



Tobakksbruk går ned



Å røyke hver dag blir stadig mindre vanlig. I 2014 røykte 13 prosent daglig. Da målingene startet i 1973 var andelen dagligrøykere hele 42 prosent, skriver Statistisk sentralbyrå (SSB) når de publiserer Røykevaner, 2014 den 3. februar.

Nedgangen var lenge kraftigst blant menn, men de siste 15 årene har kvinnene, i likhet med menn, i større grad også stumpet røyken.

Samlet bruk av tobakk går også stadig ned. I 2014 røykte og eller snuste 31 prosent av befolkningen. Tilsvarende tall for 2008 var 36 prosent. Nedgangen skyldes i hovedsak at flere har stumpet den daglige sigaretten. Rundt ni prosent røyker av og til i 2014, og det er samme andel som i 2008. Det har ikke vært noen økning i andelen som bruker snus, skriver SSB. Etter en oppgang de første årene etter at målingen av snusbruk startet i 2008, har andelen ligget på rundt 14 prosent siden 2011.

Det er flest røykere blant personer over 45 år. I aldersgruppen 45-64 år røyker en av fem daglig, og like mange av hvert kjønn.

Snus er vanligst i aldersgruppen 16-24 år. Hver femte i denne aldersgruppen snuser, mens andelen er 16 prosent for gruppen 25-34. Det er fremdeles unge menn som snuser mest. Én av fire unge menn snuser daglig, og én av åtte unge kvinner.

Influensa og smitte

Har du fått årets influensa og lur på hvordan du kan unngå å smitte andre? Folkehelseinstituttet vet råd:

Tiden fra opptak av virus i kroppen til sykdommen bryter ut er vanligvis to dager, men kan variere fra én til tre dager. En smittet person kan antageligvis videreføre sykdommen allerede dagen før symptomene viser seg, og kan være smitteførende i tre til fem dager. En tommelfingerregel er at man er smitteførende så lenge man har feber.

Hosting og nysing er en effektiv måte å spre influensavirus på. Bruk papirlommetørkle når du hoster eller nyser, og vask hendene etterpå. Har du ikke papir kan du nyse eller hoste i albuen.

Hold deg hjemme fra arbeidet til du føler du er frisk nok til å jobbe. Som en grunnregel bør du holde deg hjemme dersom du har feber.

Barn kan gå tilbake til barnehagen når allmenntilstanden tilsier det. Snue og halsonde er vanligvis ikke symptomer på influensa.



På nett

Helserådet

Publikasjonen Helserådet utgis av Helsebiblioteket.no og samler debattinnlegg, informasjon og saksdokumenter til inspirasjon for alle som er interessert i samfunnsmedisin og folkehelse. Nyhetene er hentet fra alle områder, men legger spesielt vekt på det som skjer i kommunehelsetjenesten. Nyhetsbrevene er samlet på Helsebibliotekets sider, og kan også abonneres på i PDF-format.

Helsebibliotekets søketjeneste

Helsebiblioteket har opprettet en ny søketjeneste som skal gi klinikere og beslutningstakere hjelp til å finne oppsummert forskning. Søketjenesten bemannes av bibliotekarer ved Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenesten og Helsedirektoratets bibliotek. Helsebiblioteket bidrar med koordinering av tjenesten og drift av nettsidene.

Her kan en sende inn spørsmål, og bibliotekarene foretar søkene i alle tilgjengelige kilder. Når søket er ferdig, får en melding og et svar som består av lenker til utvalgte kilder som belyser spørsmålene. Søketjenesten oppsummerer ikke forskningen i bearbeidet tekst, men hjelper med å finne kildene.

Du kan også følge oss på sosiale medier.
Navnet er Tannlegetidende