

# VITT SNUS OCH MUNHÄLSA

Folk tandvården Stockholm i samarbete med Karolinska Institutet  
Studie publicerad i Oral Diseases, juni 2026

# VITT SNUS GER ANDRA SKADOR I MUNNEN

Vitt snus, alltså tobaksfria nikotinpåsar, marknadsförs ofta som ett fräschare alternativ till brunt snus. Men tobaksfritt betyder inte nödvändigtvis riskfritt för munhälsan.

En klinisk studie från Folk tandvården Stockholm, genomförd i samarbete med Karolinska Institutet, visar att det är vanligt att både vitt och brunt snus ger förändringar i munslemhinnan. Förändringarna vid vitt snus skilde sig från dem som sågs vid traditionellt snus: de var oftare röda, mer inflammatoriska och oftare förknippade med symtom som sveda.

**Munslemhinnan** är den mjuka, fuktiga vävnaden som täcker insidan av munnen, inklusive läppar och tunga.

**272**

Deltagare i studien, 18–30 år, från nio allmäntandvårdskliniker

**79%**

Slemhinneskador hos användare av vitt snus

**89%**

Slemhinneskador hos användare av brunt snus

**44%**

Rapporterade symtom i munnen bland användare av vitt snus

## Snustyper som ingick i studien:

### Brunt påssnus

Mörkbrunt, fuktigt och med tydlig tobakssmak. Rinner lite.

*Tobak: ja. Nikotin: ja.*

### Vitt påssnus

Helt vitt och tobaksfritt. Ofta smaksatt och rinner lite.

*Tobak: nej. Nikotin: ja.*

# TRE SAKER ATT VETA OM SNUS

## 1. Allt snus kan ge skador i munnen

I studien hade 79 procent av användarna av vitt snus slemhinneskador i munnen. Bland användare av brunt snus var motsvarande siffra 89 procent. Resultaten visar att båda produkterna kan ge lokala skador i munslemhinnan.

## 2. Vitt snus skadar annorlunda än brunt snus

Brunt snus och vitt snus gav förtjockad slemhinna. Vitt snus var också kopplat till rodnad, svullnad och andra mer inflammatoriska förändringar. Användare av vitt snus rapporterade också oftare besvär i munnen, framför allt sveda. I studien rapporterade 44 procent av användarna av vitt snus och 35 procent av användarna av brunt snus symtom i munnen.

## 3. Skadan kan uppstå tidigt

Vid brunt snus blev den förtjockade slemhinnan tydligare vid högre daglig användning. Vid vitt snus sågs inte samma tydliga mönster för de röda, inflammatoriska förändringarna. I studien sågs också mer uttalad vävnadspåverkan särskilt vid exponeringstider på cirka 11–60 minuter. Det tyder på att även relativt begränsad användning kan vara kopplad till förändringar i munslemhinnan.

# DET HÄR HÄNDER I MUNNEN

Vid brunt snus är fynden ofta mer välavgränsade: en vitaktig, veckad och förtjockad slemhinna där snuset ligger. Det stämmer med det klassiska mönstret med hyperkeratos, det vill säga en förtjockning av slemhinnans yttersta lager, som tandvården känner igen sedan tidigare.

Vid vitt snus kan bilden vara mer varierad. Förändringarna är oftare röda och inflammatoriska, ibland med svullnad, tidiga sår eller irritation. I vissa fall sträcker sig rodnaden utanför själva placeringsstället.

## Vitt snus

### Hyperkeratos



### Rodnad



### Svullnad



### Sår



## Brunt snus

### Hyperkeratos



### Rodnad



### Svullnad



### Sår



**Hyperkeratos** = förtjockning av slemhinnans yttersta lager.

# SÅ GJORDES STUDIEN

Studien omfattade 272 personer i åldern 18–30 år från nio allmäntandvårdskliniker. Av dem använde 126 personer vitt snus, 63 personer brunt snus och 83 personer var icke-användare.

Deltagarna undersöktes kliniskt med fokus på förändringar i munslemhinnan där snuset vanligtvis placeras. De besvarade också frågor om snusvanor, munhälsa och symtom.

För vitt snus krävdes daglig användning av minst fem påsar per dag, i minst tre månader och högst sex år. De flesta använde produkten under läppen i överkäken.

# DET HÄR BETYDER RESULTATEN

För Folktandvården Stockholm innebär resultaten att tandvården bättre kan upptäcka, bedöma och följa upp de här förändringarna. Kunskapen är direkt användbar i mötet med patienter som använder vitt snus.

För patienter betyder resultaten att sveda, rodnad eller andra förändringar där snuset brukar ligga bör bedömas av tandvården.

Studien visar inte att vitt snus är farligare än brunt snus. Det den visar är att förändringarna ofta ser annorlunda ut och oftare har ett mer inflammatoriskt mönster. Det behövs mer forskning om både långsiktiga och systemiska effekter.

Ingen ökad risk för karies eller parodontal sjukdom sågs i denna studie vid användning av vitt snus i upp till sex år. Studien visar samband i en grupp unga vuxna och kan inte fastställa orsakssamband.



**Karolinska  
Institutet**

Folktandvården Stockholm i samarbete med Karolinska Institutet  
Studie publicerad i Oral Diseases, juni 2026