstiftning har bidragit till att minska exponeringen av andras tobaksrök på till exempel arbetsplatser och serveringar. Man beräknar ändå att den orsakar cirka 80 fall av hjärt-kärlsjukdom per år, samt ett fåtal lungcancerfall.

Förutom att drabbas av livshotande sjukdomar bidrar passiv rökning även till andra besvär, bland annat i luftvägar och ögon. En betydande del av svenska folket besväras av allergi eller annan överkänslighet och upplever sin rörlighet i samhället begränsad av tobaksrök, parfym och andra starka dofter. Barn är särskilt känsliga och de har av naturliga skäl svårare än vuxna att skydda sig. Försämring av astma och upprepad öroninflammation är inte ovanlig.

## Snabba effekter av rökförbud

Erfarenheterna av rökfria miljöer har visat att de ger snabba hälsovinster.

I Sverige fick rökförbudet inne på restaurangerna 2005 snabbt positiva effekter på personalens hälsa. Redan efter fyra månader minskade luftvägssymtomen kraftigt och på ett år halverades de symptom från luftvägar och slemhinnor som förekom innan serveringslokalerna blev rökfria. Det visade en nationell undersökning som genomfördes på nio orter.

Kalifornien var 1995 först i världen med rökförbud på restauranger. Tre år senare infördes förbud även på barer och nattklubbar. En undersökning bland restauranganställda där visade bland annat att lungkapaciteten hade förbättrats efter rökförbudet. Dödsfallen i hjärtsjukdomar bland befolkningen minskade med 13 procent efter nio år med delstatens omfattande tobakslagstiftning. Liknande resultat har sedan dess redovisats i flera länder.

## Många vill ha rökfritt även utomhus

De positiva erfarenheterna av rökfria inomhuslokaler har lett till ett ökande stöd för rökfria utomhusmiljöer, särskilt där det ofta samlas många människor. En undersökning som företaget SKOP gjorde 2014 på uppdrag av Folkhälsomyndigheten visade att i Sverige ville 85 procent ha rökfria entréer till köpcentra, sjukhus och andra allmänna byggnader. 61 procent förordade rökfria lekplatser och badplatser, 70 procent ville ha rökfritt på hållplatser för kollektivtrafik medan 61 procent stödde rökfritt på uteserveringar. Tusen personer deltog i undersökningen.



FOTO: SHUTTERSTOCK

Två år senare, då SOM-institutet vid Göteborgs universitet genomförde en undersökning i samarbete med Tobaksfakta, hade stödet vuxit. 74 procent ville ha rökfria utomhusserveringar, 83 procent rökförbud vid entréer till offentliga byggnader, 79 procent rökfria hållplatser och järnvägsperonger, 92 procent rökfria lekplatser, och 66 procent ville ha rökfria balkonger i flerfamiljshus

## Rökfritt utomhus skyddar anställda

Införandet av rökfria uteserveringar är – precis som införandet av rökfria inomhusserveringar 2005 – först och främst till för att skydda personalen som annars måste arbeta bland rökande gäster.

En svensk studie från 2010 visade att fem av sex anställda på uteserveringar i Stockholm exponerades för nikotin på, eller över, den nivå som i flera studier har bedömts som hälsofarlig.

Enligt andra studier utsätts de som sitter i närheten när personer röker på exempelvis en uteservering ofta för minst lika mycket farlig tobaksrök som i en inomhuslokal där folk röker.

”Vi blev förvånade när vi upptäckte att exponeringen utomhus för rök från en rökare i närheten var jämförbar med genomsnittet för den rök vi tidigare mätt inomhus i en rökig taverna”, skriver en av forskarna i en omfattande studie från 2007 om passiv rökning vid Stanforduniversitetet i Kalifornien.

En studie på fem trottoarkaféer med många rökare i Helsingfors 2003 visade att luftföroreningarna på kaféerna var 5–20 gånger högre än på trottoarer vid

gator där det var livlig trafik med personbilar, bussar och lastbilar.

En annan rapport visade att halten av giftiga partiklar kan vara 50 gånger högre för den som sitter in till en rökare på en uteservering än i den omgivande luften på lite avstånd.

Kontrollerade experiment har visat att det vid entréer där folk står och röker är minst lika höga halter giftiga partiklar som i en rökfylld inomhuslokal. I Köpenhamn undersöktes luften utanför en konferenslokal där 18 personer under en halvtimme kom ut och rökte under ett utskjutande tak. Partikelhalten visade sig vara dubbelt så stor där som på rökiga inomhusserveringar.

## Vanliga rökfria utomhusmiljöer – utomlands och i Sverige

### Platser där barn vistas

Om barn utsätts för tobaksrök är detta särskilt riskabelt för deras växande kroppar. Därför har rökförbud införts på lekplatser och vid andra platser för barn. Sådana rökförbud finns idag i ett 80-tal länder. Det är också viktigt att det på marken inte finns cigarettfimpar och snusprillor som kan förgifta barnen. Från 1 juli 2019 gäller i Sverige rökförbud i lekparker som allmänheten har tillträde till.

### Entréer

I många länder finns nu buffertzoner vid entréer till offentliga byggnader och flerfamiljshus. Det kan vara rökfritt från fyra till tio meter från entréer eller luftintag till byggnaderna. I Kalifornien är det sedan 1 januari 2004 förbjudet att röka inom sex meter från entréer eller fönster till byggnader som ägs av det allmänna.

I Sverige blir det första juli 2019 rökfritt vid entréer till lokaler och andra utrymmen som omfattas av rökförbud till exempel entréer till restauranger, järnvägsstationer och lokaler för hälso- och sjukvård. Det anges inte i lagen hur stort område vid entrén som omfattas av rökförbud, men av propositionen kan utläsas att det bör gälla åtminstone inom ett par meters avstånd från entrén.



FOTO: SHUTTERSTOCK

### Busshållplatser, tågplattformar med mera

Det är allt vanligare att busshållplatser, järnvägsplattformar och taxistationer är rökfria med buffertzoner runt omkring.

Från 1 juli 2019 är det rökförbud på dessa platser även i Sverige. Storstockholms Lokaltrafik, SL, beslutade om rökfria plattformar redan 2015.

### Uteserveringar

I ett ökande antal länder har delstatliga myndigheter, län och kommuner infört eller beslutat att införa rökfria uteserveringar. Skälet är att skydda personalen från tobaksrök och göra det möjligt även för personer som far illa av röken att kunna äta på uteserveringar.

I Kanada har två delstater liksom flera stora städer, infört rökfria uteserveringar. I huvudstaden Ottawa gäller ett sådant rökförbud sedan april 2012.

I USA förbjöd 130 kommuner i januari 2014 rökfria matserveringar och barer utomhus, medan 272 kommuner förbjöd rökning enbart på matserveringar utomhus. På delstatsnivå finns stater med helt rökfria utomhusserveringar och stater med förbud enbart där mat serveras utomhus.

I Australien har den folkrikaste delstaten Nya Sydwalet, med storstaden Sydney, rökfria uteserveringar från och med juli 2015. Delstaterna Queensland, Tasmanien och Västaustralien har rökfria uteserveringar med vissa undantag. Victoria, med storstaden Melbourne, införde rökfria uteserveringar i augusti 2017. Flera rökfria uteserveringar finns i ett antal mindre städer i Australien.

## Parker

Närmare 1 000 kommuner i USA har rökförbud i parkerna, bland dem de två största städerna, Los Angeles och New York city. Då räknas inte de kommuner som har rökförbud men tillåter rökning på begränsade markerade områden i parkerna. En delstat, Oklahoma, har infört rökfritt i parkerna, liksom det självstyrande Puerto Rico.

I Kanada har några städer, som Vancouver och Edmonton, förbjudit rökning i parker. Skälet är att parkerna används av många människor för rekreation och sociala aktiviteter. Även miljöhänsyn spelar in. Man vill inte ha fimpsskräp som lekande barn kan stoppa i munnen och som skadar djur och natur. Rökfria parker förebygger dessutom bränder.

I Sverige är det fortfarande tillåtet att röka i parker.

## Badstränder

Rökfria badstränder finns på flera håll i världen, till exempel i Australien, Hongkong, Japan, Italien, Polen, Portugal, Thailand, Storbritannien, Spanien och Frankrike.

Över 300 stränder i USA är rökfria. I Thailand har de 24 mest populära badstränderna i 15 olika provinser rökfritt och brott mot förbudet kan leda till böter eller fängelse. Den åtta kilometer långa stranden Bibione beach utanför Venedig, Italiens fjärde mest besökta strand, blir landets första helt rökfria strand sommaren 2019.

Förbuden gäller stränder där många människor samlas och passiv rökning kan bli besvärande. Även här finns miljöhänsyn. Cigarettfimpar dominerar i avfallet från stränderna, barn och djur kan få fimpar i sig och kemikalierna i fimparna skadar livet i havet.

I Sverige är det fortfarande tillåtet att röka på badstränderna. Dock har minst tre kommuner infört rökfritt på kommunala badplatser: Karlshamn, Oskarshamn och Norrköping.

## Idrottsarenor

På flera håll i världen är det rökfritt på idrottsarenor, bland annat är det på många håll i Australien förbjudet att röka i anslutning till idrottsarenor – på en del ställen är det beslutat av det lokala styret, på andra håll är det frivilligt.

I Sverige gäller rökfrihet på inhägnade anläggningar som till största del används för idrott från 1 juli 2019.

---

## Källor

*Utredning om framtida rökfria miljöer på allmänna platser – i synnerhet där barn vistas.* Folkhälsomyndigheten, 2014.

*En översyn av tobakslagen/Nya steg mot ett minskat tobaksbruk (SOU 2016:14).*

Larsson M., Boëthius G., Axelsson S. & Montgomery SM. *Exposure to environmental tobacco smoke and health effects among hospitality workers in Sweden – before and after the implementation of a smoke-free law.* Scand. J. Work Environ. Health, 2008 Aug;34(4):267–277.

*Kompletterande rapport till Statens folkhälsoinstitut Om passiv rökning på allmänna platser – exponering och attityder.* September 2013. SKOP-Research.

*Attityder till tobaksförebyggande arbete.* SOM-rapport nr 2016:19.

*Miljöhälsorapport 2017,* Folkhälsomyndigheten.