**Referat Tobakstemamøde  
Sted:** SilkeborgMedborgerhuset, Bindslevs Plads 5, 8600 Silkeborg

**Tid:** 9.oktober kl. 10 -15   
  
  
**Referat**  
 **Fælles kapacitetsopbygning**

1. Velkomst og gennemgang af dagens program, nyt fra SBN
2. **KOL-indsats blandt socialt udsatte borgere**  
    "Mit liv med KOL" - Tidlig opsporing af KOL, formidling, rehabilitering - KOL-skole og rygestop.v/ Marlene Lindharth Thykjær, sundhedsfaglig konsulent Odense

**Jf. PP på www.sund-by-net.dk**

Udpluk af oplægget:

Indsatsen er placeret i Vollsmose - tæt på de socialt udsatte

Der indgår lungefunktionsmålinger, individuel rådgivning og tilbud om "KOL" træning

En meget stor del af brugerne er eller har været rygere...

Haft læge fra misbrugscentret tilknyttet og tilbudt reversibilitetstest for at udelukke astma...

Tilbudt gratis nikotin erstatning...

Bl.a. tilbudt brugerne at kunne få ledsagelse til læge

**Resultater:**

78 lungefunktionsmålinger:

55% fik påvist KOL og heraf var det kun 17% der havde fået stillet diagnosen før svt. ca. 1/3...

15 har været i kontakt med KOL skolen, heraf 5 som stabile deltagere..

Blevet legalt at snakke rygning på misbrugscentret.

**Videreførelse:**

Projektperioden er nu ovre og Odense kommune overvejer om det er muligt at få lungemedicinsk afdeling til at lave et "fremskudt" tilbud om lungefunktionsmålinger

1. **Samfundets og den sundhedsprofessionelles retorik om KOL og fortsat rygning** v/Mette Gry Münchow, Danmarks Lungeforeningen

**Jf. PP på www.sund-by-net.dk**

Uddrag af oplægget:

40% fa de KOL ramte ryger stadig..

Retorikken er afgørende - tidligere var kræft, fx brystkræft jo også en sygdomskategori/speciale med en relativ lav status... Det ***er*** muligt at ændre status...

Den offentlige omtale af rygning/rygere er negativ/nedsættende...

Fortrydelse - mange rygere oplever fortrydelse, særligt når de rammes af KOL

En parallel til overvægtiges selvfølelse er oplagt at se nærmere på....

**Vilkår der fremmer rygestop:**

Opmærksomhed på at man som ryger nemt mister vennerne når man stopper med at ryge - hvordan kan den truende ensomhed forebygges...

Sproget kan bruges som en intervention i sig selv....

Røgfrihed - nogle opfatter det som *frihed til at ryge*... ;o)

Vælg at omtale rygere som ”Mennesker der ryger” - i stedet for rygere.... ?

Fokus på den sociale ulighed kan være med til at forstærke uligheden...

De strukturelle rammer bør understøtte rygestoptilbuddene....og ....

1. **Mie har fået nyt arbejde** under Selskab for Mænds Sundhed og vi skal derfor have en ny til formandskabet.

Hvis der er nogle der ønsker at stille op til formandsvalget/-gruppen skal der sendes en kort motiveret mail til SBN senest en uge før den 3 december.

Henrik Borggren og Bo Schou Jensen er fungerende formænd indtil 3 december..

1. **Buddyordning i Københavns Kommune** v/ Mette Gry Münchow, Danmarks Lungeforeningen

**Jf. PP på www.sund-by-net.dk**

Udpluk af oplægget:

Buddyordning oversættes til Makkerordning til rygestop

Videreudvikling af rygestoptilbud til borgere med KOL

En "makker" – er en der minder om en selv, er en støttet i modsætning til en sundhedsperson...

KOL borgere viste sig at have de samme behov som ikke KOL borgere.....

Størst behov for støtte i fastholdelsesfasen...

Personlig kemi var den vigtigste faktor - ikke køn og alder m.m.

Blandede borgerhold

**Cafe konceptet: -** Som platform til

* Rekruttering
* Rygestoppet
* Fastholdelse
* Individuelle tilbud

Pårørende - meget velkomne

Rygestoprådgiveren er central for buddy ordningen - skal bl.a. sikre at de evt. tidligere rygendebuddy's ikke begynder at ryge igen...;o)

(VBA metoden - kan nemt findes på www.vbametoden.dk)

1. **Samarbejdet med Danmarks Lungeforenings lokalafdelinger** v/ Anne-Marie Thomsen, Lokalformand i Danmarks Lungeforening i Viborg-Skive

Lokalforeningen i Viborg-Skive har oplevet en pæn stor medlemsfremgang i foreningens 4 års levetid.

Cafe Smilet i Viborg,

Tidlig opsporing:

Underviser på sygepleje og sosu uddannelserne. Deltager i de lokale sundhedscentres arrangementer, på biblioteker m.m.

Fokus på motion til lungesyge - vigtigt med et opfølgende tilbud efter at have været på de lokale KOL skoler, fx via de lokale folkeoplysningsforbund.

Tilbud til de hårdest ramte KOL borgere – pedaltrænere til brug i eget hjem – gratis udlån..

**Italesættelsen:**

Sker bl.a. ved at anerkende at rygning jo var en stor del af kulturen i 1960'erne og 70'erne.... for at imødekomme rygernes skyld og skam...

**Opstart af en lokal lungeforening:**

En netværksgruppe kunne være starten, fx en gruppe borgere der ønsker at være fælles om at motionere....

Mest oplagt at få motion lagt naturligt ind i hverdagen...

De eksisterende lokalforeninger vil gerne være med til at informere om hvordan en lokal forening kan opstartes.

1. **Evt.:**

Sundhedsstyrelsen, v Ninna

**Jf. PP på www.sund-by-net.dk**

Uddrag af oplæg:

Nye nationale retningslinier for KOL er udgivet af sundhedsstyrelsen her i 2014

**Storryger puljen:**

28 kommuner har fået støtte og de fleste projekter starter op ca. december 2014..

Der starter en landsdækkende kampagne op i uge 12-13 og 46-47 i 2015 og uge 45- 46 i 2016.

Vær opmærksom på den **Internationale lungedag den 19. november**

**www.lunge.dk** kan bruges som et forum for makker ordninger

Nye lungefilm - på www.lunge.dk -

**KB:**

"Ryger, ryger ikke, ryger...." en pjece til kræftpatienter der ryger - kan bestilles gratis på www.cancer.dk.   
Visitkort med stoplinien og e-kvit er nu kommet i 2. oplag...

KB har også frivillige vi kan trække på.

**Center for forebyggelse i praksis:**

**D**er er 3 ”Temadage om tobaksforebyggelse” udbudt den 23. Oktober, 30. oktober og 10. december - se nærmere på hjemmesiden - [klik her](http://www.kl.dk/Aktuelle-temaer/Center-for-Forebyggelse-i-Praksis/)

**Stoplinien:**

Nyt tidsskrift målrettet læger og sygeplejersker - første nummer om VBA metoden.

Stopliniens hjemmeside bliver shinet op omkring nytår.

Rygestopguiden kommer i en opdateret udgave fra årsskiftet ...

**Næste temamøde den 3. december** er i Holbæk - temaet er "Unge og rygning"

Til/på decembermødet skal vi have lavet en **mødeplan for 2015.**

**Forslag til mødetemaer i 2015:**

* Fitness og rygestop i et kursus
* De der stopper helt af sig selv - kan vi understøtte dem så flere lykkes med "selvstopperi"
* Rygestop og mindfulness, Randers gør det allerede
* Telesundhed - fx monitorering af lungeborgere