

# Røyken kan skade barnet

Det er kjent at røyking under graviditet kan få alvorlige konsekvenser for barnet under og etter svangerskapet. Hva er det med sigarettøyk som er så farlig og hva skal til for at kvinner stumper røyken når de blir gravide?

Tekst: Kristiane Myckland

Mors røyking i svangerskapet kan få alvorlige konsekvenser for fosteret som lav fødselsvekt, spontanabort og død-fødsel. Etter fødsel ser man sammenheng mellom fosterets eksponering for røyk og adferdsproblematikk som ADHD og ulike luftveislidelser. Trenden er imidlertid positiv - antall røykende gravide synker stadig. Likevel viser fersk statistikk fra medisinsk fødselsregister at nesten 10% av alle gravide kvinner røyker daglig eller av og til i løpet av svangerskapet.

## Sterk dokumentasjon

Per Meinich, visepresident i Den norske lægeförening og medlem av Nasjonalt råd for tobakksforebygging understreker at skadene ved røyking under svangerskapet er godt dokumenterte. - Barna har lavere fødselsvekt, fødes oftere for tidlig, det er større risiko for at barnet dør i perioden rundt fødselen og risikoen for misdannelser øker, sier Meinich. Han trekker også frem astma og andre luftveisplager som mulige konsekvenser når barnet blir eldre. Det er avgjørende hvor mye mor røyker,

jo flere sigaretter om dagen, jo verre. Lege ved Rettsmedisinsk institutt, Torleiv Ole Rognum har jobbet innen krybbedøsfeltet i en årrekke og har bl. a forsket på virkningene av tobakksrøyk. - Forskning viser at farligheten er doseavhengig, påpeker Rognum, og sier videre at risikoen for å miste barnet i krybbedød øker med antall sigaretter og er størst for stor-røykere (= 20 sigaretter per dag).

## Redusert oksygentilførsel

Hva er det med sigarettøyking som er så farlig? Vi har spurt Rognum: *Hva skjer egentlig rent fysiologisk når den gravide kvinnen tar seg en røyk?*

- Nikotin har virkning på viktige sentre i hjernen og nervesystem, bl.a. pustesenteret. Ved røyking vil en del av mors røde blodlegemer bli opptatt med å transportere kullos istedenfor oksygen. Hos stor-røykere kan så mye som 5% av blodfargestoffet være bundet til kullos. Det gjør at barnet tilføres mindre oksygen gjennom morkaken enn om mor ikke hadde røkt. Det er påvist sammenheng mellom arr i hjernestammen hos krybbedødfre og mors røyking under



Per Meinich i Nasjonalt råd for tobakksforebygging er klar i sin tale - røyken skader barnet ditt.



Bildet er hentet fra «Røykfri graviditet», utgitt av Sosial- og helsedirektoratet.

svangerskapet (Hanne Storm et al), forteller Rognum. - Arrene kan tenkes å representere oksygenmangelepisoder under svangerskapet. Sammentrekning av blodkarene som følge av røyking er også skadelig fordi det påvirker fosterets egen blodsirkulasjon negativt, legger Meinich til. Som medlem av Nasjonalt råd for tobakksforebygging jobber han med å forebygge tobakksbruk i befolkningen, og han er klar i sin tale: - Når mor røyker, røyker også fosteret!

### Røykfritt miljø det beste

Mange slutter å røyke når de blir gravide, men begynner igjen etter barnet er født. Dette er noe ekspertene fraråder. - Passiv røyking er usunt for alle, men spesielt skadelig for barn. Vi vet at røyking gir dårligere inneklime, økt sykkelighet, luftveisinfeksjoner og kan framskynde astma/allergi, sier Meinich. Han mener at barn har krav på å få vokse opp i et røykfritt miljø.

Røyking anses i dag som en mulig utløsende faktor for krybbedød. Det er økt risiko for krybbedød dersom mor (og far) røyker etter at barnet er født, sier Rognum og nevner spesielt en uheldig kombinasjon: - Mange uavhengige forskningsgrupper har vist at samsoving med røykende foreldre øker risikoen for krybbedød. Noen mener at den økte risikoen for krybbedød ved samsoving utelukkende skyldes røyking. Dette er omstridt. En studie av Carpenter et al, viser at samsoving også med ikke-røykende foreldre, betyr økt risiko for krybbedød hos spedbarn de første åtte ukene etter fødselen. Siste ord er altså ikke sagt, konkluderer Rognum. Ved Rettsmedisinsk institutt og Folkehelse-

instituttet pågår for tiden en studie støttet av Landsforeningen, der man ønsker å avklare spørsmålet om røyking og samsoving ved å måle et nedbrytningsprodukt fra nikotin i hjerteposevæske fra krybbedødsfore. Dersom røyking alene har vært den avgjørende risikofaktoren, burde man finne nikotinnedbrytningsproduktet i alle de barn som ble funnet død i seng med foreldre, forklarer Rognum.

Japan har lenge operert med en svært lav krybbedødsrate, men de siste årene har antall krybbedøde i Japan steget – i motsetning til resten av verden hvor krybbedødstallene er stabilt lave. Ekspertene assosierer denne økningen med en rekke endringer som har funnet sted i det japanske samfunnet de siste årene, bl.a endrete røykevaner i befolkningen. Stadig flere japanske kvinner begynner å røyke og man setter dette i sammenheng og den dystre utviklingen.

### Hvordan få gravide til å slutte røyken?

En omfattende problemstilling innen helsefremmende forebyggende arbeid er hvordan man skal lykkes i å få befolkningen til å endre adferd, med økt helsegevinst for øye. Nyere studier innen påvirkning- og overtalelsesteori viser at skremselspropaganda virkelig hjelper. Det er imidlertid flere faktorer som må være tilstede under påvirkningen for at budskapet når frem hos mottager og for at mottaker endrer adferd (slutter å røyke). Blant annet må budskapet ha personlig relevans for mottager og hun må føle at det faktisk er mulig å nå målet.

### Hva tror dere må til for at kvinner slutter å røyke når de blir gravide?

- Ja, den som visste det!, utbryter

Meinich. Han forteller at man vet i alle fall at holdningsskapende arbeid direkte rettet mot gravide har effekt. - Det er viktig at helsepersonell i møtet med kvinnen minner om farene ved å røyke. Selv en kort setning har effekt, samtaler er enda bedre, og et oppfølgningsystem med for eksempel røyketelefonen har dokumentert god effekt dersom kvinnen er motivert. Ingen mor ønsker i utgangspunktet å påføre sitt barn skade, derfor må gravide oppmuntres til å slutte, påpeker Meinich, før han avslutter med en oppfordring til at også vordende barnefedre må få hjelp til å slutte å røyke.

- Røyking er ofte en parting - skal mamma greie å slutte må pappa være med på røykesluttan han også!

Rognum har heller ingen konkluderende svar - Dette er et 10 000 kroners spørsmål! Informasjonsarbeid og bevisstgjøring kan være veien å gå, sier han, og bruker Landsforeningens australske søsterorganisasjon som eksempel. De har startet en aksjon kalt "Kids against SIDS" med det formål å nå barn og unge med informasjon og holdningsskapende arbeid før de begynner å røyke i 12 -13 års alderen.

### Skyldfølelse

Vi vet at det kan være mye skyldfølelse knyttet til røyking i svangerskapet. Dette gjør at det er vanskelig å snakke om røyking, særlig overfor de som faktisk har opplevd å miste et barn. Vi har full forståelse for at dette kan være "tøff lesning". Like fullt vet vi at røyking er en velkjent risikofaktor for dødsfall under og etter svangerskap. Formidling av forebyggende kunnskap er derfor viktig for Landsforeningen slik at nye barnedødsfall kan forhindres.



Vi har ingen barn å miste



LANDSFØRINGEN  
UVENTET BARNEDØD



Libero samarbeider med Landsforeningen uventet barnedød om formidling av informasjon til nybakte foreldre om risikofaktorene ved krybbedød. Vi gir gratis bomullsbodier med påskriften «Denne siden opp når jeg sover» som helsepersonell deler ut til mødre på alle landets fødeavdelinger. Libero har dessuten i over 10 år støttet forskningsprosjekter ved Rikshospitalets barneklinnikk og har gjennom Libero Fondet hittil gitt over en million kroner til forskning øremerket nyfødtmedisin.

**Libero tar ansvar**

**Libero**

www.libero.no