

Aksent

ET MAGASIN FRA IOGT I NORGE - NR 4 - 2024



- MYE BRA I RUSMIDDEL- FELTET, MEN MANGE HULL MÅ TETTES

sier statssekretær Ellen Rønning-Arnesen

ØKT BRUK AV TOBAKKSFRIE NIKOTINPRODUKTER BEKYMNER

Kreftforeningen gjest i IOGTs podcast

BLÅLYS OG KOKAIN

Ronny Rene Raveens bok
selger godt nå før jul.



Hvit jul landet rundt

Hvit jul-kampanjen har vært i gang hele november og desember. Når dette skrives har nesten 6000 skrevet under på at de ikke skal drikke alkohol når de er sammen med barn i julehelgen, og det er planlagt over 100 stands rundt om i landet.

Årlig kampanje

IOGT har drevet kampanjen i mange år. Ved å oppfordre voksne til å signere på hvitjul.no, forplikter de seg til å være edru når de feirer jul sammen med barn. Dette bidrar til å skape et tryggere miljø for de minste i en tid som skal være preget av glede og samvær.

Frivillige spiller en avgjørende rolle i kampanjen. Over hele landet har engasjerte personer bidratt ved å arrangere stands, dele informasjon i sosiale medier og legge flyers og reflekser med Hvit jul-maskoten Peppe i postkasser. Denne innsatsen er avgjørende for å nå ut til et bredt publikum og øke bevisstheten rundt viktigheten av en alkoholfri julefeiring for barn.

For å støtte de frivillige har kampanjeledelsen arrangert samlinger hvor deltakerne kan dele erfaringer og få samtaletips. Foruten det holder man kontakten på grupper i Messenger Slike samlinger har vært viktige for å opprettholde engasjementet og sikre at alle frivillige føler seg godt informert og motivert.

Støtte fra ordførere

Hvit jul-kampanjen har også fått støtte fra flere forbilder som har stilt opp for å fremme budskapet. Blant annet familie- og barneminister Kjersti Tipping og biskopkandidat i Oslo, Sunniva Gylver. En rekke ordførere rundt om i landet har også skrevet under på kampanjens budskap. Deres deltakelse har bidratt til å øke kampanjens synlighet og nå ut til enda flere mennesker.

Hvit jul-kampanjen er en årlig kampanje, som kommer tilbake i 2025. Gjennom felles innsats kan vi alle bidra til å skape en høytid hvor barn kan føle seg trygge og ivaretatt, omgitt av edru og nærværende voksne.



Frivillige IOGT-ere sørget for at 15 000 konvolutter ble pakket og sendt ut ved kampanjestart.



Signer
hvitjul.no
og bidra til å skape
et tryggere miljø
for de minste



Reisefølget slapper av i Napoli.

IOGT i Italia: En reise i smak, kultur og fellesskap

I september reiste 30 engasjerte IOGT-medlemmer til Italia for en uforglemmelig opplevelse fylt med smak, kultur og historie.

Oliven og druer i Solopaca

I den vakre landsbyen Solopaca fikk dei æren av å bli invitert inn i det historiske kommunehuset fra 1899 for et kurs i olivenolje. Giovanni og Nils Johan fra Uliveti Noreg - lærte oss om olivenlundene, og de fikk prøve seg som olivenkjennere. Besøket på en lokal olivenlund ble krydret med en tur til nabogården, der vi smakte på druer av en kvalitet som overgår det meste. Senere på turen ble det både pastalaging og osteproduksjon,

Historiske perler og fascinerende møter

Historien fikk også sitt. Utforskningen av Pompeii var som å gå tilbake i tid. I den lille landsbyen Cusano Mutri fikk dei møte en 82 år gammel ingeniør som delte historier om byens rike historie og den nye kirken, bygget over en eldre fra 600-tallet.

Besøket i The Flavian

Amphitheatre i Pozzuoli var en annen historisk milepæl. Denne storslåtte arenaen, som en gang rommet opptil 50 000 mennesker, bød på fascinerende detaljer om romersk ingeniørkunst og martyrhistorier fra tidlig kristen tid.

Napoli – kaosets sjarm

Turen ble avsluttet i Napoli. Med kaotisk trafikk, sjarmfulle smale smug og den evige tilstedeværelsen av fotballegenden Maradona, fant de seg godt til rette i byens energi. Overraskelser lurte rundt hvert hjørne – fra vakre kirker til små, lokale perler.

En ferie å minnes

Turen ble avrundet med en herlig lunsj på Mar Limone før dei satte kursen tilbake til Roma og flyplassen. Med seg hjem tar vi minner om en ferie som bød på fellesskap, glede, lærdom og smaker vi sent vil glemme.

Det planlegges en ny tur til Italia i 2025 som vi vil fortelle mer om i neste nummer av Aksept.

Regjeringens rusreform er et skritt i riktig retning

Regjeringen har lagt fram første del av sin forebyggings- og behandlingsreform. Den er et svar på rusreformen til Solberg-regjeringen, som ble nedstemt i forrige periode. Det var en helsereform uten helseinnhold, og uten noen overordnede mål for politikken foruten å avkriminalisere narkotika. IOGTs holdning var og er klar: Vi trenger mer og bedre forebygging, ikke lettere tilgang til rusmidler.

Tydelig narkotikaforbud

Denne rusreformen peker i riktig retning. Et overordnede mål er å redusere bruken av rusmidler. Det er et riktig og viktig signal. Et fortsatt forbud bidrar til å gjøre det lettere for unge å si nei og motvirker normalisering av narkotikabruk. Det trenger ikke være noen motsetning mellom dette og å gi hjelp. Tvert imot kan forbudet også gi muligheter for å gripe tidlig inn og gi hjelp før ungdommer eller andre utvikler et problem.

Redusere alkoholbruk

Reformen adresserer hele bredden i rusproblemet – også alkohol. Alkohol står for de største rusutfordringene; 300 000 nordmenn har alkoholrelaterte problemer. Antall dødsfall forårsaket av alkoholbruk er høyere enn både overdosedødsfall og dødsfall i trafikken, uten at dette får samme oppmerksomheten. Reformen legger opp til å styrke tiltakene som begrenser alkoholbruk og redusere skadene knyttet til alkohol.

Konkrete tiltak?

Nå forventer vi at regjeringen går lengre og viser i konkret politikk hvordan vi skal snu en stadig mer liberal alkoholpolitikk i en ansvarlig retning. Og får på plass de nødvendige virkemidlene for at politiet får håndheve narkotikaforbudet og at de som trenger det tidligst mulig får hjelp til å slutte. 2025 blir et spennende år!

Hanne Cecilie Widnes
Generalsekretær IOGT



FORUT-ansatte og innledere under helsekonferansen i Tromsø

BARNES RETT

TIL EN GOD START OG GOD HELSE

IOGTs bistandsorganisasjon, FORUT var en av arrangørene av Global Health Conference 2024 i Tromsø i oktober.

Av Ida Oleanna Hagen, generalsekretær i FORUT

Den tidligere rektoren ved Universitetet i Tromsø og professor i immunologi, Anne Husebekk, viser et bilde av FNs bærekraftsmål nummer 3 på skjermen: «God helse for alle!» «Vi har en lang vei å gå,» sier hun.

Hun peker på den triste realiteten at global helse står overfor sterke motkrefter, som krig, konflikter og kommersielle helsedeterminanter. Det siste gjelder salg av helseskadelige produkter. Vi kommer tilbake til dette.

Slik åpnet Global Health Conference 2024 med den lange tittelen «Ensuring healthy futures for today's children – Emerging trends and Enduring Challenges». Konferansen ble avholdt i Tromsø den siste uken i oktober 2024, arrangert av Universitetet i Tromsø,

Global Health Norway og FORUT. Barns rettigheter og muligheter for en god start i livet og et liv med god helse var et gjennomgående tema i programmet.

Arrangørene kunne presentere et omfattende program med imponerende akademisk deltakelse både fra Norge og internasjonalt.

– For FORUT gir arrangørrollen en mulighet til å belyse noen av temaene og faktorene vi gjennom vårt brede nettverk av folkehelseforkjempere i lav- og mellominntektsland ser som helt nødvendige å adressere innen global helse. Dette gjelder ikke-smittsomme sykdommer (NCDs), spesielt psykisk helse, og særlig risikoen som alkoholbruk utgjør, sa Dr. Eva Braaten, seniorrådgiver i FORUT.

Behovet for læring og kunnskapsdeling på tvers av land og fagfelt var også temaet i åpningsforedraget holdt av professor emerita Johanne Sundby, en veteran innen global helse. Gjennom sin karriere har hun vært opptatt av avkolonisering av global helse og av landene i det globale sørs evne og vilje til å

lage gode rammeverk for kompetente ledere innen global helse i samarbeid med utdannings- og forskningsmiljøer i Norge.

Stemmer fra det globale sør

Å bringe frem stemmer fra det globale sør har vært et viktig mål for FORUTs deltakelse i konferansen.

En slik stemme er Kumar Bhattarai, nylig utnevnt leder i FORUTs partnerorganisasjon CWIN i Nepal. Han ble invitert til konferansen for å presentere CWIN og FORUTs arbeid med å bygge psykisk helse-tjenester i samarbeid med nepalske myndigheter og fagmiljøer i Nepal og Norge.

– Barns psykiske helse, som for et tiår siden var et neglisjert tema, har nå blitt et nasjonalt anliggende, sier Kumar.

– Fra 2015 til i dag har vi hatt mer enn 50 000 barn og unge som har benyttet seg av tjenestene. Mange tusen mennesker i samfunnet for øvrig har blitt gjort oppmerksomme på disse temaene.

Offentlige helsebyråkrater og beslutningstakere har blitt påvirket gjennom lobbyvirksomhet.

– Vår tilnærming til styrking av helse-systemer er i stor grad i tråd med det Verdens helseorganisasjon (WHO) anser som beste praksis for å oppnå universell helsedekning og en helhetlig samfunnsrespons på psykisk helse. Dette krever involvering av ulike institusjoner og organisasjoner, både innenfor og utenfor det offentlige helsesystemet. Dette er imidlertid vanskelig å få til i praksis, sier Kumar og forklarer hvorfor en sivilsamfunnsaktør måtte ta ledelsen på et område som grunnleggende sett burde være et statlig ansvar.

– I et land som vårt er ikke de statlige systemene, inkludert helsetjenestene, særlig i stand til å håndtere nye problemstillinger eller til å svare på faktiske behov. Dette var grunnen til at CWIN måtte trå til og ta ledelsen. Til slutt lyktes vi. Utholdenhet er den kritiske faktoren for suksess, avslutter Kumar i sin presentasjon.

De kommersielle helsedeterminantene

Ikke-smittsomme sykdommer (NCDs), som hjerte- og karsykdommer, kreft og psykiske helseproblemer, fikk mye oppmerksomhet på konferansen.

Professor i folkehelse Mark Petticrew fra London School of Hygiene & Tropical Medicine fokuserte i sitt foredrag på den negative innflytelsen fra globale tobakks-, alkohol-, mat- og fossilindustrien på global helse, spesielt som risikofaktorer for ikke-smittsomme sykdommer, som står for en tredjedel av alle dødsfall i verden.

– De kommersielle aktørene er alltid til stede, men med unntak av tobakksindustrien blir de ikke identifisert, sier Petticrew, og peker på den politiske innflytelsen disse industriene utøver for å forhindre regulering.

Han advarte mot å tro at politisk samarbeid med industrien har helsefordeler; Industrien vil alltid tjene kommersielle interesser, ikke folkehelsen.

Makt som elefanten i rommet

Dr. Gayle Amul, som nylig fullførte sin doktorgrad ved Universitetet i Genève, snakket om makten til alkohol- og tobakksindustrien på Filippinene. Hun påpekte at disse industriene har utøvd sin makt ikke bare gjennom lobbyvirksomhet, men også gjennom markedsutvidelse, markedsføring, innramming av



Kumar Bhattarai fra FORUTs partnerorganisasjon, CWIN i Nepal, innledet om arbeidet med å bygge opp psykisk helse-tjenester i landet.

deres samfunnsansvar i tråd med bærekraftsmålene og offentlig-private partnerskap.

Amul har vært ansatt som rådgiver i FORUTs internasjonale avdeling de siste seks månedene, og er også tilknyttet Ateneo de Manila University som forsker. Hun viste hvordan industriens innflytelse førte til forsinkelser i alkoholkontroll og stagnasjon i tobakkskontroll, og svekket muligheten for omfattende reguleringer som kunne redusere den økende byrden av ikke-smittsomme sykdommer på Filippinene.

En god start på livet

Barns rett til en god start og et liv med god helse er truet. Krig og konflikt, som i Gaza og Ukraina, ble grundig diskutert

på konferansen. Førsteamanuensis Berit Mortensen ved Institutt for sykepleie og helsefremmende arbeid ved Fakultet for helsevitenskap på OsloMet delte sine innsikter om hvordan jordmødre i Gaza kjemper for en god start for Gazas barn – en umulig oppgave i en krigssone der sykehus blir bombet og helsearbeidere drept.

Sikring av barns fremtid var også tema for UNICEF Seniorrådgiver Gagan Gupta, som advarte om at mødre- og barnehelse, barnedødelighet og reproduktiv helse ikke engang er en del av budsjettbevilgningene i mange land, og at det også er store forskjeller innen enkelte land.

Promenaden AS

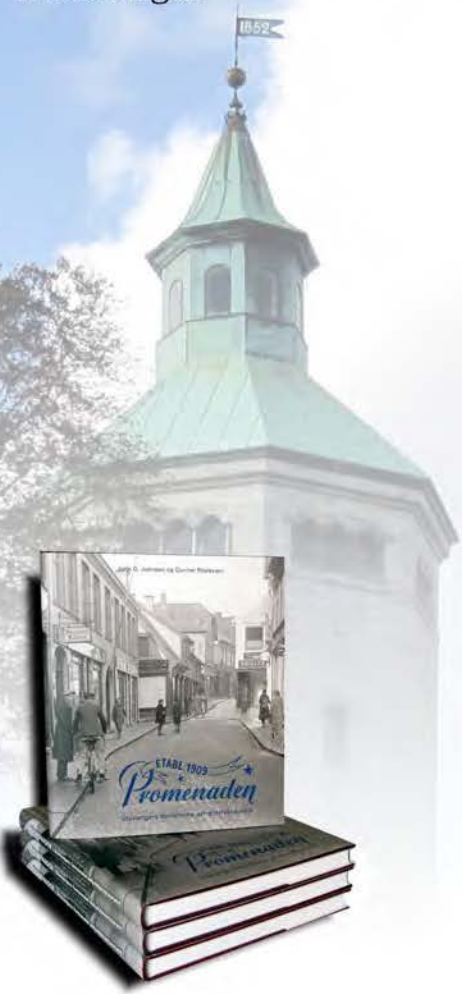
Promenaden AS ble etablert i 1909 og drev restaurant i Kirkegaten 20 i Stavanger.

Restaurantdriften opphørte i åttiårene, men selskapet fortsatte virksomheten som eiendomsselskap.

Promenaden AS eier tre forretningsbygg i Stavanger sentrum. Disse leies ut til butikker og kontorer.

En betydelig andel av overskuddet deles årlig ut til organisasjoner og institusjoner som arbeider mot rus, særlig blant ungdom.

Selskapet har gitt ut flere bøker om avholdsbevegelsens virksomhet i Stavanger.



Selskapets medarbeidere i restaurantlokalet tidlig på nittenhundretallet

FOTO: Hilde Liljeord

TRE ORGANISASJONER BLE TIL EN

– Vilken dag, jeg har rysningar! Idag har vi skrivit historia mina vänner, sa IOGT-NTOs leder Lucas Nilsson da han avsluttet organisasjonens ekstraordinære kongress i Norrköping i slutten av november.

AV JAN TORE EVENSEN

Samler kreftene

Da hadde våre søsterorganisasjoner i Sverige vedtatt å samle voksne, ungdommer og barn under et tak. IOGT-NTO, Ungdommens Nykterhetsförbund (UNF) og Junis skal heretter være en organisasjon. Den fjerde organisasjonen i familien – Nykterhetsrörelsen scoutförbund (speiderne) valgte å si nei, og går dermed videre på egen hånd, selv om man fortsatt ønsker et nært samarbeid.

Riktignok skal beslutningen bekreftes på et landsmøte til i begynnelsen av 2025, men lite tyder på at det vil skje noen endringer mellom nå og da.

Ønsker mer samarbeid

Sammenslåingen er resultatet av en omfattende prosess som har gått i organisasjonene de siste par årene. Mindre inntekter fra lotteriet som i mange år finansierte organisasjonene har ført til nedskjæringer i staben og et press på å bruke midlene mer effektivt. I tillegg har det gjennom flere år vært bekymring for at organisasjonene mer og mer har glidd fra hverandre. Ved å samle seg håper de nå å kunne stå sterkere, at virksomheter blir enklere å drive når man ikke lenger trenger å bry seg om organisasjonsgrenser og også unngå at medlemmer forsvinner ut slik de ofte gjør nå når de er for gamle for Junis eller UNF.

– Et felles forbund gjør oss til en sterkere bevegelse med kraft å nå flere barn, unge og voksne med virksomhet som gjør en forskjell, sier Lucas Nilsson etter kongressen. Sammen blir vi også en sterkere stemme i samfunnsdebatten.

Ikke et strukturproblem

Det har imidlertid også vært motstemmer i debatten. Flere har vært bekymret for at man forsøker å løse problemer som handler mer om virksomhet eller ideologi med strukturendringer. Og at et fokus på interne prosesser og strukturer kan komme på bekostning av det faktiske arbeidet som må gjøres, særlig i en tid hvor mange av de alkoholpolitiske virkemidlene er under et sterkt press.

En av delegatene på kongressen sa det slik at «Hver gang det kommer en alkoholpolitisk utfordring, så om-organiserer avholdsbevegelsen seg. En annen var opptatt av at forandringen måtte komme nedenfra, og at forslaget var som å bygge et hus med taket først, mens andre var klare på at gulvet finnes, og at det nettopp var taket og sterkere samarbeid sentralt som det nå var viktig å gjøre noe med.

Plass til ungdommer

Vedtakene om sammenslåing ble gjort med klare flertall i alle organisasjonene. En av utfordringene som debatten før kongressen handlet om var ungdommenes plass i den nye organisasjonen. Argumentasjonen for et eget ungdomsforbund har vært at ungdommer må få lov til å styre seg selv, og ikke risikere å bli overkjørt av mer erfarne voksne IOGTere. Løsningen ble å vedtektsfeste at minst 25 prosent av alle styrer og landsmøteforsamlinger skal bestå av unge under 25 år. Gruppen får også mulighet til å ha en egen ungdomskomite som kan komme med innspill til planarbeidet i organisasjonen, og om et klart flertall av ungdommene er enig vil de også ha veto på alle beslutninger som gjøres på landsmøtet. Denne muligheten til å ha påvirkning på alt arbeidet i bevegelsen og få mindre administrasjon var viktige grunner til at ungdommene i UNF til sist sa ja.



Lucas Nilsson, leder for IOGT-NTO

Må vente på nytt navn

Hva den nye organisasjonen skal hete kom imidlertid ikke kongressen frem til. IOGT-NTO var opprinnelig et midlertidig navn som ble valgt da IOGT og NTO gikk sammen i 1970. Det midlertidige navnet har vært i 54 år, og i enda et år må organisasjonen leve med å vente.

Organisasjonen skal til det første landsmøtet eller riksmøtet bruke de gamle navnene, mens man i formelle dokumenter skal hete Nya Nykterhetsrörelsen. De to navnene som fikk størst støtte i Norrköping var Nykra, som var forslaget fra forbundsstyrene og Nykterhetsrörelsen Nova, som kom sterkt i innspurten av prosessen. Både UNF og speiderforbundet gikk for det siste, mens IOGT-NTO og Junis var mer delt.

Organisasjonene går nå videre, og i løpet av 2025 vil alle de praktiske detaljene komme på plass for å få til en endelig sammenslåing. Blant annet må man nå lage en ny distriktstruktur som skal erstatte de 62 distriktene som organisasjonene til sammen har.

Forebyggings- og behandlingsreformen:

VIL TETTE HULL OG SKAPE MER HELHET

Regjeringens lenge ventede forebyggings- og behandlingsreform ble lagt frem i november.

TEKST: SIDSEL SKOTLAND

Ei utredning av framtidens rusmiddel- og avhengighetsbehandling og et nasjonalt program for rusforebyggende arbeid blant barn og unge, er kanskje de viktigste punktene i regjeringens nye Forebyggings- og behandlingsreform del 1.

– Da vi begynte å arbeide med denne reformen så vi at det var et stort behov for et utvalg som kunne samle kunnskapen om rusmiddelfeltet og rusmiddelbehandling. Jeg tror mye av uroen vi ser rundt anbudsprosessen til Helse Sør-Øst nå (se egen sak side 28) handler om at det er mye i dette fagfeltet som er uklart, sier statssekretær i Helse- og omsorgsdepartementet (HOD) Ellen Rønning-Arnesen som vi har fått en lang prat med i forbindelse med lanseringen av meldinga.

Vil ha oversikt over kunnskap

Departementet er ikke ferdig med mandatet til dette offentlige utvalget, men tanken er at det blant annet skal gjøre en gjennomgang av kunnskapsgrunnlaget innen behandling av rusmiddel- og avhengighetslidelser så personer med rusmiddelproblemer og familiene deres skal få et behandlingstilbud med god kvalitet. Det skal også finne ut av hvordan oppgave- og funksjonsfordelinga og samhandlinga mellom ulike nivåer og aktører i feltet, kan bli mest optimal. Utvalget skal også utrede videre utvikling av Legemiddelasistert rehabilitering (LAR). Regjeringa mener at den manglende oversikten over kunnskap gjør det utfordrende å avgjøre hvilken kompetanse det er behov for og på hvilket nivå behandling bør gis. Den mener også at det er mye som tyder på at intervensjoner og behandling som virker, i for liten grad tas i bruk.

Utvalgsmedlemmene har ikke blitt oppnevnt ennå, men Rønning-Arnesen håper at dette vil komme fort på plass så arbeidet kan starte veldig snart.

Forebyggingsprogram for barn og unge

Det var 25. oktober regjeringa la fram det som, mens vi venta, ble omtalt som

Forebyggings- og behandlingsreformen, men som nå heter «Stortingsmelding nr. 5 -Trygghet, fellesskap og verdighet – Forebyggings- og behandlingsreformen for rusfeltet Del I – en ny politikk for forebygging, skadereduksjon og behandling».

Da regjeringa tiltrådte for tre år sia, like etter at Stortinget, med AP og SPs stemmer, stemte ned rusreformen til den forrige regjeringa, varsla de at de kjapt skulle få på plass sin egen reform. Den var allerede godt på overtid i fjor høst, og kom altså først denne høsten. Hvorfor det har tatt så lang tid er det vanskelig å få helt grepet på. Når vi spør svarer Rønning-Arnesen at det handla om «forankringsprosesser og det å få en så god melding som mulig».

Men hun understreker at de har levert underveis – for eksempel forslaget til det nasjonale programmet for rusforebyggende arbeid blant barn og unge. Det kom i mars i år og kommer til å bli satt i gang sjøl om Stortinget skulle komme til å stemme ned rusreformen til denne regjeringa også. Programmet skal forebygge rusmiddelbruk blant barn og unge og begrense skadene av rusmiddelbruk. Dette skal gjøres «gjennom å implementere kunnskapsbaserte verktøy og metodikk hos aktører med ansvar for rusforebygging» som det står det i meldinga.

Vil avvike dårlige forebyggingstiltak

Utvalget som har skrevet forslaget, nevner noen områder der kunnskapsgrunnlaget bør utvikles. Et av dem er avkriminalisering av besittelse og bruk av narkotika.

– Så dere har ikke lagt den problematikken helt vekk likevel?

– Nei. Høyre-regjeringa mente at det

kunnskapsgrunnlaget som forelå var bra nok. Hurdalsplattformen åpner ikke for avkriminalisering.

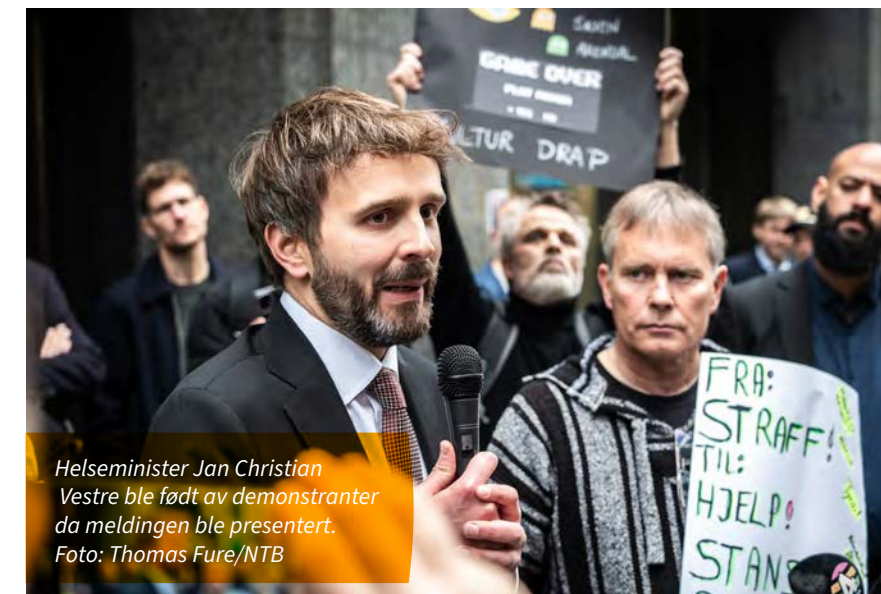
I forslaget blir det også referert til en rapport kalt Review of National Preventive Systems (RePS) som har brukt Norge som pilot for å identifisere gode forebyggingsprosjekter. Den kan melde at en firedel av de tiltaka vi har her til lands er ansett som ikke-kunnskapsbaserte. Det gjelder særlig universelle tiltak, spesielt retta mot skoler, men også mot familier og helsetjenester.

– Vi må gå nøye igjennom denne rapporten for å se hvilke tiltak som pekes ut, og for å se på hva som skal gjøres, forteller statssekretæren. HOD vil avvike de tiltaka som ikke holder mål, eller evaluere dem særskilt for å begrunne eventuell videreføring. Aksept kommer tilbake til denne rapporten i et seinere nummer.

Reform og reform, fru Blom ...

Stortingsmeldinga inneholder ellers gode analyser av rusmiddelfeltet, den er en fin oppsummering av hva som allerede blir gjort, hva som bør gjøres bedre, hva som ikke gjøres, hva som kanskje bør gjøres – og litt om hva nytt som skal gjøres. Den er på en måte en slags oppsummering av alle programmer, planer og strategier som allerede finnes, men hvor intensjonene på langt nær er oppfylt. Er det da dekning for å kalle dette en reform, spør vi. Kunne man ikke heller brukt disse ressursene til å oppfylle intensjonene i de programmene, planene og strategiene som allerede finnes?

– Ja, jeg vil si at det er riktig å kalle dette en reform, svarer Rønning-Arnesen.



Helseminister Jan Christian Vestre ble født av demonstranter da meldingen ble presentert. Foto: Thomas Fure/NTB

– De seks satsningsområdene (se fakta-boks) viser hvilken retning denne regjeringa ønsker for forebyggings- og behandlingspolitikken.

Det er hensiktsmessig at ei regjering legger fram sin egen rusmiddelpolitikk. Det gir et helhetlig bilde, og setter ulike saker inn i en større sammenheng. I denne Stortingsmeldinga avdekker vi hull og forteller hvordan vi vil innrette rusbehandlinga.

Mye ansvar til kommunene

I Stortingsmeldinga blir det lagt mye ansvar over på kommunene både når det gjelder forebyggingstiltak, ettervern og oppfølging. Dette skjer samtidig som mange kommuner har så dårlig råd at de legger ned det ene velferdstiltaket etter det andre – også for sårbare grupper. Vi lurer på om det er realistisk at kommunene vil klare å oppfylle de forpliktelsene de blir pålagt nå.

– Ja, jeg tror det. Hvis de jobber mer systematisk og kunnskapsbasert mener vi at de skal klare det. I nysalderingen av budsjettet la vi inn 5 milliarder ekstra til kommunene nettopp for å sette dem i stand til å løse grunnleggende velferdsoppgaver. Det handler også mye om riktig sammensetning av personell og om å prioritere det som er riktig og viktigst. De kommunene som tenker langsiktig og forebyggende og satser på lavterskeltilbud, er de som lykkes best.

Viktigheten av samarbeidet med frivillig sektor blir også nevnt flere ganger gjennom Stortingsmeldinga. Så vi lurer på om Rønning-Arnesen har noen tanker om hvordan organisasjonene under Actis-paraplyen kan bidra til å oppfylle intensjonene i reformen. – Paraplyorganisasjonene er viktige. Vi trenger tydelig stemmer som peker i riktig retning. De er alltid på oss – og det er bra. I budsjettet for 2025 har vi foreslått en egen tilskuddsordning til paraplyene, til erfaringskompetanse og til en egen ordning retta mot brukerstyrt tilbud.

Stortingsmeldinga ligger nå hos Helse- og sosialkomiteen på Stortinget, og komiteen har foreløpig ikke avgjort når den skal opp.

Utvalget som skal utrede framtidens rusmiddel- og avhengighetsbehandling vil bli nedsatt uansett utfallet av Stortingets behandling av Stortingsmeldinga. Del 2 av reformen som skal handle om jussen i rusmiddelfeltet, kommer til våren.



Stortingsmeldingen er først steg. Rundt påske får vi vite hva regjeringen ønsker når det gjelder jussen som skal gjelde på rusfeltet. Foto: Thomas Fure/NTB

Mye bra i rusmiddelfeltet, men mange hull må tettes

Den nye Forebyggings- og behandlingsreformen tar utgangspunkt i at det ikke går så bra som en kunne ønske for rusmiddelfeltet i Norge.

TEKST: SIDSEL SKOTLAND

Men hva mener statssekretær i HOD, Ellen Rønning-Arnesen, at faktisk *er* bra? For noe må det da være?

– Det har vært avgjørende at folk med ruslidelser fikk pasientrettigheter – det var veldig bra den gangen! Siden det ble innført har vi også blitt mye bedre på skadereduksjon. Kommunene tar mer ansvar og vi har fått mer oppsøkende arbeid.

Master i rus- og avhengighetssjukepleie

Videre mener hun at både LAR

og lavterskeltilbudene er gode, sjøl om dette er områder som regjeringa nå vil gjøre enda bedre. Tiltak som Huset Bergen, Huset Oslo og Huset Stavanger er hun veldig fornøyd med. Dette er brukerstyrte hus for folk som er i aktiv rus og under rehabilitering. Og så mener hun det er bra at det er mange flere erfaringskonsulenter i feltet. Ventelistene til døgnbehandling er også kortere nå, noe hun mener er spesielt viktig for folk med ruslidelser – de bør få plass før de mister motivasjonen. Og det blir stadig utdanna flere rusmedisinere. Hun trekker også fram den nye masteren i sykepleie innen psykisk helse, rus og avhengighet som i 2023 ble starta opp ved Lovisenberg diakonale høyskole og retter seg mot sykepleiere både fra kommunal- og spesialisthelse-tjeneste.

Må tette levealder-gapet

Men det er fortsatt et stykke igjen – det fungerer langt fra optimalt. Statssekretæren er særlig bekymra for gapet mellom rusavhengiges levealder og den gjennomsnittlige levealderen for befolkninga ellers, og det er fortsatt mye skam og stigmatisering knytta til alkohol- og rusmiddelavhengighet. Dette er noe Norges institusjon for menneskerettigheter (NIM) i det siste har skrevet rapporter om – rapporter regjeringa tar veldig alvorlig. En av konsekvensene av dette stigmaet er at rusavhengige ofte ikke blir møtt på en god måte av helsepersonell og offentlig sektor og dermed får dårligere helsehjelp enn andre. De blir også ofte kasteballer i systemet.

– Forskningsmiljøene er ikke bygget ned

I meldinga blir det etterlyst mer kunnskap på rusfeltet – «hva virker?». Det blir påpekt at det er store kunnskapshull både på behandlings- og forebyggingssida. Men hvem skal bidra med denne forskinga og evalueringa, undrer vi, når rusforskningsmiljøene har blitt dramatisk bygget ned og splitta opp

de siste åra, særlig etter at Sirus ble innlemma i Folkehelseinstituttet (FHI) i 2016, og det siden da har vært en reduksjon i forskerstillinger også der. Evalueringer må også hver enkelt virksomhet betale for sjøl, og det har mange av dem ikke penger til. For behandlingsstedene bidrar god og systematisk evaluering til at plassene blir dyrere og da vinner en ikke anbudskonkurranser der pris vektas høyere enn optimal kvalitet, sånn som premissene var i forbindelse med anbudsprosessen til Helse Sør-Øst i år.

– Det er mange grep vi kan ta for både å tette kunnskapshullene, og for å få den kunnskapen som finnes ut til tjenestene, sier hun, og vil ikke være med på at det er en nedbygging av forskningsmiljøene.

– Nå har vi gått gjennom alle kompetansetjenestene, og vi jobber med å se på hvordan de kan organiseres best mulig for å jobbe godt ut mot tjenestene. Så har vi tydeliggjort ansvarsfordelinga mellom Folkehelseinstituttet og Helsedirektoratet. FHI skal først og fremst levere kunnskap, mens direktoratet er myndighetenes redskap til å sette i verk det som blir beslutta.

Vil rydde i de nasjonale registrene

Statssekretæren har også store forhåpninger til nasjonalt medisinsk kvalitetsregister for rusmedisin (KVARUS) som ble etablert i 2019. Dette er et register regjeringa mener vil gi et viktig grunnlag for forskning og kvalitetsforbedring innafor tverrfaglig spesialisert rusbehandling (TSB) dersom dataene blir brukt mer og bedre.

Rønning-Arnesen påpeker også at det er en stor ryddejobb som må gjøres i alle de andre registrene, som for eksempel det nasjonale pasientregisteret og dødsårsaksregisteret, for å berede grunnen for bedre forskning. Alle registrene ligger hos FHI.

Hun understreker at det gjøres mye forskning rundt på sjukehusene, men også mye utafor, men at hovedproblemet er at alt som blir gjort er så spredt og ikke alltid når helt ut i tjenestene.

– Den gode kunnskapen må samles og deles – de som jobber med å gi faktisk hjelp, må vite hva de har av muligheter!

Mer søkelys på alkohol

I Stortingsmeldinga blir det varslet at det nå skal settes kraftigere søkelys på alkoholproblematikken fordi alkohol er det rusmiddelet som gjør mest skade i Norge.

TEKST: SIDSEL SKOTLAND

I 2022 ble det anslått at befolkningas bruk av alkohol koster staten mellom 80 og 100 milliarder kroner i året:

- mellom 68 og 77 milliarder kroner på tapt helse og livskvalitet inkludert konsekvenser for pårørende
- mellom 1,4 og 7 milliarder kroner går med i helse- og omsorgstjenestene
- 10 og 13 milliarder blir brukt på sykefravær og redusert produktivitet
- 1,5 og 4 milliarder blir brukt i andre sektorer der alkoholbruk skaper problemer

I 2023 var det 450 alkoholutløste dødsfall, men alt kan ikke leses ut av dødsårsaksregisteret og Verdens helseorganisasjon har beregna at 3,1 prosent av alle dødsfall i Norge i 2019 skyldes alkoholbruk. 5,1 prosent for menn og 1,1 prosent for kvinner, til sammen 1 260 dødsfall. Videre er alkoholbruk den viktigste risikofaktoren for dødsfall blant menn i aldersgruppen 20–49 år.

FAKTA

Forebygging- og behandlingsreformen tar utgangspunkt i disse seks innsatsområdene:

- fremme likebehandling og oppfylle rett til god helse og livskvalitet
- forsterket innsats mot overdoser
- fremme kunnskapsbasert forebyggende innsats
- fremme bruker-, pasient- og pårørendeperspektivet
- videreutvikle behandlings- og oppfølgingstilbud
- kunnskap og kompetanseutvikling

Antallet personer med en alkoholbrukslidelse i Norge er estimert til å ligge på om lag 170–350 000.

Mer informasjon til eldre

Men tross dette har alkoholpolitikken i Norge blitt stadig mer liberalisert. Skjenketidene er stadig under press, stadig flere arrangementer og kulturtilbud, som bokbad, kino og teater, selger alkohol, flere idrettsarenaer har åpna eller ønsker å åpne for alkoholsalg, for å nevne noe. Hvordan skal regjeringa klare å snu dette, lurer vi på.

– Alkoholloven og virkemidlene knytta til den ligger fast, og *det* er det stor politisk enighet om, sier statssekretær i Helse- og omsorgsdepartementet Ellen Rønning-Arnesen, – I tillegg vil vi styrke både forebygging og behandling. Det har vært en veldig positiv utvikling blant barn og unge de siste åra. Det er blant eldre alkoholbruken øker mest nå, samtidig som sårbarheten for alkohol øker med alderen. Dette må hjemmetjenestene og omsorgstjenestene være ekstra oppmerksomme på. Mer informasjon til eldre er et viktig grep – informasjon om skadevirk-



ninger som handler om nettopp at en blir eldre, tåler mindre og den skadelige kombinasjon alkohol/legemidler.

Hun understreker at det fortsatt er totalkonsummodellen som gjelder.

I Stortingsmeldinga står det at regjeringa har utsatt debutalder for alkohol som et sjølstendig mål.

– *Hvilken alder tenker dere at dere skal få utsatt debuten til – og hvordan skal dere gjøre det?*

– Vi har ingen planer om å endre 18 årsgrensa, og jeg vil ikke gi oppgi noen alder knytta til debut. Det som er viktig er at det skjer så seint som mulig, det er det vi vet at har best effekt.

Nyheter i Forebyggings- og behandlingsreformen

- Det skal settes ned et utvalg som skal utrede framtidens rusmiddel- og avhengighetsbehandling
- Et nasjonalt program for rusforebyggende arbeid blant barn og unge skal utvikles og igangsettes
- Det skal opprettes nærklinikker i større byer og kommuner etter modell av for eksempel Kirkens Bymisjon Basen (tidligere 24:7), Eika-klinikken eller Lasso
- Helsedirektoratet har fått i oppdrag å utrede system for helhetlig monitorering av rusmiddelsituasjonen og sørge for en beredskapstenkning på rusmiddelområdet.
- Videre vil regjeringa **vurdere** blant annet: å opprette en rusmiddel-analysetjeneste der brukere kan få teste stoffet sitt
- å tilby folk med rusmiddellidelser årskontroll hos fastlege
- med og nytte av behandlinga – tilrettelegge for mer familie- og pårørendeorientert tilnærming
- Behandlere og klinikere skal få lavere rapporteringsbyrde – rapporteringa skal oppleves som nyttig for arbeidet med pasientsikkerhet, forskning og kvalitet- og tjenesteutvikling.
- Helsedirektoratet har fått i oppdrag å utrede system for helhetlig monitorering av rusmiddelsituasjonen og sørge for en beredskapstenkning på rusmiddelområdet.
- Videre vil regjeringa **vurdere** blant annet: å opprette en rusmiddel-analysetjeneste der brukere kan få teste stoffet sitt
- å tilby folk med rusmiddellidelser årskontroll hos fastlege

ØKT BRUK AV TOBAKKSFRIE NIKOTINPRODUKTER BLANT UNGE BEKYMRE

Seksjonsleder Sara Underland Mjelva i Kreftforeningen.

Seksjonsleder Sara Underland Mjelva i Kreftforeningen besøkte IOGT-podcasten Sterk&Klar for å fortelle om dagens røyketrender.

AV JAN TORE EVENSEN

Bruken av tobakksfrie nikotinprodukter øker blant unge i Norge, og både e-sigaretter og snus har blitt populære alternativer til tradisjonell røyking. I en episode av IOGT-podcasten *Sterk&Klar* forteller Sara Underland Mjelva, seksjonsleder for forebygging i Kreftforeningen, om den helsemessige risikoen ved disse produktene. Hun er bekymret over at produktene ofte presenteres som mindre skadelige, selv om langtidsvirkningene er usikre.

– Vi vet fortsatt lite om langtidsvirkningene av e-sigaretter, forteller Mjelva i podcasten. – Det finnes lite forskning på temaet. Men det vi har viser at disse produktene kan føre til skader på lungene og økt risiko for hjerte- og karsykdommer. Noen e-sigaretter har også vist seg å inneholde kreftfremkallende stoffer.

E-sigaretter tiltrekker unge

E-sigaretter, eller «vaping», har de siste årene vokst i popularitet blant ungdom. Dette er små elektroniske enheter som varmer opp en væske som deretter inhaleres som damp. E-sigaretter kommer i mange forskjellige design og opptil

16 000 ulike smaker, noe som gjør dem spesielt attraktive for unge. Fra 1. juli 2024 ble smakstilsetninger i e-sigaretter derfor forbudt i Norge. Likevel er e-sigaretter lett tilgjengelig, og mange unge kjøper produkter med nikotin fra utlandet, noe som skaper utfordringer for regulering. På grunn av EUs tobakksdirektiv blir nå også produkter med nikotin tilgjengelig i Norge.

En vekst i snusbruk blant unge

I tillegg til e-sigaretter har snus fått en stor plass blant norske ungdommer. Over 30 prosent av de mellom 16 og 24 år bruker nå snus. Mjelva påpeker at produktet er avhengighetsskapende og kan innebære helsemessige risikoer. Selv om snus ofte oppfattes som mindre skadelig enn sigaretter, viser nyere studier en økt risiko for kreft, særlig i mage- og tarmregionen.

– Mange tenker at de har kontroll over nikotinbruken, men avhengigheten kan bygge seg opp gradvis, sier Mjelva. – Snus gir ekstremt høye nivåer av nikotin i kroppen.

Nikotinmarkedet:

En strategi mot unge

Mjelva beskriver hvordan tobakksindustrien bruker innovativ markedsføring for å tiltrekke seg unge brukere. Gjennom sosiale medier og spesielle design blir produktene fremstilt som moderne og kule, og produktene fremstår ofte ufarlige. Dette kan gjøre det vanskelig for unge å forstå den reelle risikoen knyttet

til produktene. Kreftforeningen understreker at studier viser at de som starter med e-sigaretter har en større sjanse også for å gå videre til vanlig røyking.

Forebyggende tiltak og forslag

For å beskytte unge fra å utvikle nikotinavhengighet, har Kreftforeningen kommet med forslag om strengere reguleringer, blant annet et såkalt «generasjonsforbud». Dette innebærer at aldersgrensen for tobakksalg gradvis heves slik at de som er født etter en viss dato, aldri vil kunne kjøpe tobakk lovlig. New Zealand har nylig innført denne typen regulering, og Storbritannia vurderer lignende tiltak. Mjelva påpeker at det er svært få som starter med tobakksprodukter etter fylte 25 år.

Foreldre og skolens rolle

Foreldre og skoler spiller en viktig rolle i forebygging av nikotinbruk blant unge. Kreftforeningen oppfordrer foreldre til å være bevisste på nikotinprodukter og engasjere seg i samtaler med ungdommene om farene ved disse produktene.

Helsedirektoratet har utviklet undervisningsmaterieell for skolene, og Mjelva anbefalte på podcasten dokumentaren BigVape på Netflix som viser hvordan et selskap arbeider for å markedsføre seg ovenfor unge blant annet gjennom influensere og sosiale midler.



DEN NYE RUSREFORMEN

– OVERLEGENT BEDRE ENN DEN FORRIGE

- Den nye reformen videre-fører den tilnærmingen som Norge har hatt gjennom lang tid, en folkehelsetilnærming, skriver Dag Endal



Regjeringen har lagt fram sin alternative rusreform med vekt på forebygging og behandling. Den inneholder 75 tiltak, sa helseminister Vestre på pressekonferansen. Interessant å notere at både Dagsavisen og Dagbladet har balanserte kommentar.

AV DAG ENDAL, REDAKTØR FOR
NARKOTIKAPOLITIKK.NO

Men opposisjonen hyler. De slakter dokumentet med ord som «mageplask», «strafferegime», «innholdsløs», «flause», «katastrofe» og det som verre er. Her brukes skjellsordene for å dekke over at regjeringens nye dokument har kvaliteter langt utover det som den forrige rusreformen hadde; en reform som de samme kritikerne har brukt tre år på å skamrose.

Jeg har ikke grunnlag her og nå til å vurdere hvert av de 75 tiltakene; om de er gode nok, om de er mange nok og om de er de eneste riktige. Men jeg bidrar gjerne til en realitetsorientering om forskjellen på de to rusreformforslagene. Så kan den politiske debatten, i og utenfor Stortinget, sikkert bidra til at regjeringens forslag også blir enda noen hakk bedre.

Rusreformen til [Støre-regjeringen] er lansert med et klart og overordnet mål: Forbruket av rusmidler skal holdes så lavt som mulig. Solberg-regjeringens reform var ikke i nærheten av en slik tilnærming.

Mål: Holde bruken lav

Rusreformen til regjeringen (RR2, for enkelhets skyld) er lansert med et klart og overordnet mål: Forbruket av rusmidler skal holdes så lavt som mulig. Dette samsvarer med det som er «rusfeltets grunnlov»; sammenhengen mellom tilgjengelighet, forbruksnivå og omfanget på skadene. Solberg-regjeringens reform (RR1) var ikke i nærheten av en slik tilnærming. Den ville antakelig bidra til økt aksept og forbruk blant yngre.

Den nye reformen tar opp seks store handlingsområder; bedre helsehjelp, bedre forebygging, innsats mot overdoser, pårørendeperspektivet i tillegg til bruker/pasient-perspektivet, bedre oppfølgings- og behandlingstilbud og utvikling av kunnskap om rusproblemet. Solberg-regjeringens reformforslag var ikke i nærheten av dette ambisjonsnivået!

Pårørendeperspektivet løftes frem

Det er en stor vinning for rusdebatten at RR2 nå løfter opp pårørendeperspektivet. Det vil si fokus på alle som lider rundt en rusmisbruker. Om 1.000 rusavhengige lider, er det kanskje 5.000 eller 10.000 pårørende som også lider, uforskyldt. Disse fortjener også samfunnets oppmerksomhet og hjelp. RR1 fokuserte bare på de 1.000, regjeringens inkluderer nå også de 10.000 andre.

Regjeringens rusreform adresserer hele bredden av rusproblemet. Det vil si at den inkluderer alkoholproblemet, ikke bare bruken av illegale stoffer. Dette var ikke RR1 i nærheten av.

Regjeringen lanserer en forebyggings- og behandlingsreform. Dette tilsier ambisjoner om å ta tak i problemer før de oppstår, og har de oppstått, skal de skadelidende hjelpes ut av problemene tidligst mulig. RR1 fokuserte ganske ensidig på skadereduksjon, det vil si å sette inn hjelp først når problemene er akutte og langtkomne.

[Støre-regjeringens rusreform] løfter

RUSREFORMENS OVERORDNEDE MÅL:

Forbruket av rusmidler skal holdes så lavt som mulig

opp pårørendeperspektivet. Om 1.000 rusavhengige lider, er det kanskje 5.000 eller 10.000 pårørende som også lider, uforskyldt. Disse fortjener også samfunnets oppmerksomhet og hjelp.

Reformen vektlegger forebygging i hele sin bredde

Forebygging er effektivt, humant og billig. Norge har en særstilling internasjonalt ved at vi har bidratt til å utvikle FN's kunnskapsgrunnlag om effektiv forebygging, basert på det gode arbeidet som vi driver på dette området i norske lokalsamfunn. Men i forebyggende arbeid kan man aldri hvile, selv om man har laurbær å hvile på! Vårt forebyggende arbeid kan styrkes på mange måter. Dette har regjeringen ambisjon om, og forebygging drøftes i hele sin bredde i stortingsmeldinga. Det forrige reformforslaget brydde seg ikke om slikt.

Den nye reformen viderefører den tilnærmingen som Norge har hatt gjennom lang tid; en folkehelsetilnærming. Den har vært ledende siden midten av 1800-tallet, med noen pauser på 50- og 60-tallet. Det vil si fokus på hele bredden av problemet, like mye på de yngste som de tyngste. Den bygger på at de største gevinstene hentes ved tiltak mot hele befolkningen for å holde rusforbruket nede. Og med innsats langs hele tiltakskjeden; forebygging, tidlig innsats, behandling, ettervern, rehabilitering og skadereduksjon. Dette er et ambisjonsnivå langt utover det som RR1 la opp til som var ensidig fokusert på skadereduksjon.

Solberg-regjeringens forslag en helsereform uten helseinnhold

Den forrige reformen ble lansert med navnet «Fra straff til hjelp». Det var å slå inn åpne dører. Helsehjelp til rusavhengige har vært en viktig del av ruspolitikken i flere tiår allerede. Vi har bygd ut et omfattende hjelpeapparat der alle som vil kan få hjelp, basert på pasientrettigheter, ansvarsgrupper, individuell plan

og flere andre nyvinninger. Den forrige reformen viste seg å være en helsereform uten helseinnhold. Ingen nye tiltak, ingen nye penger, ingen nye planer. Mandatet sa at reformen ikke skulle ha økonomiske konsekvenser.

Det forrige reformforslaget har i flere år blitt hardt markedsført som løsning på overdoseproblemet i Norge. Dette er misbruk av overdosetallene. Det viste seg at reformforslaget fra Solberg-regjeringen ikke inneholdt noe som helst nytt som kunne forebygge overdoser. Bare henvisninger til problemet og det som allerede ligger i overdosestrategiene. Det er bare å kjøre et søk på «overdose» i dokumentene om man vil sjekke.

AP/SP-reformen har derimot et omfattende kapittel om forebygging av overdoser som tar inn over seg at overdoseproblemet endrer karakter raskt. Det jobbes med en ny og annerledes overdosestrategi som til og med skal sørge for at alle sider av problemet blir adressert; overdoser av illegale rusmidler, av medikamenter som er en økende utfordring og overdoser av alkohol som alltid har vært et stort, men ignorert problem. Bra grep!

Med andre ord; AP/SP-reformen løfter rusdebatten skyhøyt over det som Solberg-regjeringen la opp til.

Rusbehandlingsinstitusjonene må reddes

Men malurten i begeret er at det nye reformforslaget kommer samtidig med at 400 viktige døgnplasser i behandlingsapparatet står i fare for å bli nedlagt. På tross av den nye rusreformen, ikke som en konsekvens av. Dette er en sak som må løses veldig raskt. Mens det nye reformforslaget skal males sakte gjennom den politiske kverna, må noen sørge for at viktige institusjoner Solliakollektivet, Tyrili, Kvinnekollektivet Arken og tilsvarende institusjoner overleve

DE SISTE DAGLIGRØYKERNE

Andelen dagligrøykere har aldri vært lavere. Men en liten gruppe røyker fortsatt daglig, og festrøyking vokser i yngre aldersgrupper.

AV JAN TORE EVENSEN

Røykingens storhetstid – og nedgang

For bare noen tiår siden var røyking vanlig i norsk hverdag. I gatene og på arbeidsplassen, i lunsjpauser og på fester – sigaretten var et fast tilbehør. På 70-tallet røykte over 40% av Norges voksne befolkning, og før reklameforbudet i 1975 ble røyk markedsført som en del av en avslappet og glamorøs livsstil. På 50-tallet var det ikke uvanlig at leger reklamerte for tobakk. Det ga troverdighet og status til røykerne. I 1950 røykte også drøyt 70 prosent av mannlige leger i Norge. Reklameplakater, filmstjerner og sportsprofiler ble brukt for å bygge opp bildet av røykeren som et fritt og moderne menneske.

I USA ble røyking et symbol på kvinnefrigjøring. Markedsføringsguru Edward Bernays kampanje fra 1929 «Torches of Freedom» (Frihetsfakler) hadde som mål å fjerne tabuer rundt kvinners røyking. I påskeparaden i New York det året ble kvinner oppfordret til å fyre opp en Lucky Strike for å protestere mot ulikheter mellom kjønnene og for likestilling.

Men i takt med at forskningen påviste de alvorlige helsefarene, begynte røykingens status å falme. Strenge lover og informasjon om helserisiko førte til at andelen dagligrøykere begynte å falle på 80- og 90-tallet. Røykeloven fra 2004, som gjorde det ulovlig å røyke på utesteder og restauranter, var et viktig

vendepunkt. Ifølge Folkehelseinstituttet røyker kun 8 % av voksne nordmenn daglig i dag – en historisk lav andel.

Fall i status

- Få andre grupper av konsumenter og få andre produkter har sett et slikt fall i anseelse og har blitt møtt med større motstand og begrensninger enn daglig-røykerne og sigarettene, sier seniorforskerne Tord Finne Vedøy og Karl Erik Lund ved Folkehelseinstituttet i en artikkel om de siste dagligrøykerne på forebygging.no.

Dagligrøykerne er eldre, og mange av dem har en lang røykehistorie bak seg. Røykingen har blitt en del av hverdagen, en vane som det kan være vanskelig å gi slipp på. Forskerne har sett på forskjellen mellom dagligrøykere og ikke-daglig-røykere og finner at dagligrøykere i stadig større grad har kort eller mellomlang utdanning, ikke er sysselsatte og i stadig mindre grad lever i parforhold med barn. I 2020–2022 var andelen dagligrøykere blant de med universitets- eller høyskoleutdanning nær null.

Dette er en gruppe som i liten grad forsøker eller ønsker å slutte. Rundt 70 prosent av disse svarte at de ikke hadde prøvd å slutte i løpet av det siste året, og andelen økte fra 65 til 76 prosent fra 1978 til 2022.

- En forklaring på den tilsynelatende motsetningen mellom nedgangen i andelen dagligrøykere, endringen i alderssammensetningen av daglig-røykerne og stabiliteten i tobakksbruk-satferd og holdninger, er at de røykerne som har vært mest motivert for røyke-slutt faktisk har sluttet å røyke, sier forskerne. De mener man må se på andre tiltak enn de man har brukt til nå for å nå denne gruppen.

- Et mer effektivt tiltak dersom en skal redusere helseskadene blant daglig-røykere som ikke ønsker eller ikke klarer å slutte, kan være å åpne for bruk av andre nikotinprodukter enn sigaretter, som esigaretter, snus eller nikotinposer uten tobakk. Det har vært betydelig debatt om dette, både internasjonalt og her i landet. Et slikt skadereduserende tiltak er imidlertid, enn så lenge, i konflikt med et uttalt politisk mål om at det norske samfunnet skal bli nikotinfritt.

Festrøyking – en ny trend blant unge

I kontrast til dagligrøykerne, ser vi en økende trend blant unge voksne: festrøyking. Dette fenomenet omfatter dem som kun røyker sporadisk, ofte i sosiale settinger som fester. En undersøkelse fra Folkehelseinstituttet viser at festrøyking er mest utbredt blant unge voksne i alderen 18–29 år, og at mange ser på dette som en måte å delta i sosiale settinger uten å utvikle avhengighet.

Maria (25), som definerer seg som festrøyker, forklarer hvorfor hun tar en røyk i ny og ne. «Det er noe jeg kun gjør i visse anledninger, ofte når jeg er med venner på fest,» sier Maria. «For meg handler det om stemningen og det sosiale. Jeg føler ikke noe behov for å røyke til daglig.» Men Maria innrømmer at hun ikke er fullt klar over helserisikoen ved å røyke sporadisk, og ser på festrøyking som en ufarlig vane.

Men ekspertene advarer mot denne holdningen. Risikoen for å dø av lungekreft ved å røyke av-og-til er mange ganger større enn hvis en ikke røyker, ifølge en studie lagt frem av the European Respiratory Society (ERS) Selv små mengder nikotin påvirker kroppen, og vi ser økt risiko for hjerte- og karsykdommer samt lungeproblemer, selv hos

de som kun røyker i sosiale settinger. Tar du deg en røyk på fest har du 38 prosent høyere risiko for å dø i løpet av 15 år, sammenlignet med dem som aldri røyker, viser norsk studie fra 2018. Det var faktisk verre å røyke en gang iblant enn å være en eks-røyker. Eks-røykerne hadde 18 prosent høyere risiko for død etter 15 år. Lunge-overlege ved Kreftseksjonen på Drammen Sykehus, Odd Terje Brustugun sier til Aftenposten at de som røyker en 20-pakning annenhver helg har cirka ti ganger økt risiko for å dø av lungekreft, sammenlignet med de som aldri røyker.

Kan Norge bli røykfritt?

Norske helsemyndigheter har satt seg et ambisiøst mål: Innen 2030 skal røykingen være redusert med 30 prosent,

og man snakker om en tobakks- og nikotinfri generasjon 2010. Målrettede tiltak har vist seg å være effektive, og inkluderer røykeforbud i offentlig rom, aldersgrense på kjøp av tobakk, høye tobakksskatter og skremmende helseadvarsler på produktene.

Men forskningen rundt dagligrøykere og festrøykere viser at utfordringer gjenstår. For endel er røyking fortsatt en del av hverdagslivet. For daglig- røykerne er det ofte en inngrodd vane som de sliter med å bryte, mens festrøykerne ofte har et avslappet forhold til nikotin – og kanskje til og med ikke ser på seg selv som «ekte røykere».

FAKTA OM RØYKING I NORGE

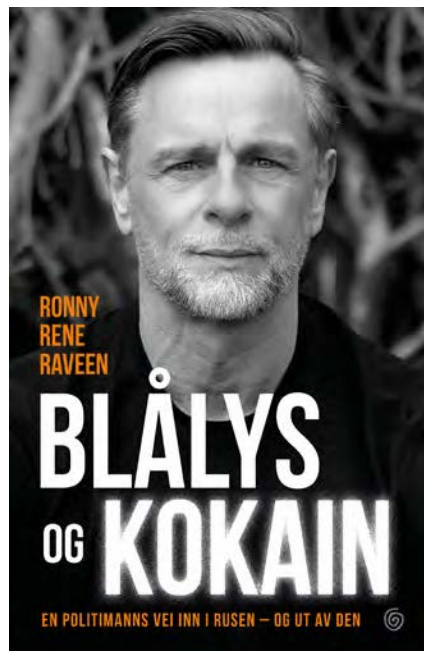
- Nåværende dagligrøykere: 8 % av voksne nordmenn røyker daglig.
- Festrøyking: Festrøyking er mest utbredt blant unge voksne, og de fleste oppgir at de røyker kun i sosiale sammenhenger.
- Helserisiko: Også sporadisk røyking kan føre til alvorlige helseproblemer, inkludert økt risiko for hjerte- og karsykdommer og lungekreft.
- Mål for 2030: Norske myndigheter har satt et mål om å redusere røykingen med 30 prosent innen 2030.

*Bare 8 prosent av befolkningen røyker daglig i dag.
Et historisk lavt tall.*

NÅR ALT KOMMER TIL HANDLER DET OM Å MØTE LIVET UTEN MOTSTAND

Ronny Rene Raveens bok «Blålys og kokain» har fått mye oppmerksomhet i media og selger godt i bokhandlene nå før jul.

AV HANNE-KARINE SPERRE



Autentisk og genuin. Det finnes ærlige og transparente mennesker. Leser vi debutboken til Ronny Rene Raveen (54), «Blålys og kokain», trer det rask frem at han er en mann med slike egenskaper - en modenhet vi trekkes mot.

I den folkerike Vestfoldskommunen Sandefjord, har Raveen og kona funnet sitt hjem. Det hvite huset er 100 år gammelt. Rammene inn av selve postkortbildet av nasjonalromantisk motiv. Jorder. Dyrket mark. Bjørkeskog.

Når Aksent kommer på besøk, har høstsola varmet opp kjøkkenkroken. Den franske jakthunden, en Petit basset, hviler rolig i et hjørne av stuen. Det knitrer i ovnen.

Det har gått slag i slag for bokdebutanten siden lanseringen i midten av september. Raveen har stilt opp i intervjuer, debatter og podkaster. Alle vil lytte. Lære mer. Kanskje forstå. For boka, som har fått terningkast seks, er utvilsomt en gripende fortelling.

– Det er noe av det jeg merker som den største forskjellen på nå og før, at boken gir meg mer anledning til å snakke om saken, åpner Raveen.

– Den gikk inn på 10. plass på bokhandlerlisten. Det var over all forventning, jeg er jo helt ukjent. Da er min personlige ego ambisjon tilfredsstillt, smiler Raveen over kaffen.

– Men boken skal leve lenge, det er jo det som er tenkt. Så kommer det klart til å gå i bølger, avhengig av hvor mange som får vite om den, supplerer han

Utviklingen av rusavhengighet

På begynnelsen av 90-tallet satt Raveen i et inntaksintervju til Sjøkrigsskolen. En ubehagelig opplevelse, skal vi få vite. For første gang var det noen som spurte om familien og hva han tenkte om seg selv og eget liv. Raveen fikk bakoversveis. Han begynte å stamme der han forsøkte å svare på ting han aldri hadde tenkt på før. Han ble svar skyldig og prøvde så godt han kunne, men på de nærgående og detaljerte spørsmålene, hørte han seg selv fremstå som lite troverdig. Han løy til offiseren og ha løy for seg selv. Glattet over, slik de pleide å gjøre i familien.

Den ubehagelige opplevelsen begravde han et eller annet sted i kroppen. Raveen ønsket ikke bli ubåtkaptein lengre, tross for fine og meningsfulle år i marinen.

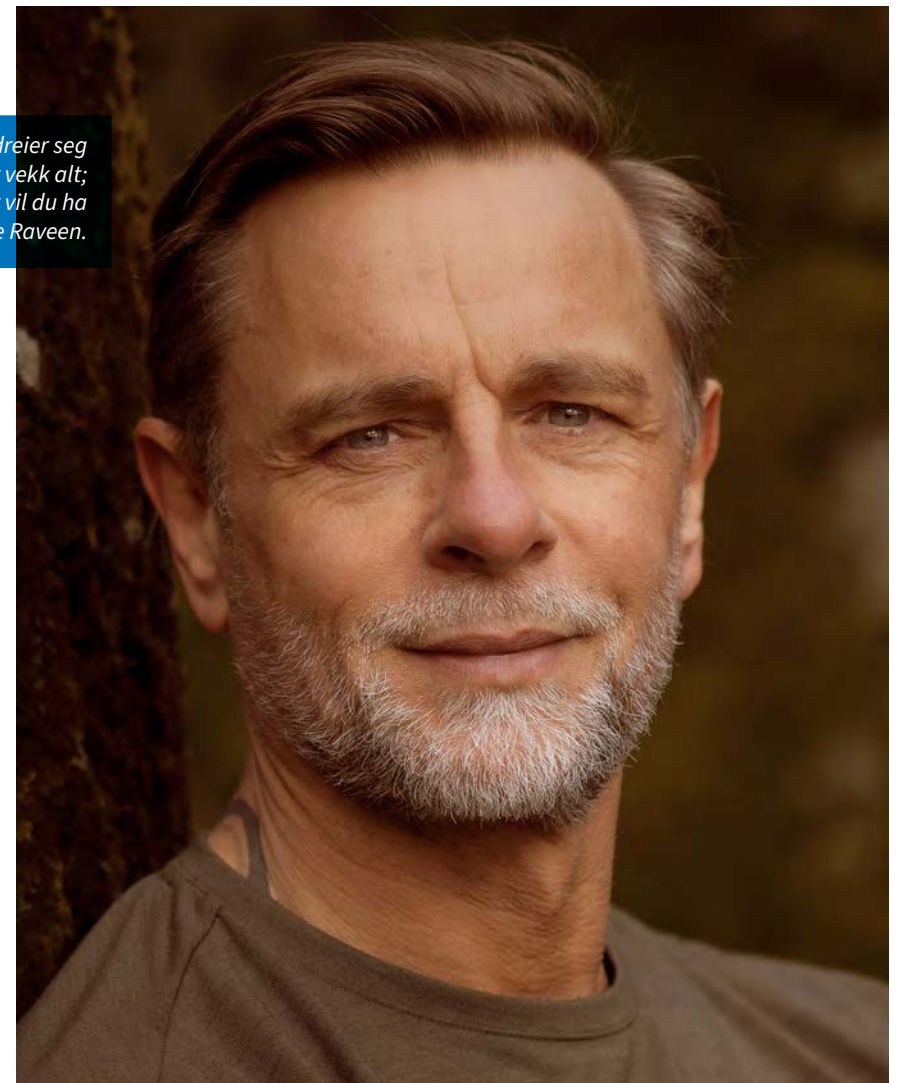
Som 21-åring hadde han ikke ressursene til å endre noe i seg selv. Han forstod ikke egne reaksjoner, og fremstod derfor som hjelpeløs og handlingslammet. Raveen ante ikke den gang, at dette ville få betydning for utviklingen av hans rusavhengighet senere.

Ikke denne episoden, konkret, men reaksjonsmønstrene hans. Historien er fengslende. Den handler om alt fra oppveksten i Bergen til Marinen, på slutten av 80-tallet, videre gjennom Politihøgskolen i Oslo og påfølgende tjeneste i utlandet. Deretter strekker den seg til utfordrende tjeneste i Libanon og senere i Kosovo som spesialpolit.

Raveen drakk alkohol for første gang

«Boka som har fått terningkast 6, er utvilsomt en gripende fortelling»

- Det er dette her det dreier seg om. Når du skreller vekk alt; Vil da ha rett, eller vil du ha det, sier Romme Rene Raveen.



på en klassesettur til Tyskland. Han ble umiddelbart overveldet av følelsen alkoholrusen ga. Om mulig var dette veien til lykke.

Raveen og søsteren vokste opp i en veldig utrygg familie, i den grad at det var mye alkohol, vold, piller og krangler mellom de voksne. Barna måtte velge side. Foreldrene skilte lag når Raveen var rundt 2 år gammel. Moren giftet seg på nytt. Han har ingen kontakt med familien i dag. Moren er død. Hans biologiske far er død.

– Mine foreldre skilte seg, mot at farmor og farfar fikk tilgang til min søster og meg. Jeg hadde et veldig godt forhold til farfaren min, forteller Raveen, som gikk videre inn i barne- og ungdomsårene uten å få stukket hull på byllen.

Med svak tilknytning til kjernefamilie og verdier, gikk Raveen videre ut i livet. Alkohol og festing ble tiltrekken. Inntil befalsskolen på slutten av 80-tallet hadde han levd i den tro at hans oppvekst var en del av normalen.

– Jeg oppdaget på befalsskolen at det var jo ikke vanlig, medgir Raveen som vokse opp med utrygghet. Han legger til at foreldrene gjorde så godt de kunne.

Like fullt, det var først når han traff Lene i 2016 at han fikk kjenne på familietradisjoner, positive kjerneminne og følelsen av tilhørighet. I dag er de nygift.

Utløsende årsaker

Året er 1998. Raveen drar til Libanon og tjenestegjør for forsvaret. Senere i Kosovo, som spesialpolit. Etter Libanon begynner festing å få en mer sentral rolle. Opplevelsene som jobben gir, er ikke nok. Raveen lever etter hvert et dobbelt liv. Tunge oppdrag står parallelt

med rus og sex - som hovedingrediens. Tusenvis av små mørke øyeblikk, som hver kunne ha vært en selvstendig film.

I 2004 legger Raveen sin første stripe kokain. Da funker det igjen. Han får en helt vill følelse. Full av påtatt selvtilit. Etter hvert begynner han å selge narkotika for å finansiere eget forbruk. Han er på dette tidspunktet kriminell og tung sprøytenarkoman, uten fast bolig i Bergen. I 2006 blir han avslørt. Raveen permitteres fra jobben. Etter en tilståelsesdom, i 2007, som ender med 1 år i fengsel, forsvinner også retten til å jobbe som politimann.

Etter dette fortsetter Raveen livet som rusavhengig. I boken skildrer han den tunge og dystre rustilværelsen i en sliten bygårdsleilighet i Bergen. Vinduene er dekket av tape, plast og avispapir. Dette var Raveens hjem.

– Det virker på meg som om mange er nysgjerrige på veien inn i rusen, men det er nok ikke alle som helt forstår. Og så er det jo veldig enkelt, sier Raveen

som videre ganske så usminket forklarer en brolagt vei til elendigheten.

– Jeg fortsatte han å bruke, enda jeg visste at jeg burde slutte. Raveen kaller det å bli koko, og han gjentar det stadig. Det er som er hjernevirus. Du blir infisert. Det endrer fullstendig måten du ser samfunnet og deg selv på.

Raveen ble ikke mer risikovillig med stoffet, det var han også før han brukte kokain, og voldsomt også, men det er noe med hvilken risiko, hva ble han ble villig til å bryte. Etter hvert ble bruken så viktig, selve cravingen, at han rett og slett la alle konsekvenser til side.

I desember 2011 er Raveen dypt nede i elendigheten. Han feirer jul med foreldrene, som har ikke har sett på lenge. De fleste narkomane som er på kjøret, er helt uvitende om hvordan de fremstår i andres selskap, skriver Raveen i boken. I løpet av julekvelden,

Kokain gjør deg koko, men har den effekten at når du bruker det, så tror di ikke at du skal ordne opp i ting. Du vet det.

«Hvis du har blitt avhengig og skal slutte å bruke kokain, så er du også helt nødt til å slutte å drikke.»

mellom Sølvguttene, middag og riskrem, setter han flere amfetaminsprøyter opp i årene.

Han ble ikke mange timene. Raveen drar hjem. Tom for amfetamin går han inn og ut av GBL-rus. Om morgenen andre juledag ender han nesten opp som drapsmann. Ved en tilfeldighet, unngår han det.

Senere den dagen får han tildelt et sterilt rom uten vinduer, på Bergen legevakt. Stedet ligner cella på Bergen politikkammer. Stedet oppleves trygt. Kanskje er det derfor Raveen senker garden såpass at følelsene tar over. At han bryter sammen.

– Her startet reisen, forklarer Raveen. Valget han tok handlet om å håndtere egen følelse.

Opplevelsen ble et veiskille.

Mer enn en religion

– Det handler ikke om hva jeg ber til, det handler om hvem jeg blir når jeg gjør det.

Når Raveen i dag er rusfri, ordentlig rusfri i både hodet og kroppen, og har det bra, er det mye på grunn en enkel setning.

– Det er dette her det dreier seg om.

Når du skreller vekk alt; Vil du ha rett, eller vil du ha det bra?

Raveen vektlegger fordelene ved å møte livet uten motstand. I dette inspirerer han oss til å konfrontere skadelige sider av oss selv. Han valgte å gjøre ting på livets premisser. Han valgte å møte livet uten motstand.

Med letthet beskriver han sin åndelige reise. Som ikke handler om Gud. Eller engler.

– Høyere makt, kraft, energi, bruk de ordene du vil. Dette er det jeg egentlig ønsker å prate om, bemerker han trygt.

For Raveen strekker det seg mot meningen med livet og forbindelsen til seg selv, andre mennesker og en høyere makt. Det krever at han er bevist på hvordan han tenker om folk og hvordan han handler.

– Det krever at jeg tar fullt ansvar for livet mitt på alle plan. Det er kanskje det jeg opplever at er hindringen hos de som ikke finner lykke, eller er villig til å forstå, legger han undrende til.

Selv har han funnet en grunnleggende trygghet som alltid er der, i hele livet hans. Han beskriver også følelsene av usikkerhet og nervøsitet, men han er aldri utrygg.

– De unge jeg møter vil ha dette, men de forstår ikke hva som kreves. Dette må du trene opp, for hvis man vil ha dette, må man være ærlig, uavhengig om det har negative konsekvenser for deg. Derfor er jeg veldig fokusert på hva slags liv har jeg nå. Hva slags tilgang har jeg til å leve.

– Når jeg snakker om åndelighet begynner folk å tenke religion, men det har nødvendigvis ingenting med religion å gjøre. Det dreier seg ikke om hva du tror på. Eller hvem eller hva du tilber. Hvis du tilbyr penger, makt, sex eller mennesker, så vet vi at du aldri blir lykkelig, fordi det blir aldri nok.

– Så du må finne noe annet.

– Jo nærmere vi kommer den autentiske oss, jo nærmere kommer vi den vi er.

Forsterker hverandre

På spørsmål om menneskers behov for å ruse seg, svarer Raveen ganske kontant. Det er jo godt. Og så må man se på hva stoffene gir.

– Jeg ruste meg på kokain, ikke bare på grunn av virkningene av stoffet, men fordi jeg ble en person var spennende og gøy, spesielt sammen med andre som

brukte det samme. Da dreier det seg om sex, tiltrekning og begjær.

– Som sagt gjør kokain deg koko, og så har det en annen egenskap. Det har den effekten at når du bruker det, så tror du ikke at du skal ordne opp i ting. Du vet det. Jeg skal ordne en ny deal, jeg skal selge noe, jeg skal vinne i lotto, jeg skal ordne det.

– Og det tror du på. Sånn ordentlig. Og så blir det aldri noe av.

Du blir rett og slett lurt. Hjernen lurer deg, forklarer Raveen i det han trekker opp en ytterligere fellesnevner.

– Veldig mange har et gamblingproblem, og mye av gjelden er knyttet opp mot denne spillingen. Det er i utgangspunktet ressurssterke mennesker som får både kredittkort og forbrukslån, og du kan lett spille vekk 100 000 på en dag.

Rasjonalitet må ut av ligningen, konkluderer han.

– Jeg begynte med dette i 2004, og jeg har gjort alle disse erfaringene. Og nå ser jeg at alt det jeg har trodd og ment, det blir bekreftet. Det er noe vi ser i samfunnet og noe de jeg møter også sier.

– Hvis du har blitt avhengig og skal slutte å bruke kokain, så er du helt nødt til å slutte å drikke!

Men det var ingen som fortalte meg noen gang, at jeg må slutte å drikke.

Kokain og alkohol virker sammen. Ikke alle som drikker alkohol tar kokain, men nesten alle som tar kokain drikker også alkohol. Kokain brukes ofte for å gjenvinne kontrollen etter for mye drikking.

– Det forsterker hverandre og tar vekk ulempene og utjevner hverandre, og så får du bare de beste effektene av alt, sier Raveen.

Og så handler det om at vi vokser opp i en kultur der alkohol har en veldig sterk og sentral plass og rolle. Og det er inngangen til alle andre stoffer.

– Det er alkohol som er inngangen. Det er inngangen til kokain. Hvis ikke du drikker alkohol noen gang, så tror jeg sjansen for at du prøver kokain, i alle fall blir avhengig av det, blir liten.

– Jeg hadde ikke kunnet leve det livet jeg har nå, uten totalavhold. Det er grunnlaget for alt. Det er så mange effekter. Det er også grunnlaget for at jeg ikke havnet tilbake. Det dreier seg om tilgangene til følelsene mine, til troverdighet, integritet.

En myk mann

Livet er veldig hektisk akkurat nå og Raveen har fått manager gjennom www.veiviserene.no. Raveen vil ha mer tid til å gå enda dypere inn. Manageren skal koordinere og selge inn foredrag.

Han skriver og jobber med prosjekter. Og så drar han til hytta i Hjørtedal. Uten internett. Mallorca venter også, hit reiser han alene tre ganger i året. Det er forfatterskap, foredrag og oppdrag for Oslo Universitetssykehus, hvor han underviser fastlegestudenter i individuell plan.

På veien opp fra den dypeste bølgedal fikk han øynene opp for de

nære verdier. Om det er dette som har gitt 54-åringen nærhet til det han omtaler som universell kunnskap, som går utenfor vitenskap, det er nærliggende å tro på.

– Det er derfor jeg kan skrive, sier han. Jeg har fått tilgang til en stille kunnskap, som jeg ikke aner hvor kommer fra.

Raveen kan åpenbart skrive, og er allerede i gang med neste bok. En selvhjelpsbok for unge menn, Ego reduksjon.

– Jeg har funnet noe som jeg tror jeg kan tilføre mye til, sier han om sitt engasjement for unge gutter og menn. Jeg har jo blitt en veldig myk mann. Veldig mye mer en myk. Jeg kan være skarp og matcho, i den grad det passer seg, men så har jeg oppdaget at en mann bare kan oppnå sitt fulle styrke potensiale og potensiale for trygghet, når han forstår viktigheten av å tørre å være sårbar.

Han tror at det viktigste behovet for en mann, og spesielt en ung mann, er å føle at han er nyttig. Uten sammenlikning.

– Og å sette menn i stand til å ta den rollen, og dyrke frem den evnen. Ta vare på, forsørge, ikke det at kvinnen ikke skal forsørge, det blir så polarisert med en gang. Men gutter og menn sakker ut, det er noe som er feil. Så betyr ikke det at vi skal endre på noe som er bra for kvinner. Vi må bare finne måter å gjøre det bedre for menn på.



ALDRI MAMMAS GUTT

Mohammed (35) har sekken full av rådata. Fortellinger om rus, manipulasjon, svik, vold og krenkelser. Anstreng-elsene for å reise seg gjennom år med omsorgssvikt, kjenner han på kroppen den dag i dag.

Som liten gutt husker han å lete forjeves etter et sted å hvile. Men Mohammed lykkes ikke. I en alder av 11 år ender han på gata. Han trengte fred.

På mange måter fikk han det.

Aksent har gjennomgått dokumentasjonen. Av hensyn til blant annet barn involvert, er alle parter anonymisert.

Konstant uro

Til Aksent sier 35-åringen at det er mange forventninger om hvordan oppveksten i et hjem fylt med rus er. Mohammed mener at det ikke er en ensartet gruppe, men enkeltindivider som takler situasjonene ulikt. Hverdagen er ofte altoppslukende.

Mohammed beskriver det som å leve i en krigsone.

En formiddag, da Mohammed var i barneskolealder, slukes plutselig vifta over komfyren opp av flammer. En tørrkokt kjele er årsaken. Den tjukke grå røyen sprer seg like raskt som flammene som krabber bortover veggen. Mohammed vet at moren ikke får det med seg.

Hun sover på sofaen. Slått ut i pillerus.

- Jeg kjenner fremdeles på den følelsen, det ansvaret et barn får, når mamma ligger der sløv på sofaen.

Brannen er den andre på kort tid. Forrige gang sovnet moren med røyken i hånda. Madrassen tok fyr. I samme etasje var tre barn i ferd med å legge seg. På egen hånd. Mohammed oppdaget hva som var i ferd med å skje, og fikk slukket brannen.

Når det gjentar seg på kjøkkenet, finner han pulverapparatet og spyler ned komfyren og veggene. Det går på automatikk. Han er i grunn ganske rolig. Kjøkkenet er nedsota. Søskenene, som er enda yngre, står vettskremte og ser på.

Dagene, månedene og årene går. Mohammed er den voksne hjemme. Faren er mye borte på jobb. Når han ikke er på jobb, er det høylytt krangling mellom han og moren. Han hører fremdeles ordene fra faren. Han kalte henne narkoman. Hun skrek og kjefte tilbake.

Gikk under radaren

Det er vår 2024. Ved en benk i parken der Mohammed bor, fylles luften med toner fra noen fugler. Vi går inn i oppgangen. Mohammed venter i etasjen over inngangspartiet. Han hilser oss velkommen i en leilighet han skal leie ut.

Han ser ned i gulvet før han kaster et raskt blikk på bøtta med såpevann. Leiligheten er strippet for møbler. Kun et kjøleskap og en vaske-maskin står igjen etter leietakeren som nylig flyttet ut.

Han erkjenner at han kjenner seg like varm som vaskevannet. Samtidig vrir hendene kluten, før han drar vaskekosten over gulvet med mekaniske bevegelser.

- Fint at dere kunne møte meg her, det er hektisk nå, med nye leietakere som skal flytte inn. Jeg må jo innrømme at jeg har vært veldig spent, medgir han før han legger til.

- Ikke det at jeg ikke kan snakke om foreldrene mine, men jeg er jo ikke vant til at noen er interessert eller at min historie er viktig.

- Mammars rusbruk har foregått under nesa på barnevern, lærere og ulike helsetjenester. Gjennom hele oppveksten vår, sier Mohammed bestemt.

- Vi har en begrenset forståelse av hva en oppvekst med rus, vold og omsorgssvikt innebærer. Det snakkes om, men når det gjelder, er det som om samfunnet ser vekk.

- Jeg elsket faren min

- Før mamma begynte med piller, var hun en ganske vanlig husmor. Hun var hjemme med oss. Pappa eide egen virksomhet. Han jobbet mye og tjente bra. Jeg har egentlig bare gode minner fra den tiden.

Etter en ferietur endret alt seg. Mohammed var omlag 5-6 år. Han forteller om konflikter og uro, som også involverte andre familiemedlemmer.

Når de kom hjem, var stemningen annerledes. Mohammed husker at faren slo moren. Alt han så var hvordan neven knyttet seg. Deretter hvordan den traff det beinete kinnet til moren. Hun sank sammen i det hun tok seg til ansiktet.

- Det eneste jeg oppfattet var at pappa slo. Jeg ble redd. Jeg skjønte ingenting.

Historiene kommer i voldsom fart. 35-åringen forteller om et hjem med konstant uro og frykt. Notater fra en journal viser til en skolegutt med vondt i magen, vondt i hodet og dårlig søvn. Mohammed husker selv at han tisset på seg.

Mohammed forteller om sin barndom preget av mange år med omsorgssvikt.

Konklusjonen var som oftest at klassen hadde fått en gutt som utagerte. Han ble gutten med konsentrasjonsvansker. Mohammed ble mer og mer sinna. Trist. Selv husker han at han var mye svimmel. Hadde hjertebank. Han husker at han svettet mye.

- En scene jeg aldri glemmer, var når han dro mamma opp fra håret. Opp flere etasjer. Jeg fikk strengt beskjed om å bli nede. Jeg tror dette var første gang jeg hørte at han truet med å drepe henne.

Faren holdt en kniv i hånda. Moren skrek, og ropte Mohammeds navn. Da han kom inn i samme rom, kastet faren kniven fra seg.

- Alt dette sitter godt. Jeg husker jeg var usikker og redd, jeg skjønte ikke hvorfor han gjorde alt dette. Mamma sa bare at han var slem.

- Men mamma var heller ikke særlig kjærlig. Hun var streng. Hard. Jeg husker avvisningen fra henne.

- Og så husker jeg, at når jeg var liten, før alt startet, elsket jeg faren min.

Mohammed ser ned i gulvet. Henter mer luft til ordene.

Så forteller han om faren, som var godt likt. En karismatisk type. Morsom. En som pratet mye med folk rundt. Men som plutselig endret seg når han kom inn døren hjemme. Han ble en djevel.

- Det gjorde alt veldig vanskelig. Som barn var det helt jævlig å se denne endringen i han.

Cocktail av beroligende

- I dag skjønner jeg mer av hva som skjedde.

- Jeg ser jo at moren min var stygg mot han. Mamma hadde en slags makt over alle. Når hun ikke fikk viljen sin, prøvde hun å skyve alle ut. Særlig faren min og meg. Det klarte hun jo fint, sier Mohammed ganske usentimentalt.

På et tidspunkt blir moren ble henvist til en psykiater. Mohammed mener hun var deprimert, og at hun trolig hadde en del angst. Av legen fikk hun foreskrevet beroligende medikamenter.

-Somadril, sier Mohammed kontant. Jeg husker pillene på badet. I begynnelsen fulgte hun sikkert anvisningen, med etterhvert eskalerte det.

Reseptanbefalinger som ikke ble fulgt. Høyere doser enn foreskrevet og bruk av andres medisiner.

- Jeg husker godt hvordan hun etterhvert knasket piller. Det var krevende å se hvordan hun

forsvant inn i dette, og det var vanskelig å forholde seg til at hun ble mer og mer kranglete, sier 35-åringen før han videre omtaler særs dysfunksjonell hverdag. Kaotisk og uforutsigbar.

Han undrer seg over hvordan samfunnet i så stor grad nærmest tilrettelegger for en avhengighet som fanger mange mennesker og deres familier inn i en verden med lidelse.

Ifølge Mohammed var bruken av medikamenter åpenlys. Paralgin Forte, Valium, Sanax, Rivotril, Somadril, Nobligan.

- Tramadol, masse tramadol. Sammen med Sobril. En cocktail, ramser han opp.

Mohammed minnes snøvlingen hennes. Hvordan faren kjeftet, og gråt. Moren som våknet litt, i et rykk, og skrek tilbake. Fikk utløp for hatet sitt. Søsken som gråt. Sjelsettende fortellinger om en mor som rusa seg på piller fremfor å lage mat til barna. Som ble liggende på sofaen. Sløv. Hun kunne jage barna på dør, sene kvelder, fordi hun skulle ha huset for seg selv. Andre ganger lå hun på sofaen i mange timer.

En dag endret verden seg ytterligere.

- Jeg tror jeg gikk på førskolen, og jeg hadde glemte å gjøre lekser. Jeg husker at pappa fikk en voldsom reaksjon. Mot meg.

Jeg ble kasta ned trappa. Håndleddet knakk og jeg blødde ut av munnen. En annen gang så jeg på TV lenger enn det jeg skulle. Da brukte han TV-antennen til å piske kroppen min.

Ifølge Mohammed ble han sjeldent tatt med til legen, men når foreldrene først måtte, ble Mohammed tvunget til å lyve om hendelsene.

- Jeg sa at jeg hadde falt.

Journalen forteller om kutt, brudd og blåmerker. Smertefulle sår.

- Jeg varslet barnevernet selv i 4. klasse. Jeg hadde en lærer som het Petter, han ble jeg veldig knytta til, og han hjalp meg.

Men når Barnevernstjenesten kontakten foreldrene for å gjøre undersøkelser, glapp familien unna som våte såpestykker.

- Det skjedde ingenting. De kom ikke hjem til oss engang.

- Jeg har aldri fått så mye juling av pappa, konstaterer Mohammed.

Volden, som faren utsatte barna for, oppstod ut av det blå.

«Jeg husker godt hvordan mamma etterhvert knasket piller»

Etter dette minnes Mohammed husker en konstant emosjonell kulde fra faren.

- Jeg har tenkt mye på hvordan en familie kunne gå så til grunne uten at noen grep inn.

- Jeg forsøkte på et tidspunkt å gjøre noe, ta ansvar. Jeg kasta pillene til mamma flere ganger, men hun ble rasende. En dag tok jeg mot til meg og forsøkte å snakke med henne om misbruket.

Da slo moren for første gang. Et slag i ansiktet. Deretter på kroppen. Mohammed kjente seg umiddelbart mettet av vold. Fra faren. Og nå fra moren.

- Bare slå, sa jeg etter det første slaget.

- Skal jeg gi deg et belte så du kan slå hardere? Fortsatte jeg.

Så begynte hun å knuse inventar og tallerkener i stedet.

- Rus endrer alt, sier han.

- Det har foregått under nesa på barnevern, lærere og ulike helsetjenester. Gjennom hele oppveksten.

«Av skade blir man skadet»

Det første Mohammed fortalte over telefonen når vi ringte for å avtale tid til et intervju, var at livet hans, stort sett har handlet om morens rus. Han kjenner godt til det gamle ordtaket «av skade blir man klok». Men hans påstand er at «av skade blir man skadet».

De dypeste arrene i dag er tilhørighetsproblematikken.

- Det at jeg ikke hørte til noe sted. Den svir. I dag, når jeg ser en video av en far som er stolt av sønnen sin, får jeg tårer i øyene. Når jeg ser en far som verdsetter, hjelper og veileder, blir jeg rørt.

Mohammed er klar på at han ikke rygget inn i avgrunnen når han søkte til gata. Han var aldri redd for at hans synder der, ville følge etter. Han mener selv at han gikk inn med viten og vilje. Han ønsket å bli skrekken som kunne stige inn fra skyggene. Nedarvet av dramaet i kulissene hjemme. Sannheten var, at av alle farer som lurte ute i gata, var det moren og faren som var den største.

- Jeg kom fra noe mørkt og gikk inn i noe som for andre kan se mørkere ut. Man kan tro at jeg ble dratt inn i det, eller skjøvet. Men det handler på mange måter om bevisste valg.

- Jeg, som mange andre gategutter, har aldri opplevd eller erfart genuin godhet før vi havner på gata, erklærer han før han drar oss med inn i en 24 år gammel historie.



Mohammed befinner seg på en plass i hovedstaden. Omgivelsene fremstår forvirret av døgnets lover. Som om det ikke er bestemt hva stedet skal være. Unggutten Mohammed er som mange av de andre. De er sterke. Uovervinnelige. Immune mot farene. Som om de har en pakt.

Han står ved et av Oslos gatchjørner. Ved siden han står vennen. Guttene går lydløst over hard asfalt og betrakter verden «nedenfra».

- Vi hadde ingen sikkerhetsnett. Verken foreldre. Politi. Barnevern. Vi måtte klare oss selv, markerer Mohammed.

Han forteller om et stort gjengoppgjør på et av byens sentrale plasser. Et høyt antall menn barket sammen. Det var jernrør. Kniver. Slåsshanser. De trampet på hverandre. Sparket hoder. Kropper. Noen livløse. Det var blod. Høye rop.

- Jeg husker vi ble stående å se på, sier Mohammed om en scene som satte resten av verden i pause.

Han ble inspirert.

Mistet sin beste venn

Tiden gikk. Han lærte å sloss. Småkriminalitet ble storkriminalitet. Nettverk ble dannet.

- Jo lenger ut i mørkets farvann jeg kom, desto mer ble samfunnets regler en byrde.

Ut av sivilisasjonen. Inn i krigen, som han kaller det. For det var akkurat slik det opplevdes. Tilværelsen ble et sted som hadde erklært krig mot seg selv for å finne svarene. Det var som om alle var utstyrt med horn, kniver og aggresjon.

Men en dag krevde døden livet til hans beste venn.

- Ingenting drar verden bort under ens føtter som dette. Når dette er alt du har.

Han forteller at det kjentes som at livet han levde svek han. Igjen. Dødens råtne finger fikk grep om hjertet den dagen. For hvorfor gjøre verden til et under, men fylle det med monstre.

- Jeg arvet nok sårbarheten for rusmidler, men jeg har alltid vært avholds. For mange fortøner det å ruse seg som den mest nærliggende måten å håndtere virkeligheten på. Min sårbarhet ble kriminalitet og store utfordringer med sinne.

«Det som har formet meg mest, er at jeg aldri har følt meg trygg»

Tilværelsen som voldskriminell tæret på livet. Mohammed forteller historier der han har kvestet folk for penger. Det var ubarmhjertige gjengjeldelser for hendelser folk var villig til å betale godt for. 35-åringen har i dag 13 arr i hodet og ansikt. Etter kniv stikk. Etter skudd. Et langt arr i venstre hamstring forteller om en dyp flenge. Mohammed har skadet andre og andre har skadet han. To ganger har noen forsøkt å drepe han.

- Historien har tatt hele livsgnisten min. Det har vært som en kran du ikke får bytta pakning på, og som bare stod og lakk hele tiden.

- Den dagen jeg varslet at jeg ville bli ferdig med dette, ble jeg skutt etter. Jeg har gjort så mye, og måtte derfor forsvinne litt.

Redningen ble et nytt liv. I fire år var Mohammed som sunket i jorden. I et annet land jobbet han målrettet for å legge kriminalitet og miljø bak seg. Deretter begynte han å studere. Han fikk kalibrert hodet. Nullstilt tanker og inntrykk.

I dag, 15 år senere er han gift. Han har barn, driver eget firma, i tillegg eier han flere leiligheter som han leier ut. Han har studert i utlandet. Fullført master.

Ga følelser og liv

- Det som formet meg mest, er at jeg aldri har følt meg trygg. Ikke fordi jeg ble banket av faren min, men fordi jeg aldri har følt at foreldrene mine har passet på meg. Jeg har følt meg konstant alene. Pappa slo meg, mamma trøstet ikke. Mamma rusa seg, pappa tok oss ikke bort fra dette, oppgir Mohammed med ærlighet og følsomhet for detaljer.

- Det var mange dilemmaer, følelser og vanskelige valg å ta. Følelser som svingte mellom håp og skuffelser. Jeg forsøkte å mestre hverdagen, men til slutt gjorde jeg motstand gjennom negative veivalg. Livsvalgene ble som en protest.

- Det er mange mekanismer som bidrar til at kriminalitet blir attraktivt for gutter som meg. Dypere sett handler det om et behov for å identifisere meg med noe som er større, legger han til.

- Ute, ble gruppeidentiteten på mange måter det jeg levde av. Jeg tenker det er sånn for de fleste unge som havner utenfor – og hvis vi skulle bli et enkeltindivid igjen, har vi ingenting. Det blir veldig styrende. Vi har ingen rundt oss som bidrar med et korrektiv, eller som sørger for at den verden vi egentlig skal leve i, oppleves som noe som også er for oss.

På spørsmål om hva som fikk han til å slutte, svarer han ganske kontant.

- Det var mamma. En dag vill hun prate. Hun visste ikke hva jeg drev med, men hun visste at det ikke var bra. Det ga meg håp om at det var følelser i henne likevel, ikke bare den rusa moren jeg var vant med.

Mohammed brukte flere år på å riste av seg gamle spøkelser. Noen henger fremdeles ved. Han fikk diagnosen PTSD i voksen alder og går fremdeles jevnlig til psykolog.

- Det handler om å bearbeide inntrykk, ta ansvar. Jeg har et godt liv i dag, mye takket være kona mi, som blåste følelser og liv i meg. Jeg var jo flat tidligere, men hun viste meg glede og kjærighet. Det overrasket meg at jeg kunne ta dette inn.

Første gang Mohammed kjente på frykt, var når han fikk egne barn.

- Etter at barna ble født gråt jeg for første gang. Jeg gråt under fødselen fordi jeg fikk vondt av kona. Jeg følte meg utilstrekkelig som mann. Det var en sterk kontrast til det jeg har stått i før, som usympatisk og empatiløs.

På spørsmål om relasjonen til foreldrene i dag. Svarer Mohammed ganske kontant.

- Den er død.

Det er et bevisst valg. Det handler ikke om bitterhet. Mine foreldre er på samme sted i livet. Mamma er rusavhengig, med det som følger. Hun sluttet aldri. Hun er selvcentrert, og hun skylder på alle andre for de tingene som går henne i mot. Det er store konflikter rundt henne, og jeg ønsker ikke dette inn i livet mitt.

- Som en del av min bearbeiding er det viktig at jeg anerkjenner at mammas rusbruk er hennes valg. Hun er den hun er.

- Jeg har også fått et annet blikk på pappa, og jeg tror det er viktig for min egen oppreisning. Det er ikke bra at han slo, han er en liten mann, men nå skjønner jeg mer av dynamikken mellom de to. De havnet i en ond spiral og de dro hverandre ned.

I dag er de skilt.

- Må sette kritisk blikk på rus

- I vårt samfunn går tusenvis av barn under radaren, tross for at de har en hjemmesituasjon som er så ekstrem at de fleste vil ha problemer med å se det for seg. Disse barna både skjules bak pene fasader, og de lider under at omgivelsene ikke tør varsle.

- Det er ekstremt feigt.

Han mener den jobben som gjøres i organisasjoner som IOGT, er livsviktig.

- Noe av det viktigste arbeidet IOGT bør gjøre i dag, mener jeg, er, foruten politisk påvirkningsarbeid, å vise frem familier og enkelt individer som kan normalisere det å avstå fra alle typer rusmidler. Både alkohol, narkotika og beroligende. Det handler om å vise verdien i et liv, uten å være påvirket, og at det er mulig å løse motgang uten beroligende.



tannhelsehuset
haraldsgaten as

430
GRAFISK





Demonstrasjonen som på kort tid ble invitert til foran Storginet samlet over 2000 mennesker

ANBUDSPROSESS MED FORVIKLINGER

Et samla rusfelt frykter en rasing av rusbehandlinga. Mye har gått galt både under og etter anbudsprosessen til Helse Sør-Øst. Nå er det ingen som veit hva som skjer.

TEKST: SIDSEL SKOTLAND

21. oktober ble endelig spenninga utløst: Helse Sør-Øst (HSØ) annonserte omsider resultatet fra den nervepirrende anbudsprosessen for private behandlingssteder innafor tverrfaglig spesialisert behandling.

Det ble et dramatisk resultat – bare 13 behandlingssteder fikk tildelt plasser – noen så få at det ikke er sikkert de likevel klarer å opprettholde drifta. 14 falt helt ut (se faktaboks) – mange av disse solide, tradisjonsrike behandlingssteder med mye kompetanse.

Et samla rusfelt reiste seg i harnisk, og 7. november samla det seg rundt 2000 sinte demonstranter på Jernbanetorget i Oslo for deretter å toge oppover Karl Johan til Stortinget med fakler – under hovedparolen «Stopp raseringa av rusfeltet!»

Bare rot

Under hele anbudsprosessen var det mye rot og flere utsettelse, og rotet bare fortsatte. Etter annonseringa kom det nemlig for dagen at HSØ under anbudsprosessen hadde glemt å sende ut et viktig brev. Konsekvensen av det var at tilbyderne ikke fikk de samme mulighe-

tene. Det resulterte i mange klager. HSØ la seg flat og annonserte at anbudskonkurransen skulle åpnes igjen. Altså at både de som hadde fått tildelt plasser og de som ikke hadde fått, kunne legge inn nye tilbud. Alle skulle få drive videre ett halvt år til etter 1. januar (som var den opprinnelige avviklingsdatoen for dem som ikke hadde fått kontrakt). Denne gjenåpninga falt vinnerne av konkurransen tungt for brystet og flere engasjerte advokat. De mener det ikke kan ansees som en konkurranse lenger når tilbudene deres med pris, antall plasser osv. nå er offentlig tilgjengelig – når alle korta altså ligger på bordet.

Alt har stoppa opp

Dermed har alt stoppa opp. HSØ har ikke gjenåpna konkurransen likevel og når denne artikkelen går i trykken er det ingen som veit hva som skjer. Beboere, pårørende og ansatte svever i uvisshet – både der de har fått tildelt plasser og der de ikke har fått kontrakt. Noen mener hele anbudet må kanselleres.

Mange kritiserer hvordan anbudsprosessen har foregått, de aller fleste er svært kritiske til resultatet, og mange er kritiske til at det i det heletatt foregår anbudsprosesser med konkurranse på pris i helse- og behandlingsfeltet.

Avtalene skulle i utgangspunktet ha en varighet på fire år fra 1. januar 2025, med mulig videreføring i til sammen 4 år til. Men nå er altså alt åpent.

FAKTA

DE SOM FIKK AVTALER:

Døgnbehandling, unge voksne pasienter med samtidig ruslidelse og psykisk lidelse:

Stiftelsen Fekjær, Sør Aurdal
Blå Kors Behandling, Skien
Lukas Stiftelsen, Indre Østfold

Døgnbehandling korttid, pasienter med ulik avhengighetsproblematikk som ikke kan nyttiggjøre seg kun av poliklinisk behandling – inntil tre måneder:

Stiftelsen Kirkens Bymisjon, Oslo
Blå Kors Behandling, Oslo
Tyrilistiftelsen, Oslo
Blå Kors Behandling, Skien
Stiftelsen Trasopklinikken, Oslo
Mestringshusene Bolkesjø AS, Notodden

Døgnbehandling langtid, pasienter med ulik avhengighetsproblematikk som ikke kan nyttiggjøre seg kun av poliklinisk behandling – inntil seks måneder.

Vitalis Helse avd. Holmen gård, Kragerø
Blå Kors Behandling AS, Vestre Toten
Blå Kors Behandling AS, Vennesla
Blå Kors Behandling AS, Skien
Stiftelsen Fossumkollektivet, Ås
Tyrilistiftelsen, Oslo

Døgnbehandling langtid, pasienter med ulik avhengighetsproblematikk som ikke kan nyttiggjøre seg kun av poliklinisk behandling – inntil ni måneder.

Stiftelsen Fredheim, Ringsaker
Stiftelsen Phoenix, Indre Østfold
Stiftelsen Riisby Behandlingssenter, Østre Toten
Stiftelsen Fossumkollektivet, Spydeberg
Stiftelsen Solliakollektivet, Trostad, Østre Toten
Stiftelsen Kirkens Bymisjon, Våler kommune i Østfold

Døgnbehandling, frivillig innleggelse av gravide pasienter og pasienter med små barn – inntil ni måneder.

Blå Kors Behandling AS, Skien

DISSE HAR IKKE FÅTT FORNYA AVTALER:

Arken, Oslo
Frelsesarmeens Behandlingstunet, Fetsund
Incognito Klinikk, Oslo
Samtun AS, Telemark
Kirkens Bymisjons Veslelien, Brumunddal
Stiftelsen Manifestsenteret, Røyken
Renåvangen, Rendalen

Fire avdelinger innafor Tyrili-stiftelsen:

Tyriliseret i Skien
Tyrili Arena Arendal
Tyriliseret i Lillehammer
Tyrili Frankmotunet

Tre avdelinger innafor Fossumkollektivet:

Avdeling Solvold, Stange
Avdeling Sørligard, Hamar
Avdeling Rud, Spydeberg



Elevene foran Forum Romanum i Roma



Elevene fra Åsane fikk over være med på oliveninnhøstingen

UNGE FÅR RASKERE SVAR – ÅSANE FOLKEHØGSKOLE SER MULIGHETER

Fra og med i år vil ungdom som søker folkehøgskole få svar allerede fra 15. november, nesten tre måneder tidligere enn før. Daglig leder i informasjonskontoret for folkehøgskolene, Dorte Birch, er tydelig på hvorfor dette er viktig.

– Nå blir året etter videregående mye mer forutsigbart for unge. De kan senke skuldrene og planlegge bedre, sier Birch. Tidligere måtte tusenvis av søkere vente helt til februar på svar, noe som skapte usikkerhet i en allerede stressende periode.

Endringen, som gjør at opptak skjer løpende fra midten av november, har også et strategisk mål: Å tiltrekke flere elever. Birch håper at tidligere svar skal inspirere flere unge til å søke og dermed oppdage hva et folkehøgskoleår kan bety. – Folkehøgskole er et av de beste valgene man kan ta. Vi ønsker at flere får oppleve hvor givende og utviklende dette året kan være, sier hun.

På vår folkehøgskole Åsane merker man allerede effekten av endringen, og har en økning i antall søkere på 30 prosent sammenlignet med i fjor. Også andre folkehøgskoler melder om det samme. Det spennende nå blir hvordan dette utvikler seg i 2025.

Din framtid – en linje for livet

Blant de mest unike tilbudene på Åsane er linjen «Din framtid». Den kombinerer personlig utvikling, praktiske ferdigheter og kulturelle opplevelser, og tiltrekker seg elever som ønsker mer enn bare et vanlig skoleår. Her jobber de med alt fra selvutvikling og yoga til matredning og bedriftsstyring.

Sondre Golten, en av årets elever, beskriver valget som en overraskende reise.

– Da jeg søkte valgte jeg denne linjen fordi den inneholdt matlaging. Jeg var usikker på om jeg kom til å like de andre tingene som var på linjen, men jeg fant raskt ut at både yoga og meditasjon er noe jeg trives med, selv om jeg aldri hadde prøvd dette før. Lærer Angela får også ros. – Hun skaper alltid god stemning og er virkelig god til å lære bort det hun kan.

Linjen handler ikke bare om klasseromsaktiviteter. Hver høst legger elevene ut på en studietur, og i 2024 gikk reisen

til Italia. Anneli Aslaksen, en annen elev på linjen, beskriver turen som en opplevelse for livet.

– Turen til Italia var bare helt magisk! Først var vi i en liten by der vi lærte om olivenproduksjon og hjelp med innhøsting av oliven. Det er ganske facinerende hvordan man høster og presser oliven til olje. Jeg lærte hva som påvirker smaken til oljen og det var interessant å prøve smake ulike kvaliteter. Jeg like den livlige, åpne og direkte kulturen – folk var ikke redd for å ta kontakt, sier Anneli.

I tillegg fikk de utforske Roma med alt fra historiske bygninger til livlige gatefylt med musikk.

– Jeg er jo veldig glad i sol og shopping så dette var virkelig en plass for meg. Det var spennende å høre om historien til både skulpturer, kirker og storslåtte bygninger. Turen ble en fellesskapsopplevelse der jeg kom nærmere de i klassen.

Ørnulf Thorbjørnsen
Leder i IOGT Norge

HVA SKJER I USA?

USA har lenge vært i front når det gjelder en mer liberal narkotikalovgivning. Flere delstater har legalisert.

AV JAN TORE EVENSEN

Støttet av et flertall

Et flertall i befolkningen er tilhengere av legalisering, selv om tallet har gått litt ned det siste året. 52 prosent mener at legalisering vil være godt for økonomien, mens 42 prosent legger vekt på at det gjør rettssystemet mer rettferdig. 32 prosent mener imidlertid at det gjør samfunnet mindre trygt, mens 21 tror det blir mer trygt og 44 prosent sier at det ikke betyr noen forskjell. Tallene forteller hvordan bruk av cannabis har blitt normalisert.

Færre endringer føderalt

Føderalt har utviklingen gått saktere enn i delstatene. Det at cannabis ikke er legalisert på føderalt nivå gjør at man ikke kan bruke store deler av banksystemet eller kredittkort. Det fører til at det meste av betalingene skjer kontant, som skaper flere praktiske problemer. Et forslag om å gjøre noe med dette har versert i Senatet i mange år uten at det har kommet opp til avstemning. I en tid med økt polarisering har det vært en av sakene som har hatt tverrpolitisk støtte, selv om det tradisjonelt har vært flere demokrater enn republikanere som har støttet legalisering. Ser vi på stater som har legalisert har det også i all hovedsak vært i stater styrt av demokratene, selv om flere republikanske stater har legalisert medisinsk cannabis.

Det er usikkert om dette vil komme opp på ny etter at republikanerne nå har flertall både i senatet og representantenes hus.

Nedklassifisert

President Biden har tradisjonelt blitt regnet som restriktiv i disse spørsmålene. Han har uttalt seg mot legalisering, men har gjort andre endringer. Tidligere i år fulgte DEA (en organisasjon som lager regler for narkotika i USA) opp en forespørsel fra presidenten om å endre hvordan cannabis er klassifisert. Tidligere var det i den strengeste kategorien, Schedule I, som betyr at det ble sett på som veldig farlig og uten medisinsk nytte. Nå ønsker de å flytte det til Schedule III, som betyr at det fortsatt kan ha noen risikoer, men at det også kan brukes til medisinske formål.

Dette gjør ikke cannabis lovlig, men det kan gjøre det enklere for leger og forskere å undersøke og bruke cannabis i medisinsk øyemed. Det betyr også at reglene for cannabis i helsevesenet kan endres i fremtiden. Presidenten, som går av i januar, har uttrykt at denne omklassifiseringen er et skritt mot å rette opp det han kaller tidligere urettferdigheter knyttet til kriminalisering av cannabisbruk. Slik sett signaliserer det også en mer liberal tilnærming.

Tapte folkeavstemninger

Selve valget førte til flere nederlag for legaliseringstilhengerne. Velgere i Florida, North Dakota og South Dakota stemte over forslag om å legalisere rekreasjonell bruk av cannabis. I begge Dakota-statene ble det nedstemt. Florida, som allerede tillater medisinsk bruk, foreslo å utvide til rekreasjonell bruk. Dette svarte et flertall av velgerne ja til, men ikke nok for å nå de 60 prosentene som kreves. I Nebraska ble det flertall for å legalisere medisinsk bruk.

Skiftet mening

De to presidentkandidatene hadde en

blandet historie når det gjaldt holdninger til legalisering, og spørsmålet ble klart brukt i valgkampen for å nå kjernevelgere. Som distriktsadvokat i San Francisco i 2010 motsatte Camilla Harris seg et forslag om å legalisere bruk av cannabis i California. Senere har hun endret standpunkt og har støttet føderal legalisering, blant annet under sin valgkamp i 2020. Under presidentkampanjen gikk hun ut og støttet dette.

Donald Trumps syn på legalisering av narkotika har også endret seg. I 1990, mange år før han ble politiker, uttalte han at «krigen mot narkotika» var tapt og at USA burde legalisere. Under sin presidentkampanje i 2016 inntok han en annen holdning, og uttrykte motstand mot legalisering av cannabis. Likevel har han støttet medisinsk bruk og ment at delstatene bør ha myndighet til selv å bestemme. Når det gjaldt forslaget i Florida støttet han dette.

Uklart hva som skjer

Hva som nå skjer, er uklart. Trump støtte til legalisering i Florida er et signal om en mulig mer liberal tilnærming. Samtidig er kampen mot narkotikakriminalitet et av hovedpunktene i hans agenda, særlig når det gjelder kartellene i Mexico, hvor han ikke har utelukket å bruke militære styrker. Han har også truet Mexico og Canada med straffetoll på 25 % om de ikke gjør noe med smuglingen over grensen. Presidenten vil neppe endre på de vedtakene som alt er fattet, men om han for eksempel vil legge ned veto mot et vedtak om legalisering fra senatet er usikkert.

Samtidig er den nye helseministeren Robert Kennedy Jr. en klar tilhenger av legalisering både av cannabis og psykedelia. Kennedy, som selv har slitt med avhengighetsproblemer, vil at skattene fra salg skal gå til behandling.

Hvit Jul-kampanjen har preget IOGTs budskap i sosiale media de siste par månedene. Med et klart budskap, inspirerende bilder og kunnskapsbasert tekst informerer vi om hvordan de voksnes alkoholvaner påvirker barn.

Kampen om sannheten

Jula er barnas høytid, men også de dagene i året det konsumeres mest alkohol i de tusen hjem. Budskapet vårt er tydelig, barn og alkohol hører ikke sammen. Gi barna en hvit jul! Når vi møter folk på Hvit Jul-stand, er det sjelden vi treffer noen som er av helt motsatt oppfatning, selv om ikke alle vil ta konsekvensen av det.

Vårt budskap er at barn og alkohol ikke hører sammen. Men det er så mange andre kilder som påvirker. Avisenes vinspalter og test av årets juleøl formidler fest og stas uten at ulempen med rus er tema. Produsentene av alkohol-produktene presser på for å uthule forbudet mot alkoholreklamer og vil gjerne «informere» på nett om produktene sine.

Vi har nettopp vært vitne til en amerikansk valgkamp preget av løgn og halvsannheter hvor målet primært er å skape forvirring og usikkerhet om hva som er sannhet og løgn. Det viktigste er ikke at løgnene blir trodd, men at sannheten er vanskelig å finne. Helsemyndighetene har gitt tydelige råd om helserisikoen knyttet til alkoholbruk, mens advarselsmerking av alkoholholdige drikkevarer uteblir.

Vi har en pågående narkotikadebatt som er preget av det samme. Det fremsettes udokumenterte påstander om vellykket liberalisering av cannabis rundt om i verden, men sannheten er voksende problemer i arbeidslivet, trafikken og med brukernes fysiske og mentale helse. Det er en utfordring at politiske partier snakker med autoritet om hvor uproblematisk liberalisering er, uten å interessere seg særlig for realitetene.

Mange foreldre er bekymret over tendensen til et mer liberalt syn på narkotika. Vi ser at mange unge tolker argumentene for liberalisering av narkotika som signaler

om at cannabis er ufarlig og «nesten» lovlig. Vi tar foreldrenes bekymring på alvor og tar initiativ til en støtteaksjon for bekymrede foreldre.

For svært mange, særlig de unge er sosiale media den viktigste kilden til nyheter og informasjon. Når vi vet at systemet fungerer slik at du i disse kanalene føres med mer av det du har vist interesse for eller liker, så blir horisonten smal og motforestillingene blir få. Dette gjelder ikke bare ungdom. Du kan søke etter informasjon, i neste runde vil denne informasjonen oppsøke deg. Når algoritmene styrer hva folk skal få av informasjon, smuldrer felles sannheter bort.

I framtida vil kampen om oppmerksomheten være utfordringen for alle som ønsker å nå ut med kunnskap og fakta. Det vil også være IOGTs utfordring, vi kan fort forsvinne i mylderet av sant og usant på internett og sosiale media.

Det er derfor det er så viktig å møte mennesker ansikt til ansikt, snakke med folk, argumentere og diskutere. Nesten 20.000 mennesker signerer på Hvit Jul-kampanjen og vi snakker med mange titusen om tema barn og alkohol. Uten aktive medlemmer og frivillige er ikke disse møtene mulig.

Takk til alle dere som stiller opp og gjør en jobb for Hvit Jul og sannheten om barn og alkohol.

Godt nytt år!
Vennlig hilsen

Ørnulf Thorbjørnsen



Ungdommer som ikke drikker

Generasjon Z, generasjonen født fra midten av 90-tallet og frem til 2010, spiller en nøkkelrolle i den økende «sober curious»-bevegelsen, en trend hvor unge mennesker velger bort alkohol eller reduserer sitt forbruk, forteller Movendi International. Flere faktorer har bidratt til denne utviklingen, blant annet en sterkere bevissthet rundt psykisk helse, og ønsket om en sunnere livsstil blant unge. Generasjon Z ser ut til å oppleve større aksept for å velge en alkoholfri livsstil sammenlignet med tidligere generasjoner.

Større marked for alkoholfrie drikker

Denne bevegelsen vokser samtidig med fremveksten av et marked for alkoholfrie drikker, som gir flere alternativer for dem som vil delta i sosiale aktiviteter uten å drikke alkohol. Movendi peker også på at mange i generasjon Z

er opptatt av å redusere risikoen for både kortsiktige og langsiktige helseskader, som har bidratt til en økt interesse for alkoholfrie alternativer. Flere aktører i helse- og næringslivet har merket seg trenden, og det har ført til en økning i tilgjengelige alkoholfrie alternativer, som mocktails og alkoholfritt øl. Movendi konkluderer med at denne utviklingen ikke bare påvirker vanene til unge mennesker, men også fremtidens alkoholmarked. Med generasjon Z som en viktig pådriver, ser det ut til at «sober curious»-bevegelsen vil fortsette å vokse og utfordre alkoholens sentrale rolle i sosiale sammenhenger.



KILDE

Legalisering førte til økt bruk blant ungdommer

Etter at cannabis har blitt legalisert i flere amerikanske stater har man sett økning i de fleste aldersgrupper. Men blant tenåringer har funnene vært at bruken er stabil. En systematisk gjennomgang av 64 relevante artikler stiller imidlertid spørsmål ved dette. Målet har vært å analysere effektene av statlige cannabislovgivninger på cannabisbruk blant unge. Resultatene viser at legalisering av medisinsk cannabis ikke har en signifikant effekt på cannabisbruken, mens legalisering for rekreasjonelt bruk er assosiert med en moderat økning i bruken blant unge, spesielt blant unge voksne. Det er særlig blant nyere studier hvor man finner denne sammenheng.

Ønsker mer forskning

Forskerne konkluderer med at legalisering av rekreasjonell cannabis har komplekse og heterogene effekter på unge, som varierer etter alder og lovgivningstype. De anbefaler videre forskning for bedre å forstå hvordan rekreasjonell legalisering påvirker ungdom, spesielt ettersom flere stater i USA fortsetter å endre sine lover. Denne studien gir verdifull innsikt for beslutningstakere, helsepersonell og forskere som vurderer konsekvensene av cannabislegalisering for folkehelsen.



KILDE

Alkohol spiller en stor rolle i antallet krefttilfeller

En ny studie fremhevet av Movendi International viser at alkohol spiller en betydelig rolle i krefttilfeller globalt. Forskningen påpeker at alkohol er en direkte årsak til flere typer kreft, inkludert kreft i lever, bryst, spiserør og tykktarm, og at risikoen øker med alkoholkonsumet. Studien peker på at selv lavt til moderat alkoholforbruk kan øke risikoen for kreft, noe som utfordrer den utbredte oppfatningen om at moderat drikking er trygt.

Lite kjent blant folk flest

Forskerne bak studien understreker behovet for å øke bevisstheten om sammenhengen mellom alkohol og kreft, som ofte er lite kjent blant folk flest. Mangelen på kunnskap gjør det utfordrende for enkeltpersoner å ta informerte valg om alkoholbruk og kan bidra til en fortsatt høy forekomst av krefttilfeller forbundet med alkohol. Movendi påpeker også at mange nasjonale og internasjonale helseorganisasjoner fortsatt ikke inkluderer informasjon om kreft som en alkoholrelatert risiko i sine retningslinjer og advarsler, noe som gjør det vanskeligere å bekjempe problemet.

Foreslår høyere avgifter

Studien foreslår at tiltak som høyere avgifter på alkohol, strengere markedsføringsregler, og informasjonskampanjer rettet mot allmennheten, kan være effektive måter å redusere alkoholrelatert kreftforekomst på. Movendi konkluderer med at politiske tiltak og bedre informasjon er avgjørende for å håndtere kreftkrisen knyttet til alkohol. For å møte denne utfordringen effektivt, oppfordrer Movendi til en integrert tilnærming i folkehelsearbeidet som inkluderer både forebygging og økt bevissthet om alkoholens helserisiko.



KILDE



Mulig sammenheng mellom kreft og cannabisbruk

En omfattende studie gjennomgått i *The Lancet* undersøker de potensielle kreftfremkallende effektene av cannabisbruk i USA, etter legaliseringen for medisinsk og for rekreasjonelt bruk i flere delstater. Studien viser at sammenhengen mellom cannabisbruk og kreft er indikativ, men ikke entydig. Den sterkeste koblingen er til testikkelkreft, men det finnes også økende bevis for mulig risiko for andre krefttyper, som lunge-, hode-, hals- og brystkreft. Selv om mange studier peker mot en sammenheng, understreker forskerne behovet for ytterligere forskning som kontrollerer for mulige feilkilder og metoder som kan gi pålitelige resultater.

Kunnskapshull

Studien påpeker også viktige kunnskapshull. Tidligere forskning har ofte hatt metodiske begrensninger, som mangelfulle data om eksponeringsnivå og selvrapportering av cannabisbruk, som har skapt usikkerhet i resultatene. Ettersom cannabisrøyk har likheter med tobakksrøyk, antas det at cannabis også kan øke kreftrisikoen, men cannabinoidene i planten kan potensielt dempe disse effektene, noe som kompliserer bildet. Forskerne fremhever behovet for å undersøke de helsemessige konsekvensene av de mange nye cannabisproduktene som nå er tilgjengelige, inkludert e-sigaretter og spiselige produkter, ettersom disse kan ha forskjellige risikoprofiler.



KILDE

KONTAKT IOGT:

Henvendelser vedrørende medlemskap, adresseendringer
mv. sendes til adressen over, iogt@iogt.no eller på telefon til 23 21 45 80.



Lytt til **IOGTs PODCAST** **FOR FORELDRE**

Sterk&Klar: En podcast som gir foreldre verktøy og kunnskap om ungdom i dagens samfunn

Fikk du med deg disse episodene?



Ny sesong nå! Lær mer om:

- Å drikke alkohol med barn tilstede
- Å kjøpe alkohol til egne barn
- Rus og overgrep
- Sosiale medier, jenter og alkohol

DU FINNER DEN

DER DU LYTTET TIL PODCAST



sterkogklar.no/podcast