

Goddag,

Jeg skriver til jer, fordi der er ved at ske en fejl, som er til stor fare for den danske folkesundhed. Jeg ved at de fleste politikere tror, at de er ved at gøre noget godt; nemlig at lovliggøre e-cigaretter. Dette er ikke tilfældet. Lovforslaget der er i fokus nu, sikrer at de utroligt gode og effektive produkter vi bruger i dag, bliver ulovlige.

Hele e-cigaretfællesskabet - ja, vi anser os for at være et fællesskab - er enige om, at vi gerne vil have *noget* reguleret. Kontrol af nikotinvæsker er fint, intet salg til unger under 18 siger sig selv. Procedurer til selvkontrol, og selvkontrol til firmaer der blander væsker til salg.

At regulere størrelsen på de tanke vi bruger på vores enheder er at gå for langt. Som flere fortolker lovforslaget, så findes der ikke nogen tanke der opflyder eller kan opfylde de krav der står. Og en begrænsning på 2 ml er fuldstændigt arbitrært. En af de bedste tanke der har været på markedet det sidste år, er på 5 ml - og det er jo ikke fordi, at man damper det hele på én gang.

At kræve godkendelse af væsker til e-cigaretter giver mere mening, men udformningen i lovforslaget vil omgående dræbe små erhvervsdrivende der sælger væske - f.eks. kender jeg til én dansk udbyder for hvem der er lykkedes at få en fin lille sidebeskæftigelse, ved at blande og sælge væsker. Lad os antage at han har 30 forskellige smage - han tilbyder dem i 4 forskellige styrker. For at få dem godkendt ville han skulle betale næsten 4 millioner kr, hvilket er komplet urealistisk.

Det lyder paranoidt, men det lader til, at I vil sikre, at det kun er de store medicinal- og tobaksvirksomheder, som kan komme ind på dette nye lukrative marked.

Jeg er egentlig ked af at kalde det en "e-cigaret", fordi det har *intet* med cigaretter at gøre, andet end at de holder folk fra at ryge cigaretter. Produktet du damper har *intet* med tobak at gøre.

Jeg, og mange andre - heriblandt læger, sundhedseksperter og forskere, anser e-damp som havende det største potentiale for at gavne folkesundheden længe, ved at få rygere væk fra tobakken. På dén måde er det på niveau med penicillin.

### **Nikotin er dødsensfarligt!**

Ja, i større mængder er nikotin farligt. I større mængder. Den hidtil LD50 (dødelighed) for nikotin har man *antaget* som værende ca. 60 mg - men i 2013 fandt man, at det faktiske tal nærmere er 500-1000 mg, muligvis endda højere.

Nyere forskning tyder endda på, at nikotin ikke i sig selv er vanedannende - men nogle af alle de tusindvis af andre stoffer der er i tobakscigaretter, gør at folk bliver afhængige.

Det er klart at flasker skal være beskyttet med børnesikrede låg, og at man som alt andet farligt materiale skal holde det uden for børns rækkevidde. Det siger sig selv.

Den maksimale lovlige nikotinstyrke i væsker i EU lige nu, er 72 mg/ml. Det er en fin balance, og dér er de fleste af os, der blander væsker selv, helt trygge. Det er klart at ingen af os damper væske på 72 mg/ml; vi blander derimod selv væskerne ned til den styrke vi ønsker - typisk 3-12 mg/ml. Det er ganske nemt og ufarligt.

## **Pest eller kolera - Skadereduktion og proportioner**

For mig lyder det som om, at I tror at e-cigaretter og almindelige cigaretter er "pest eller kolera". Det er ikke tilfældet.

Det er helt forkert at sætte e-cigaretter i samme gruppe som cigaretter.

De tre grundsten i en e-cigarett er propylen-glykol (PG), vegetabilsk glycerin (VG) og nikotin. Mange vælger så nogle væsker hvor der også er tilsat noget aroma. Hvis vi ignorerer aromaerne lige nu, og koncentrerer os om hovedingredienserne, så er der ingen tvivl blandt verdens akademikere, læger og forskere: Sammenlignet med cigaretter er der **intet** farligt ved e-cigaretter. Heller ikke "passiv damp". Det er sandt, at vi ikke kender langtidsvirkningerne ved inhalation af PG og VG, men igen: sammenlignet med cigaretter er det intet.

Læg mærke til at jeg ikke siger at e-cigaretter er ufarligt - Det ved vi ikke med sikkerhed endnu. Men **sammenlignet med cigaretter** er det helt og aldeles ufarligt.

Skal vi lave en analogi, kan vi sige at cigaretter er pest og e-cigaretter er en let forårsforkølelse. Eller for dem der foretrækker en bilanalogi: Cigaretter svarer til at køre mod kørselsretningen på en motorvej, hvor e-cigaretter svarer til at køre 120 hvor du kun må køre 110.

Man kan også formulere det som tobaksekspert Dr. Philippe Presles: "*Med den elektroniske cigaret, har vi formået at fjerne tobakkens tre store gifte, som er tjære, CO2 og de små partikler som giver kræft, hjerte/karsygdomme og kronisk bronchitis. Og efter dette, spørger folk mig om der er noget farligt [i e-cigaretter], og det finder jeg latterligt. Hvis vi vil sammenligne farerne ved elektroniske cigaretter med andre [tobaks]produkter, placerer jeg tobaksprodukterne yderst til venstre, efterfulgt af alkohol, efterfulgt af fedtprodukter, efterfulgt af sukkerprodukter, så indser jeg, at de elektroniske cigaretter er placeret sammen med frugt, grøntsager og fisk. Faren er virkelig meget meget lille. Der er pesticider i nogle frugter og grøntsager, og der er tungmetaller i nogle fisk. Det er på dét niveau vi er på, med e-cigaretter.*"

## **Unge der prøver damp begynder at ryge**

Dette er usandt. Det er korrekt at flere unge prøver at dampe, i takt med, at det bliver mere udbredt. Men der er *ingen* undersøgelser der tyder på, at damp leder til cigaretter. Det er korrekt, at mange prøver e-cigaretter først, men meget få af disse bliver til rygere. Der er flere undersøgelser der bekræfter dette, men en af dem er på American Journal of Preventive Medicine:

<http://www.ajpmonline.org/article/S0749-3797%2814%2900555-8/abstract>

## **Min egen historie**

Jeg var ryger. Jeg røg 20-25 cigaretter om dagen i over 20 år. I løbet af den tid, har jeg af og til haft lyst til at holde op, og jeg har derfor prøvet en masse forskellige ting. Intet af det har virket.

I 28. november 2010, stoppede jeg med at ryge. Fra den ene dag til den anden. Jeg har ikke røget siden, og har bestemt ikke lyst.

Det interessante var, at det ikke var min hensigt at stoppe med at ryge. Det skete helt naturligt. Jeg købte en e-cigarett og noget væske til den. Fra de første sug, kunne jeg allerede se, at dette var nok for mig, til at holde mig fra cigaretterne.

Det er i dag en hobby for mig, og jeg blander selv mine egne væsker, til eget forbrug. Som hjælp til at blande mine væsker bruger jeg et website, som næsten 100.000 andre også bruger hver måned.

Jeg anser mig selv som værende ikke-ryger i dag.

### **Hvordan kan vi så regulere?**

Det eneste jeg mener, som giver mening, er regulering og kontrol af "basevæsker" - altså den koncentrerede nikotinvæske, som herefter blandes med PG, VG og evt. aroma. Her skal vi sikre os, at kvaliteten og styrken er korrekt.

Firmaer skal udøve selvkontrol og dokumentation i forbindelse med blanding af væsker, for at sikre at væsken er af den korrekte styrke (som angivet på flasken).

Mht. væsker med aromaer, ville det måske være fornuftigt at markere på flaskerne, om aromaerne indeholder diacetyl, acetoin eller acetyl propionyl, hvilket er tre stoffer som nogle dampere gerne vil undgå.

### **Sidste ord**

Lad os udnytte dette fantastiske værktøj som vi har fået, til at øge folkesundheden, i stedet for at regulere det ihjel! Efter min mening, har e-damp potentialet til næsten helt at eliminere tobak, og dermed de oceaner af udgifter som tobaksrelaterede sygdomme medfører.

Hvis I har spørgsmål, eller hvis I ønsker kildehenvisninger, er I meget velkomne til at kontakte mig.

Med venlig hilsen,

Lars Golovitcher Petersen