

---

## Forskning foran fordommer

---

DEBATT

BJØRN MAGNUS BJØRNSTAD

bmb@onik.no

Bjørn Magnus Bjørnstad er MBA, helseøkonom, statsviter og administrerende direktør i Opplysningskontoret for nikotinprodukter (ONIK).

Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir følgende interessekonflikter: Han er lønnet leder for Opplysningskontoret for nikotinprodukter, en bransjeorganisasjon som representerer produsenter og leverandører av nikotinprodukter, både tobakksbaserte og tobakksfrie produkter. Han har tidligere hatt lønnet arbeid hos Pfizer.

---

### **Et forbud mot e-sigaretter kan fremstå som et intuitivt og enkelt politisk grep, men effekten på folkehelsen kan bli det motsatte av hva man tiltenkte.**

Dersom Norge mener alvor med å redusere røykerelatert sykdom og død, må tobakks- og nikotinpolitikken bygge på vitenskapelig evidens og ikke normativ ønsketenkning.

Helse- og omsorgsdepartementet har foreslått å videreføre forbudet mot salg av nikotinholdige e-sigaretter [\(1\)](#). I sin faglige vurdering av forslaget peker Karl Erik Lund og Tord Finne Vedøy i Folkehelseinstituttet på at et permanent forbud kan svekke røykeslutt, stimulere til privatimport og øke risikoen for et uregulert og mulig ulovlig marked med tilhørende redusert brukersikkerhet [\(2\)](#). Erfaringer fra flere land viser at restriktive forbud sjelden reduserer nikotinbruk, men i stedet flytter den til mindre kontrollerte arenaer.

*«Erfaringer fra flere land viser at restriktive forbud sjelden reduserer nikotinbruk, men i stedet flytter den til mindre kontrollerte arenaer»*

I Storbritannia, New Zealand og Canada benyttes e-sigaretter som del av en evidensbasert skadereduksjonsstrategi. Myndighetene kombinerer strenge regler for produktkvalitet og aldersgrenser med tilgjengelighet for voksne

røykere. Resultatet er historisk lave røyketall og redusert sykdomsbyrde (3, 4). Vitenskapelige oversikter konkluderer med at risikoen ved e-sigaretter er betydelig lavere enn ved sigaretter og at de er et effektivt hjelpemiddel for røykeslutt (5).

---

## Differensiert regulering

Fra mitt ståsted, som leder i en bransjeorganisasjon som representerer produsenter og leverandører av nikotinprodukter, er det etter mitt syn et klart myndighetsansvar å beskytte unge mot nikotinhengighet samtidig som voksne gis reelle og mindre skadelige alternativer til sigarettøyking. En differensiert regulering er derfor både medisinsk og etisk forsvarlig. Et totalforbud, derimot, kan føre til et klassisk folkehelseparadoks: Tiltaket ser riktig ut politisk, men fører i praksis til dårligere helseutfall.

*«Et totalforbud kan føre til et klassisk folkehelseparadoks: Tiltaket ser riktig ut politisk, men fører i praksis til dårligere helseutfall»*

Som forskerne ved Folkehelseinstituttet påpeker, bør tobakks- og nikotinpolitikken bygge på proporsjonalitet mellom risiko og tiltak (2). Vitenskapelig dokumentasjon må veie tyngre enn moralsk symbolikk. Hvis målet er å redusere sykdom, dødelighet og ulikhet, må politikken være kunnskapsbasert, realistisk og forankret i folkehelsevitenskapen.

---

### LITTERATUR

1. Helse- og omsorgsdepartementet. Høring – Forslag til endringer i tobakksskadeloven med forskrifter (holdningsarbeid om miljøkonsekvenser, videreføring av forbudet mot e-sigaretter, høyere straffnivå mv.). <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/horing-forslag-til-endringer-i-tobakksskadeloven/id3114303/> Lest 11.7.2025.
2. Lund KE, Vedøy TF. Villedende om e-sigaretter. Tidsskr Nor Legeforen 2025; 145. doi: 10.4045/tidsskr.25.0409. [PubMed][CrossRef]
3. McNeill A, Brose LS, Calder R et al. Evidence review of e-cigarettes and heated tobacco products 2022. Public Health England 2023. [https://assets.publishing.service.gov.uk/media/5a981c6740f0b67aa27253cc/Evidence\\_review\\_of\\_e-cigarettes\\_and\\_heated\\_tobacco\\_products\\_2018.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/media/5a981c6740f0b67aa27253cc/Evidence_review_of_e-cigarettes_and_heated_tobacco_products_2018.pdf) Lest 4.11.2025.
4. McNeill A, Simonaviius E, Brose LS et al. Nicotine vaping in England: an evidence update including health risks and perceptions, September 2022. A report commissioned by the Office for Health Improvement and Disparities. London: Office for Health Improvement and Disparities, 2022. <https://assets.publishing.service.gov.uk/media/633469fc8fa8f5066d28e1a2/Nicotine-vaping-in-England-2022-report.pdf> Lest 4.11.2025.

5. Lindson N, Butler AR, McRobbie H et al. Electronic cigarettes for smoking cessation. Cochrane Database Syst Rev 2025; 1: CD010216 (Review).  
[PubMed]

---

Publisert: 9. desember 2025. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.25.0637

Mottatt 23.10.2025, første revisjon innsendt 3.11.2025, godkjent 4.11.2025.

Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 3. juli 2026.