



Länsstyrelsen  
Västra Götaland



Polisen

# Vape

## – mer än bara ånga

Viktig information till  
dig som vårdnadshavare

Du som vårdnadshavare är viktig. En trygg och nära relation till ditt barn är det bästa skyddet. Du behöver inte kunna allt om vape – det viktigaste är att du bryr dig och visar omtanke. I den här broschyren får du kunskap om vad vape är och hur de används, samt tips och stöd för att våga ta de viktiga samtalen.

Användningen av vape ökar bland barn och unga. Vape är en elektronisk cigarett (även kallad e-cigarett). Det som ofta uppfattas som "ofarlig ånga" kan innebära risker – både för hälsa och trygghet. Det kan handla om beroende, ekonomiska problem, kopplingar till kriminalitet och i vissa fall risk för utnyttjande.



## Vad är en vape?

Vapes kan se olika ut. Vissa är smala och avlånga, andra liknar små dosor. En del slängs efter användning, andra kan laddas och användas igen. De finns i många färger och smaker.

Vätskan i vapes kan innehålla ämnen som är skadliga. De flesta innehåller nikotin som är beroendeframkallande. När vätskan värms upp kan det också bildas giftiga ämnen.



Ibland innehåller vapes narkotika eller andra droger. Det kan ge starka och oförutsägbara effekter och innebära stora risker. Det är inte alltid tydligt vad produkterna innehåller och kontrollen av innehåll och marknadsföring är ofta bristfällig.

## Hälsorisker för unga

Hjärnan utvecklas upp till cirka 25 års ålder och är extra känslig. Nikotin kan:

- göra dig beroende snabbt
- försämra minne och koncentration
- göra dig mer impulsiv
- påverka ditt mående, till exempel öka ångest
- göra hjärnan mer mottaglig för andra droger.

Även vapes utan nikotin kan vara skadliga. De kan irritera och skada lungorna, och skapa en vana som är svår att bryta.

Läs mer om e-cigaretters skadliga egenskaper på:  
[www.hjart-lungfonden.se/halsa/riskfaktorer/tobak/](http://www.hjart-lungfonden.se/halsa/riskfaktorer/tobak/)

## Hur får unga tag på vape?

Många unga uppger att de får tag på vape:

- via sociala medier och chattappar
- genom personer i närområdet, andra ungdomar och klasskompisar.



Vape har 18-årsgräns, men säljs ändå till minderåriga. I vissa fall används vape som ett sätt att skapa kontakt mellan unga och kriminella aktörer.

## Hur har barnet råd?

En vape räcker ofta bara några dagar. Regelbunden användning kan därför snabbt bli dyr. En viktig fråga är: Hur finansieras användningen? Riskfyllda sätt kan till exempel vara att:

- sälja vidare i skolan och agera mellanhand
- förvara eller transportera produkter
- låna pengar och hamna i skuld
- få vape i utbyte mot att genomföra uppdrag.

I vissa fall kan även sexuella tjänster förekomma som betalning.





## Rekrytering och kriminalitet

Kriminella nätverk söker aktivt kontakt med unga, både via sociala medier och i fysiska miljöer. Det kan börja med till synes enkla frågor som:

- "Vill du tjäna pengar?"
- "Kan du sälja något åt mig?"
- "Du får gratis vape om du hjälper till."

Kontakten kan först verka ofarlig, men det kan snabbt utvecklas till skulder, hot och utpressning och krav på att utföra fler uppdrag.



## **Sexuellt utnyttjande – en allvarlig risk**

Utpressning och krav handlar inte alltid om pengar. Det kan också handla om:

- att skicka nakenbilder
- att delta i sexuella handlingar
- att träffa någon i utbyte mot vape eller andra produkter
- att “betala av en skuld” med sexuella tjänster.

Läs mer om att ta, ha och dela nakenbilder på polisens hemsida: [www.polisen.se/utsatt-for-brott/polisanmalan/hat-hot-och-vald/nakenbilder/](http://www.polisen.se/utsatt-for-brott/polisanmalan/hat-hot-och-vald/nakenbilder/)

## **Så kan du som vårdnadshavare agera**

Var uppmärksam på:

- förändringar i barnets mående eller beteende
- hemlighetsfullhet kring telefonen
- vape-produkter (särskilt om barnet är under 18 år)
- nya inköp trots begränsad ekonomi
- oförklarliga Swish-betalningar
- kontakt med äldre ungdomar eller vuxna.

## **Det viktigaste du kan göra**

En nära relation där barnet vågar berätta om något känns fel är det starkaste skyddet.

- Visa intresse för barnets vardag
- Fortsätt fråga, även om du inte får svar direkt
- Var tillgänglig när barnet vill prata

## **Dina ord har betydelse**

**– även när det inte känns så**

## Konkreta råd

- Uppmuntra barnet att berätta om något känns fel
- Visa intresse och ställ frågor om hur vape säljs och sprids
- Var tydlig med regler och förväntningar kring nikotin och andra droger
- Följ åldersgränser och köp inte ut till minderåriga
- Följ upp oförklarliga transaktioner (du som vuxen ansvarar för barnets konto)
- Prata om din oro – undvik förhör, skrik eller hårda bestraffningar
- Hjälp barnet att inte känna skam – förklara att ansvaret ligger hos den som utnyttjar
- Sök stöd och våga be om hjälp.



## Hit kan du som vårdnadshavare vända dig för råd och stöd

- Elevhälsan på ditt barns skola
- Föräldrastöd och rådgivning i din kommun (se kommunens webbplats eller kontakta växeln)
- Fullkoll.nu ([www.fullkoll.nu](http://www.fullkoll.nu)) har information och stöd till vårdnadshavare om de vanligaste ungdomsdrogerna
- 1177 Vårdguiden ([www.1177.se](http://www.1177.se)) har information om hur rökning och snus påverkar hälsan
- Sluta röka-linjen ([www.slutarokalinjen.se](http://www.slutarokalinjen.se)) eller ring 020-84 00 00 för stöd i att sluta med niktin.

## Polisen

- Lämna tips ([www.polisen.se/tips](http://www.polisen.se/tips)) eller ring 114 14 om du sett eller hört något som kan hjälpa till att upptäcka, förebygga eller utreda brott
- Polisanmälan. Gör en anmälan om ditt barn utsatts för brott ([www.polisen.se/anmala](http://www.polisen.se/anmala)) eller ring till 114 14. Ring 112 om brottet pågår just nu.



Länsstyrelsen  
Västra Götaland



**Polisen**

Denna broschyr har tagits fram i samarbete mellan Länsstyrelsen Västra Götaland och polisregion Väst, som ett stöd till vårdnadshavare.