

Lars-Göran Persson, med dr, distriktsläkare, Boda vårdcentral, Habo, och primärvårdens FoU-enhet, Jönköping  
(lg.persson@ltjkpg.se)

## »Kontrakt« hindrar skolungdomar från att börja använda tobak

### Andel rökande/snusande högstadieelever halverades under en sexårsperiod

II Tobaksanvändning, framför allt rökning, är enligt SBU den största enskilt förebyggbara orsaken till sjuklighet och för tidig död [1]. De allra flesta som börjar använda tobak gör det i tonåren och i första hand under högstadietiden, ofta på grund av nyfikenhet och gruppptryck [2]. Nikotinberoendet gör att de allra flesta som börjar använda tobak vanemässigt också fortsätter. Om man via aktiviteter i skolan kan påverka ungdomar att inte börja röka eller snusa skulle mycket vara vunnet för ungdomarnas framtida hälsa.

Den så kallade kontraktmetoden har använts som ett sätt att få skolungdomar att bli inte börja använda tobak. Genom att skriva på ett kontrakt lovar eleven olika saker. Omfattningen av kontraktet, förmåner och kontraktstid skiljer sig mellan olika skolor.

#### II Bakgrund

I högstadieskolan i Habo kommun har en modell för ett kontrakt, »Antidrogkortet«, använts sedan 1995 som ett komplement till den ordinarie undervisningen om alkohol, narkotika och tobak. Initiativet har tagits av »Droggruppen«, som är en arbetsgrupp under det lokala folkhälsorådet med representanter från bl a skola, fritidsgård, primärvård och landstingets folkhälsoavdelning.

Alla elever erbjuds att ta emot ett personligt numrerat kort, i kontokortsformat. Genom att skriva sin namnteckning på kortet lovar eleven att inte röka eller snusa under skolarbetet. Kortet fungerar då som en lottsedel för priser som delas ut två gånger per termin i samband med gemensamma aktiviteter i skolan när alla klasser är samlade. Priserna kan utgöras exempelvis av presentkort på kläder, bandspelare, cd-skivor och biobiljetter. I och med att pristagarnas namn sätts upp på en anslagstavla före prisutdelningen blir det en automatisk kontroll från kamraterna att ingen som fuskat hämtar pris. Kamraterna känner som regel till om någon som har Antidrogkortet har smygrökt eller -snusat. Den elev som använt tobak lämnar tillbaka kortet men kan få det tillbaka nästa termin om hon/han på nytt lovar att inte använda tobak.

Lokala företag och kommunala förvaltningar täcker större delen av kostnaden för kortet, som tryckning, priser etc. Den praktiska hanteringen av kortet sköts gemensamt av personal på skolan och fritidsgården.

En beskrivning av kontraktmetoden och en diskussion

#### SAMMANFATTAT

Ett »kontrakt«, som skrivs under av eleven, har använts i olika skolor i Sverige för att förhindra användning av tobak och andra droger.

På högstadieskolan i Habo har en modell för ett sådant kontrakt, »Antidrogkortet«, använts sedan 1995. Genom att skriva på kortet lovar eleven att inte använda tobak under läsåret. Kortet fungerar då som en lottsedel vid prisutdelningar två gånger per termin.

En enkätutvärdering av vad eleverna tycker om kortet har gjorts. På frågan »Har kortet hjälpt till att hindra dig från att börja röka eller snusa?« svarade nästan en tredjedel av eleverna ja.

Under den tid som kortet använts har andelen rökare minskat från 16 till 7 procent bland eleverna i årskurs 7–9; andelen snusare har minskat från 8 till 4 procent.

kring denna har gjorts av Folkhälsoinstitutet [3]. Någon svensk utvärdering av vad användarna (skolungdomarna) tycker har vi inte kunnat finna. Vi ville därför undersöka vad eleverna själva tycker om Antidrogkortet och vilken inverkan det kan ha haft på deras tobaksvanor.

#### II Metod

En enkätundersökning gjordes under våren 2000 i Habo kommuns högstadieskola (årskurs 6–9). Skolan hade 645 elever. Frågorna var flervalsfrågor. På vissa frågor fanns möjlighet att komplettera svaren med egna ord. Frågorna omfattade bl a kunskaper om Antidrogkortet, vad man tyckte om kortet (fem olika svarsalternativ) och om man tyckte att det skulle finnas kvar. I enkäten ingick frågor om kortet hjälpt till att hindra eleverna från att börja röka eller snusa och om det hade fått dem att sluta. Det ingick också frågor om tänkbara orsaker till varför man inte hade tagit emot kortet.

Enkätundersökningar om tobaks- och alkoholanvändning har gjorts regelbundet i skolan i Habo sedan början av 1990-



Ett »Antidrogkort«, ett slags kontrakt där eleven förbinder sig att låta bli att röka eller snusa, kan vara ett bra hjälpmedel för att hindra ungdomar från att börja använda tobak, visar en enkätstudie i Habo kommuns högstadieskola.

talet med undantag av 1997–1998. I dessa enkätundersökningar har enbart årskurs 7–9 inkluderats. Frågan: »Röker du?« hade till och med 1996 svarsalternativen: ja dagligen, ja ibland och nej.

Under 1999–2000 var svarsalternativen endast ja respektive nej. Under 2001 fick de som svarade ja på frågan »Röker du?« sedan ange hur ofta med svarsalternativen: varje dag, varje vecka och ibland. Frågan: »Snusar du?« har hela tiden haft svarsalternativen ja respektive nej.

## II Resultat

Av 645 elever besvarade 582 enkäten. Av dem som svarade hade 507 (88 procent) tagit emot och skrivit på Antidrogkortet. I årskurs 7 skrev 97 procent på kortet, och i årskurs 8 och 9 var det 80 respektive 74 procent.

Frågan vad man tyckte om Antidrogkortet hade fem svarsalternativ. Vilka dessa var och fördelningen av svarsalternativen framgår av Tabell I. Av de elever som besvarade enkäten tyckte 442 (77 procent) att kortet skall finnas kvar även i fortsättningen.

På frågan: »Har kortet hjälpt till att hindra dig från att börja röka eller snusa?« svarade 144 elever (31 procent) ja och 327 elever (69 procent) nej. Det fanns inga signifikanta skillnader mellan könen i svarsfördelningen på enkätfrågorna.

En fråga i enkäten löd: »Har kortet fått dig att sluta röka eller snusa?« På denna svarade 38 elever, 15 flickor och 23 pojkar, ja. Av kommentarerna framgår dock att 11 av dessa aldrig rökt eller snusat.

De vanligaste anledningarna till att man inte tog emot kortet var att man rökte eller snusade och inte ville sluta (35 elever), respektive inte ville lova något som man kanske inte kunde hålla (26 elever).

Antalet elever som rökte i årskurs 7–9 och utvecklingen av rökvanor sedan 1993 framgår av Tabell II. Sedan mitten av 1990-talet har antalet rökare mer än halverats i årskurs 7–9. Totalt har rökningen minskat från 16 till 7 procent i årskurs 7–9 under den tid som Antidrogkortet funnits. Minskningen har varit störst bland pojkar i årskurs 9 där antalet rökare minskat från 28 till 5 procent. Bland flickor i årskurs 9 var an-

talet rökare mindre än hälften 2001 jämfört med 1995. I årskurs 8 har antalet rökare varit mera varierande år från år.

Antalet elever som snusar framgår på motsvarande sätt av Tabell III. Snusning är framför allt spridd bland pojkarna, även om enstaka flickor i årskurs 9 snusar. Antalet snusare har minskat klart bland pojkar i årskurs 9, från 34 procent 1995 till 11 procent 2001. Bland pojkarna i årskurs 8 var det en topp 1999 då 18 procent snusade. Totalt i årskurs 7–9 har snusningen halverats sedan 1995, från 8 till 4 procent.

## II Diskussion

Ur folkhälsosynvinkel är en av de allra viktigaste åtgärderna att förhindra tobaksdebut. Eftersom de flesta som använder tobak börjar med detta under högstadietiden är skolan en viktig arena för tobaksförebyggande åtgärder. Kontraktsmetoden används i ett antal skolor i Sverige. Habos modell av kontraktsmetoden, Antidrogkortet, har utvärderats genom en enkät till skolungdomarna. En majoritet av eleverna, 77 procent, tyckte att kortet skall finnas kvar också i fortsättningen. Nästan en tredjedel av eleverna tyckte att kortet hjälpt till att hindra dem från att börja röka eller snusa.

I Norge gjordes en kontrollerad studie där högstadieskolan i Steigen var interventionsområde [4]. Interventionsprogrammet hade likheter med det i Habo och innefattade bl a ett anti-rökkontrakt som förnyades årligen. Vinstlottningen hölls dock enbart i slutet av årskurs 9, och vinsten var en cd-spelare. Programmet innefattade också att elever från årskurs 7 undervisades om rökning i årskurs 6, tio lektioner årligen om tobak i årskurs 7–9, broschyrer till föräldrarna, produktion av: postrar, artiklar för lokala tidningar och en video.

Efter fyra år var antalet rökare 80 procent lägre i högstadieskolan i Steigen än i kontrollskolan i en annan kommun. Liksom i Habo var det ungefär en tredjedel av eleverna som tyckte att programmet hade hjälpt dem att förbli icke-rökare. I det norska programmet minskade andelen rökare mest bland flickorna; i Habo sjönk rökningen mest bland pojkarna. I den norska studien noterades man också att motivationen hos lärare och primärvårdspersonal sjönk i slutet av försöksperioden, vilket visar att det kan vara svårt att upprätthålla en verksam-

**Tabell I.** Svarsfördelning efter årskurs på frågan: »Vad tycker du om Antidrogkortet?«

Åsikt	Åk 6	Åk 7	Åk 8	Åk 9	Totalt (procent)
Jättebra	91	42	44	25	34,9
Bra	48	61	52	40	34,8
Så där	12	22	37	37	18,7
Inget vidare	2	2	11	14	5,0
Kass	1	7	11	18	6,6
Antal elever	154	134	155	134	

**Tabell II.** Andel elever (procent) som svarat »Ja« (i någon form) på enkätfrågan: »Röker du?« (Under åren 1997 och 1998 gjordes ingen undersökning.)

År	Åk 7		Åk 8		Åk 9		Totalt Åk 7–9
	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	
1993	12	17	24	17	28	19	18
1994	1	5	22	12	16	12	13
1995	15	9	6	6	35	28	16
1996	2	3	14	9	19	28	13
1999	4	0	18	0	22	6	8
2000	7	1	6	8	23	5	8
2001	6	4	10	2	16	5	7

**Tabell III.** Andel elever (procent) som svarat »Ja« på enkätfrågan: »Snusar du?« (Under åren 1997 och 1998 gjordes ingen undersökning.)

År	Åk 7		Åk 8		Åk 9		Totalt Åk 7–9
	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	Flickor	Pojkar	
1993	0	12	0	10	4	26	9
1994	0	6	0	30	0	30	11
1995	0	6	1	8	2	34	8
1996	0	12	0	6	0	24	6
1999	0	0	0	18	0	29	7
2000	0	0	0	8	1	18	4
2001	0	7	0	7	1	11	4

het som kräver mycket extra insatser under lång tid. Programmet i Habo är inte en kontrollerad studie utan en fortlöpande verksamhet.

De återkommande undersökningar som CAN (Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning) gör i årskurs 9 i ett antal skolor i Sverige skulle här kunna tjäna som jämförelsematerial. Dessa visar klart högre siffror för rökning hos båda könen jämfört med Habo; 2001 var siffran 36 procent för flickor och 30 för pojkar [5]. De frågor som används vid CAN-undersökningarna från 1997 är något annorlunda och indelar svaret om rökning i kategorierna: varje dag, nästan varje dag, bara veckosluten, bara på fest och bara ibland. Enligt CAN-undersökningar har det inte ha varit någon minskning i antalet rökare i årskurs 9 under perioden 1995–2001. Siffrorna för Habo är inte jämförbara med CANs undersökning eftersom frågan om rökning är ställd på annorlunda sätt, men andelen rökare är klart mindre i Habo i årskurs 9, framför allt bland pojkar.

Habo kommun skiljer sig socioekonomiskt på flera områden från Sverige i stort [6]: t ex en större andel arbetare (LO-kollektivet), flera som äger sin bostad, lägre utbildnings- och inkomstnivå, färre arbetslösa och en mindre andel invandrare. Det är osäkert hur dessa faktorer påverkar resultaten.

Olika tobaksförebyggande insatser i skolan bör kombineras

med den vanliga undervisningen om alkohol, narkotika och tobak. Denna undervisning bör så långt det går integreras i de ordinarie undervisningsämnen.

I Habo ordnas också sedan mitten av 1990-talet föräldramöten klassvis för föräldrar till elever i årskurs 7. Huvudinlaget här är diskussion i smågrupper kring föräldrarollen när det gäller ungdomar och kring användning av tobak och alkohol med hjälp av materialet »Superföräldrarna« från Folkhälsoinstitutet, CAN, Förbundet Hem och Skola och Systembolaget. Studier i både Sverige och USA tyder på att föräldrar kan påverka och minska rökning bland sina barn [7, 8].

Arbete pågår också i Habo kommun för att öka efterlevnaden av 18-årsgränsen för försäljning av tobak och alkohol i livsmedelsaffärer. Detta är sannolikt den mest kostnadseffektiva åtgärden för att minska rökningen bland unga. I Woodridge i USA minskade denna åtgärd rökningen bland ungdomar med 50 procent [9]. Där utdömdes kännbara straff till de butiksägare som bröt mot åldersgränsen för försäljning av tobak. En av slutsatserna är att skolprogram mot tobak bör engagera också föräldrar och lokalsamhälle samt innehålla åtgärder för att förhindra illegal försäljning av tobak [10].

Sammanfattningsvis tyder enkätutvärderingen på att Antidrogkortet är ett användbart hjälpmedel i det tobaksförebyggande arbetet i skolan. Antidrogkortet kan också tillsammans

med andra åtgärder ha bidragit till att rökningen i årskurs 9 i Habo har minskat kraftigt, framför allt bland pojkar. Av intresse är också att antalet snusare har minskat kraftigt under motsvarande tid bland pojkar i årskurs 9.

\*

Potentiella bindningar eller jävsförhållanden: Artikelförfattaren är styrelsemedlem i »Läkare mot tobak«.

## Referenser

1. Metoder för rökavvänjning. SBU-rapport nr 138. Stockholm: Statens beredning för utvärdering av medicinsk metodik; 1998.
2. Sarason IG, Mankowski ES, Peterson Jr AV, Khanh TD. Adolescents' reasons for smoking. *J Sch Health* 1992;62:185-90.
3. Modée L. Kontraktsmetoden – kartläggning och diskussion. Folkhälsoinstitutet utvärderar 12/1998. Stockholm: Folkhälsoinstitutet; 1998.
4. Svoen N, Schei E. Adolescent smoking prevention – primary health care in cooperation with local schools. A controlled intervention study. *Scand J Prim Health Care* 1999;17:54-8.
5. Hvitfeldt T, Andersson B, Hibell B. Skolelevers drogvanor 2001. CAN-rapport nr 67. Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning. Elanders Gotab; 2002.
6. Hur mår Sverige? Epidemiologiskt program. Version 3.0 [CD-rom]. Stockholm: EpC. Socialstyrelsen; 1997.
7. von Bothmer M, Fridlund B. Promoting a tobacco-free generation: who is responsible for what? *Journal of Clinical Nursing* 2001;10:784-92.
8. Simons-Morton B. Peer and parent influences on smoking and drinking among early adolescents. *Health Educ Behav* 2001;28:95-107.
9. DiFranza JR, Peck RM, Radecki TE, Savageau JA. What is the potential cost-effectiveness of enforcing a prohibition on the sale of tobacco to minors? *Prev Med* 2001;32:168-74.
10. US Department of Health and Human Services. Efforts to prevent tobacco use among young people. In: Preventing tobacco use among young people: A report of the Surgeon General. Atlanta, Georgia: US Department of Health and Human Services, Public Health Service, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Control and Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health; 1994. p.205-92.

## SUMMARY

»Contract« prevents school youth from initiating tobacco use. Percentage of smoking/snuff-taking 13–16-year-olds cut in half over a six-year period

### Lars-Göran Persson

*Läkartidningen* 2003;100:226-9

A contract has been used as an aid to prevent tobacco use among pupils in certain schools in Sweden. A local variant of this contract (»Antidrogkortet«) (»Drug resistance card«) has been used in the community of Habo in 6th to 9th classes in the nine-year compulsory school since 1995. By signing the contract the pupil promises not to use tobacco during the present school year. The contract also has a function of a lottery ticket where the winnings are distributed twice each term. An evaluation has been made by means of a questionnaire to the pupils. A third of the pupils who answered the questionnaire stated that the contract has helped them not to use tobacco. Since 1995 the number of smokers in 7th to 9th classes has decreased from 16% to 7%, and the number of users of moist snuff has decreased from 8% to 4%.

Correspondence: Lars-Göran Persson, Primärvårdens FoU-enhet, SE-551 85 Jönköping, Sweden (lg.persson@ltjkpg.se)