

HEILSA

Tað er ikki »snúsfornuftugt«

Snús er eitt vánaligt alternativ til sigarettina, og roykir tú ikki, kann snúsið saktans slóða vegin fyri sigarettini. Snús er nevniliga minst líka so vanabindandi sum royking

Vilmund Jacobsen

Fyri umleið tveimum árum síðan vístu danskar kanningar, at trý prosent av dønum hava roynt snús, men minni enn eitt hálv prosent brúka tað.

Nýtslan av snúsi í Danmark hevur verið so lítil, at danska krabbameinsfelagið hevur ikki hildið, at snús er ein veruligur trupulleiki.

– Nýtslan av snúsi er lítil, og tað er mest í ávísum bólkum, at snúsað verður, eitt nú innan ishockey ella ísbóltleik.

Tað hevur Niels Them Kjær, verkætlanarleiðari hjá danska krabbameinsfelagnum, sagt.

Hann heldur, at danir í ávísan mun fáa íblástur frá svium og finnum, sum gera nógv burtur úr snúsi og ísbóltleiki.

Ein rímliga nýggj norsk kanning vísir, at heili 19 prosent av teimum ungu (16-24 ár) snúsa hvønn dag.

Men, snús bjargar tær ikki frá at fáa krabbamein, tí snús kann eitt nú føra til krabbamein í brisinum ella búkspýttkertlinum, sum er meira deyðiligt enn lungnakrabbí.

Umleið 1000 danir fáa krabbamein í brisið á hvørjum ári, og her liva bara fyra prosent av kvinnum og fimm prosent av monnum eftir fimm árum.

Veksandi í Danmark

Bæði ungir og eldri svíar hava snúsað í nógv ár, og snús liggur í øllum ICA-matvøruhandlumi í Svøríki.

At snús nú eisini er blivið eitt »trend« í Danmark er rættiliga nýtt, og tað eru serliga tey ungu, sum keypa og brúka snús.

Sambært árligu roykikanningini hjá danska Heilsustýrinum var tað bert ein lítil partur av unga fólkinum yvir 15 ár, sum dagliga snúsaðu í 2015. Tá varð sagt, at talan var um 0,4 prosent sum snúsaðu. Men, nógv bendir á, at hetta tal er vaksið seinasta árið. Ábendingar eru nevniliga um, at snús er í stórum vøkstri millum tey ungu í Danmark.

Ein frágreiðing um, hví snús vindur upp á seg, kann vera, at tað er vorðið so trupult at vera roykjari, tí tað er so nógvastaðni, har fólk ikki sleppa at roykja.

Tað er ikki loyvt at selja snús í Danmark. Kortini kann vøran keypast nógvastaðni kring um í

kioskunum. Men, danir kunnu eisini keypa snús í Svøríki ella Noregi.

Bundin at snúsi

Snús er tubbak í einum lítlum posa, sum verður lagdur millum vørrina og tenninar. Ymiskir smakkir kunnu vera, og hetta fangar ikki minst tey ungu.

Nikotinið í snúsi gevur eina behagiliga prikandi kenslu í kroppinum, og hetta viðførir, at tú gerst bundin.

Snús kann øsa tannhaldið, og her kunnu koma hvítir ella reyðir blettir. Tannhaldið kann tódna so nógv, at tannrótin kemur undan, har snúsið verður lagt. Tú fært eina kuldakenslu í tonnina, og sjálvt um tú tá gevst við at snúsa, veksur tannhaldið ikki aftur.

Eins og sigarettir gera tað, ger snús eisini, at tenninar gerast mislittar.

Svenskt snús setir teg hinvegin bert í ein lítlan ella ongan vanda fyri krabbameini í munninum.

Snús verður goymt í kulda, og lukkutíð vísir tað seg, at kølingin hevur týðning fyri frígeving av krabbameinselvandi evnunum.

Men, brúkar tú snús, sum kemur úr Afrika, Miðeystri, Asiu og Amerika, er vandin fyri krabbameini í munninum størri.

Er ikki vandaleyst

Ein norsk kanning frá 2014 bendir

á, at krabbameinselvandi evnið nitrosamin veksur um vandan fyri krabbameini í brisinum og vælindinum.

Tað eru eisini sannførandi tekin um, at nýtsla av snúsi hjá kvinnum við barn kann føra til lægri burðarvekt, trupulleikar við føðing og deyðføðing.

Ein stór svensk kanning frá 2011 vísir tað sama – at snús ikki er eitt vandaleyst alternativ til royking.

Snús ger teg bundnan at nikotininum, og kanska gerst tú

Snús kann øsa tannhaldið, og her kunnu koma hvítir ella reyðir blettir. Tannhaldið kann tódna so nógv, at tannrótin kemur undan, har snúsið verður lagt. Tú fært eina kuldakenslu í tonnina, og sjálvt um tú tá gevst við at snúsa, veksur tannhaldið ikki aftur. Eins og sigarettir gera tað, ger snús eisini, at tenninar gerast mislittar. Svenskt snús setir teg hinvegin bert í ein lítlan ella ongan vanda fyri krabbameini í munninum. Snús verður goymt í kulda, og lukkutíð vísir tað seg, at kølingin hevur týðning fyri frígeving av krabbameinselvandi evnunum. Men, brúkar tú snús, sum kemur úr Afrika, Miðeystri, Asiu og Amerika, er vandin fyri krabbameini í munninum størri.

enn meira nikotinbundin av snúsi enn sigarettum.

Enn ein trupulleiki við snúsi kann vera, at tú – sum ikki roykjari – líka sum kanst slóða vegin fyri sigarettini við at snúsa.

Snús inniheldur fleiri enn 2500 kemisk evni, eitt nú nikotin, og heili 31 evni í snúsi verða sett í samband við krabbamein. Júst, hvussu nógv nikotin tú fært úr snúsi, veldst um slagið, og hvussu leingi tú hevur snúsið í munninum.

Eins og við royking, verður tú eisini bundin at snúsi.

Keldur: www.helse.dk/dagens.dk