

Tobak - råd för gravida

Alla former av tobak har en negativ inverkan på kvinnan och hennes foster under graviditet. Det är viktigt att informera om de stora vinster som finns med att minska eller sluta att använda tobak under graviditet.

Cigaretter

Ökar risken för tillväxthämning, intrauterin fosterdöd (IUFD) och plötslig spädbarnsdöd. Risken för prematurbörd och placentaavlossning är också ökad för kvinnor som röker under graviditeten

Snus

Snus ger en högre halt av nikotin i blodet och detta passerar fritt över placenta till fostret samt över i bröstmjolk. Jämfört med halten nikotin i moderns blod är den högre i fostervatten, navelsträngsblod och bröstmjolk. Snus innebär en ökad risk för prematurbörd, preeklampsi och IUFD

Vattenpipa och e-cigaretter

Användning av **vattenpipa** innebär att den som röker får i sig högre halter av nikotin – en session på 1 tim. motsvarar enligt WHO röken från 100 cigaretter. Röken innehåller även höga halter av tjära, kolmonoxid och tungmetaller.

E-cigaretter utlovar ett sätt att sluta med vanliga cigaretter men det är inte finns inga vetenskapliga belägg för att använda "avvänjningsmedel". Det finns inte heller någon produktsäkerhetskontroll.

Handläggning

Alla gravida ska tillfrågas om tobaksbruk vid första inskrivningsbesöket hos BM. Fråga gärna om tobaksbruk i familjen.

- Kvinnan som använder tobak bör handläggas enligt följande: Informera om tobakens negativa effekter – använd MI metodik och motivera till tobaksfrihet.
- Ta på lämpligt sätt upp de kända riskerna, även passiv rökning.
- Kvinnan ska informeras om att nikotinersättningsmedel inte rekommenderas.
- Vid större bruk av cigaretter > 10/d eller snus > 10 doser/dag skall erbjudas extrabesök v 16–20 till barnmorska för uppföljning och enkla råd.
- Läkarsamtal ska övervägas vid planeringsrond och ev. diskussion om tillväxtkontroll.
- Ge information om stödinsatser som finns, tobaksavvänjare på vårdcentral, "Sluta – röka-linjen och 1177 där det finns länk till app. "Rökfri"
- Frågan om tobaksvanor ska upprepas i v 30–32 till alla kvinnor
- Överrapportering till BVC om samtycke ges av kvinnan då tobaksanvändning är aktuell för föräldrar som lever närmast nyfödda barnet.

Dokumentation

Registrera i Cosmic tobaksvanor, glöm inte att registrera pågående och avslutad tobaksanvändning i v 30–32. **OBSERVERA** att även de som inte röker så ska detta registreras två gånger under graviditeten.

Dokumenthistorik

Författare: Lena Axén

Granskning/ revidering:

2021-04-27: Lena Axén och Birgitta Segeblad, Revidering av Handläggning