



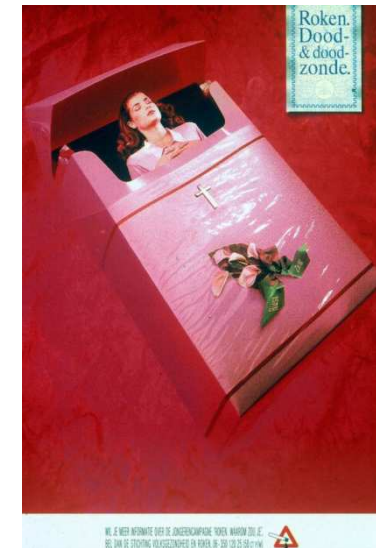
Hur kan man införa rökfri arbetstid och har det någon effekt?

Cecilia Birgersson

Utredare Statens folkhälsoinstitut

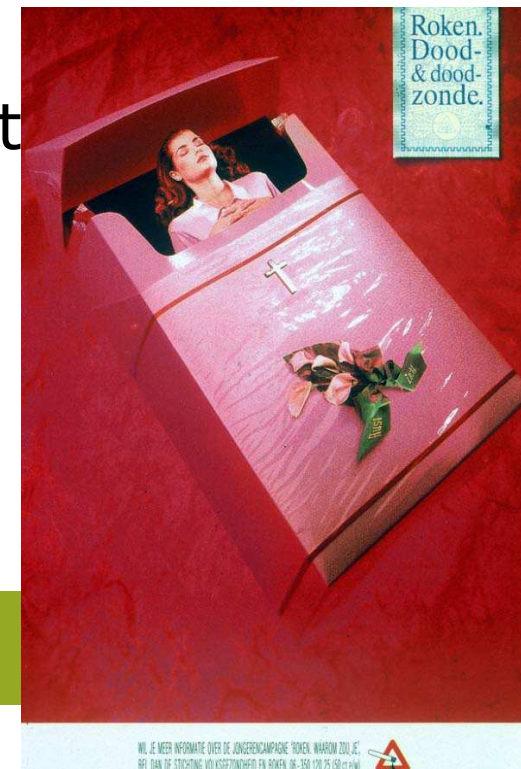
Som arbetsgivare kan man göra skillnad!

- Cirka 18/dag dör av rökning i Sverige
- 1,5 miljoner använder tobak varje dag i Sverige (2011)
- Drygt 28 000 15-åringar röker
- 30 miljarder kostar rökningen per år
- Hälften av alla rökare kommer dö i förtid
- **Står för den största sjukdomsburden –men är åtgärdbar!**



Varför ska arbetsgivaren bry sig?

- Upp till 20 ggr så hög risk för ett 40-tal sjukdomar
- Varannan dör i förtid
- Förkortar livet med i genomsnitt 10 år



De flesta vill sluta

Rökare

- 70-85% vill sluta
- Var tredje vill ha hjälp

Snusare

- Nästan hälften vill sluta
- Var tredje vill ha hjälp



Införa fler rökfria miljöer

- I bostäder där barn bor 86 %
- I och utanför entréer 82 %
- Arbetsplatser på betald arbetstid 80 %
- På balkonger och i trapphus 79 %
- Uteserveringar 73 %
- I kollektivtrafiken 69%

(Källa: Svenskt nätverk för tobaksprevention, 2009)



Tobaksfritt arbetsliv

- Rökfri arbetsmiljö
- Rökfri/tobaksfri arbetstid
- Hjälp att sluta med tobak



Rök/tobaksfri arbetstid –en definition

- Rök/tobaksfri arbetstid innebär att den tid man arbetar eller har paus ska vara rök/tobaksfri
- Lunchen räknas inte in i arbetstiden och är därmed undantagen
- I vissa organisationer tillåts även rökning/snusning efter utstämpling



Landstingens policys



Källa: Statens folkhälsoinstitut (2010) På väg mot tobaksfritt landsting



Hur långt har kommunerna kommit?

- Drygt **176/290** av kommunerna har antingen tagit beslut om eller infört rökfri arbetstid.

(Källa: Tobaksfakta, 2012)



Varför en tobakspolicy?

- **Personalens hälsa!**
- **Arbetsmiljölagen och tobakslagen!**
- **Organisationens framtid!**
- **Etik och goodwill!**
- **Fräschare arbetsmiljö!**
- **Bättre ekonomi!**



Statens folkhälsoinstitut (2010) Tobaksfri kommun.



Viktiga delar i en policy för medarbetarna

- Beslutad av högsta ledning
- att policyn gäller all personal
- att personal, klienter och besökare enbart röker utomhus på väl utmärkta rökplatser
- att rökrum för klienter som finns kvar under en övergångstid är väl ventilerade och stängda nattetid,
- att arbetstiden ska vara rökfri, helst tobaksfri, för personalen

Statens folkhälsoinstitut (2010) Tobaksfri kommun.



Viktiga delar i en policy för medarbetarna

- tobaksfritt **klientmöte**
- att **definiera** vad som menas med arbetsplats
- att personal **inte röker i arbetskläder**
- att anställda erbjuds **hjälp och stöd** för att sluta röka och snusa
- att **subventionera läkemedel** för avvänjning för personal
- att policyn ska nämnas vid **platsannonsering**
- att tobaksbruk ska tas upp i **medarbetar- och utvecklingssamtal**
- att anställda rutinmässigt frågar klienter om tobaksvanor
- att försäljning av tobaksvaror inte förekommer i lokaler
- att policyn ska **följas upp**, anger **vem** som är ansvarig för uppföljningen och **när** uppföljningen ska äga rum.

Statens folkhälsoinstitut (2010) Tobaksfri kommun.



Har det effekt?

- Införandet av helt rökfri arbetsplats bidrar till att andelen rökare minskar med genomsnitt 4 procent.
- De som fortsätter att röka reducerar antalet cigaretter.

Källa: Fichtenberg C M and Glantz S A Effect of smoke - free workplaces on smoking behavior: systematic review (Structured abstract) Centre for Reviews and Dissemination



Totalt arbetskraftskostnad

31 300 kr (tiden för att röka) + 13 700 kr
(sjukdagar) =

45 000 kr / år



Vinst

Om man både inför rökfri arbetstid och hjälper de som vill sluta röka blir besparingen nästan **6 miljoner** eller motsvarande **13 heltidstjänster**



Att tänka på inför att policyn ska föras ut:

- Att det finns stöd för de som vill sluta
- Kommunikationsplan, varför gör vi detta?
- genomförandeplan som bryts ner
- arbetsgrupper och involvera exempelvis friskvårdsinspiratörer att ge informationen om reglerna
- ge information i god tid till alla som kommer att beröras
- att ta fram ett enkelt underlag, ett informationsblad



Synpunkter som ofta kan uppstå och hur dessa kan bemötas

- *"Vad är nästa steg, ska ni förbjuda kakor också"*
- *"Vad jag gör är väl min ensak"*
- *"Om jag inte röker får jag inga pauser"*
- *"De anställda röker ändå på arbetstid"*



Vad kan kommunen spara?

Ett räkneexempel från en medelstor kommun, vad arbetsgivare kan spara på att hjälpa de anställda som vill sluta röka och införa rökfri arbetstid.

- 15 000 invånare har 1 300 anställda.
- 12 procent är dagligrökare, det vill säga 156 personer
- 45 procent vill sluta, det vill säga 70 personer

Om de 70 dagligrökarna som kan beräknas vilja sluta får hjälp skulle kommunen som arbetsgivare spara:

- **13 700 kr/rökare** för sjukdagarna, det vill säga **959 000** kronor per år
- **31 300 kr/rökare** för röktiden, det vill **säga 2 191 000** kronor per år

- sammanlagt över **3 miljoner kronor** per år motsvarande cirka **7 heltidstjänster**
- Enbart att införa rökfri arbetstid skulle spara nästan **5 miljoner** eller motsvarande **11 heltidstjänster**
- Om man både inför rökfri arbetstid och hjälper de som vill sluta röka blir besparingen nästan **6 miljoner** eller motsvarande **13 heltidstjänster**



Till dem som vill sluta

- Stöd dem som vill sluta
- Det finns effektiva metoder
 - Kort rådgivning
 - Sluta-röka-linjen
 - Tobaksavvänjning
 - Läkemedel bör erbjudas



Läs mer...

- *Tobaksfritt arbetsliv*
- *Tobaksfri kommun*
- *På väg mot tobaksfritt landsting*
- *SKL:s kartläggning*



Tack för mig!

Cecilia Birgersson
Utredare tobaksprevention
063-199668
cecilia.birgersson@fhi.se

