

Rygestop uden brug af hjælp

Sund By Netværkets tobaksgruppe, 25. marts 2015

Stine Schou Mikkelsen (smik@si-folkesundhed.dk), Peter Dalum, Lise Skov-Ettrup, Janne Tolstrup

Centret er støttet af TrygFonden og Kræftens Bekæmpelse

Baggrund

- **Stort fokus på rygestop med formaliseret hjælp**
- **De fleste stopper dog uden formaliseret hjælp**
- **At stoppe uden hjælp – overset i diskussionen om rygestop(?)**

Formål

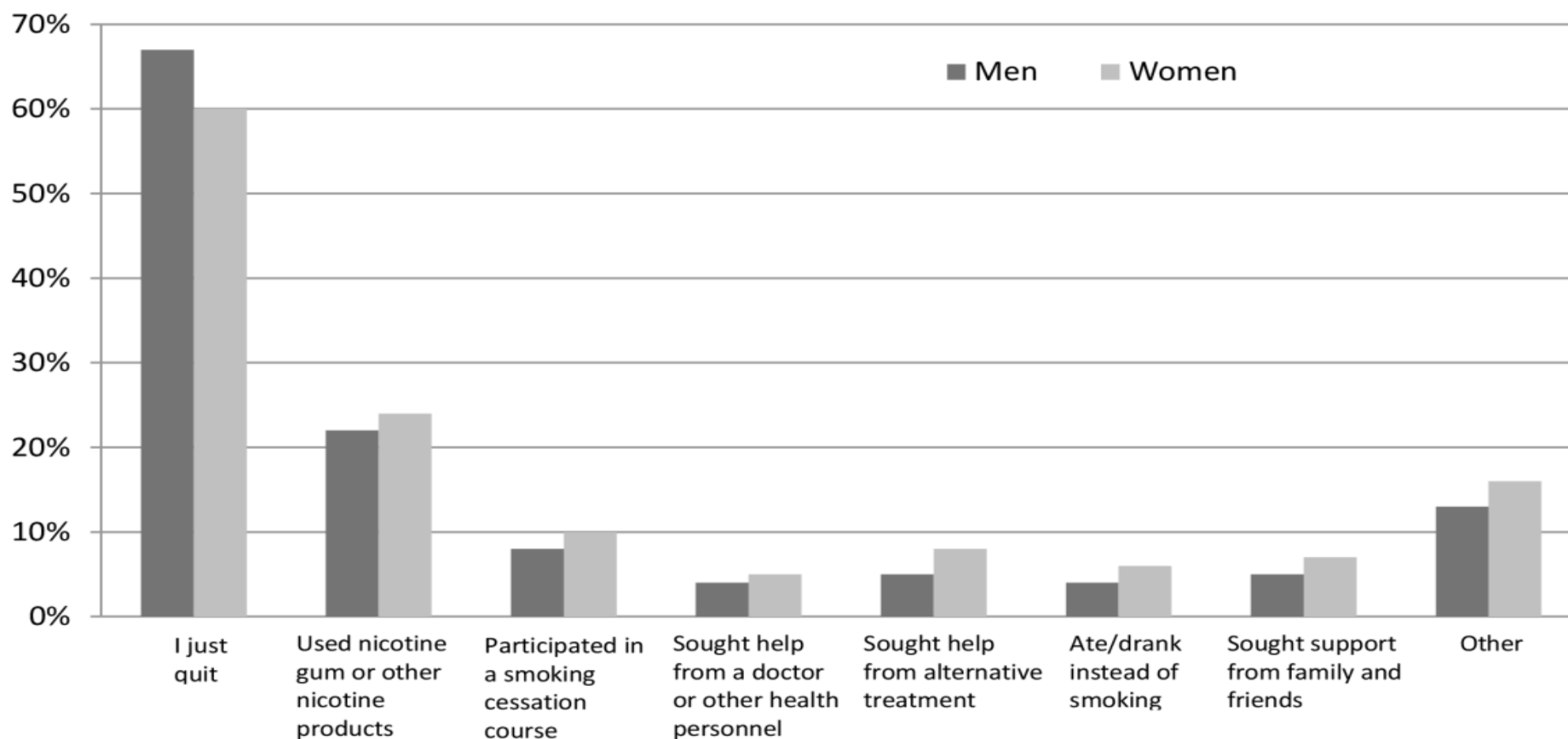
- **At undersøge hvor stor en andel eksrygere, der er stoppet uden brug af formaliseret rygestophjælp, og hvad der karakteriserer denne gruppe**

Studiepopulationen

- **KRAM-undersøgelsen (2007-2008)**
- **6.445 eksrygere, der var stoppet inden for 5 år**
- **Karakteristika**
Køn, uddannelse, alder, antal rygeår, rygeintensitet, tobakstype, rygerelateret sygdom

Rygestopmetoder

Hvad gjorde du for at holde op med at ryge?



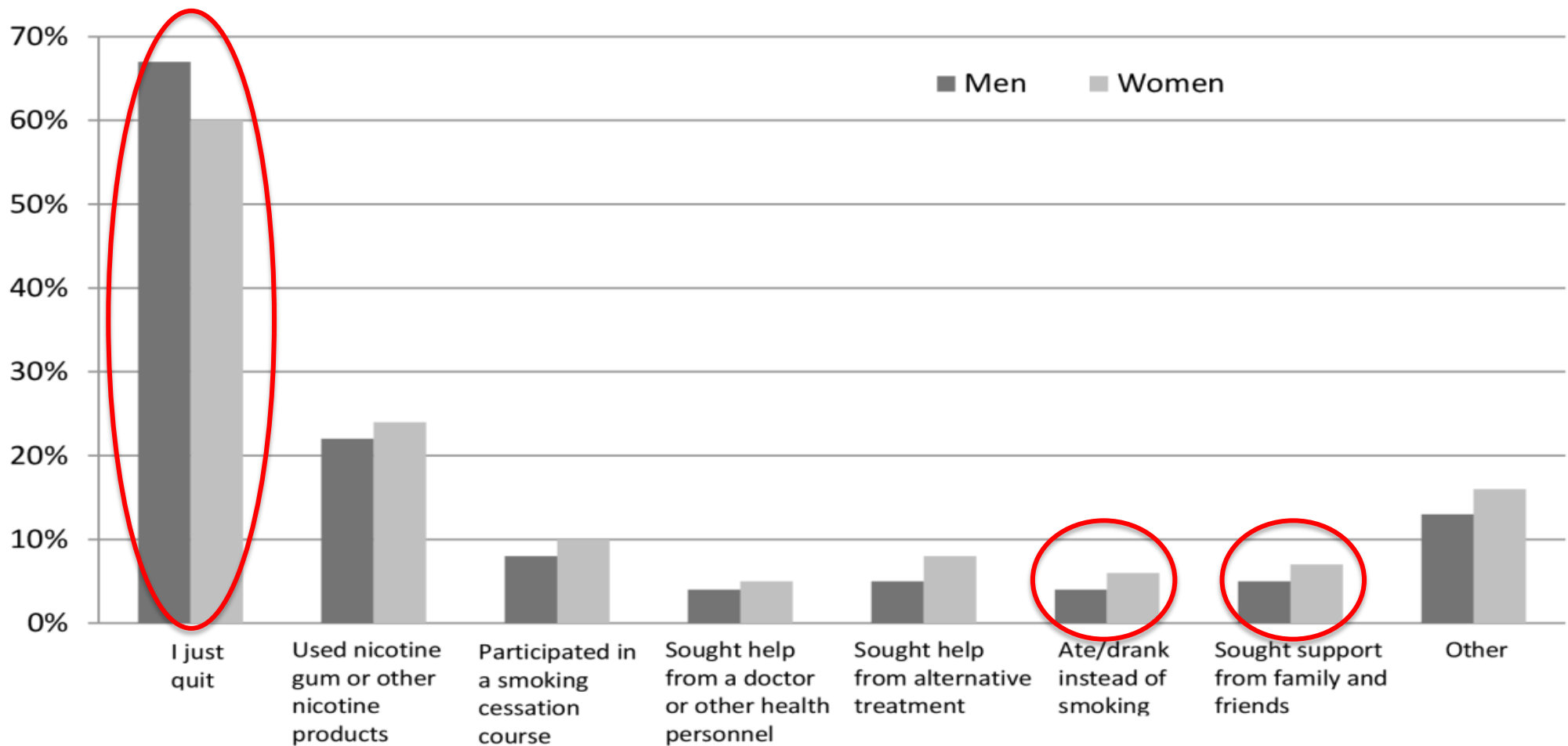
Rygestopmetoder

Hvad gjorde du for at holde op med at ryge?



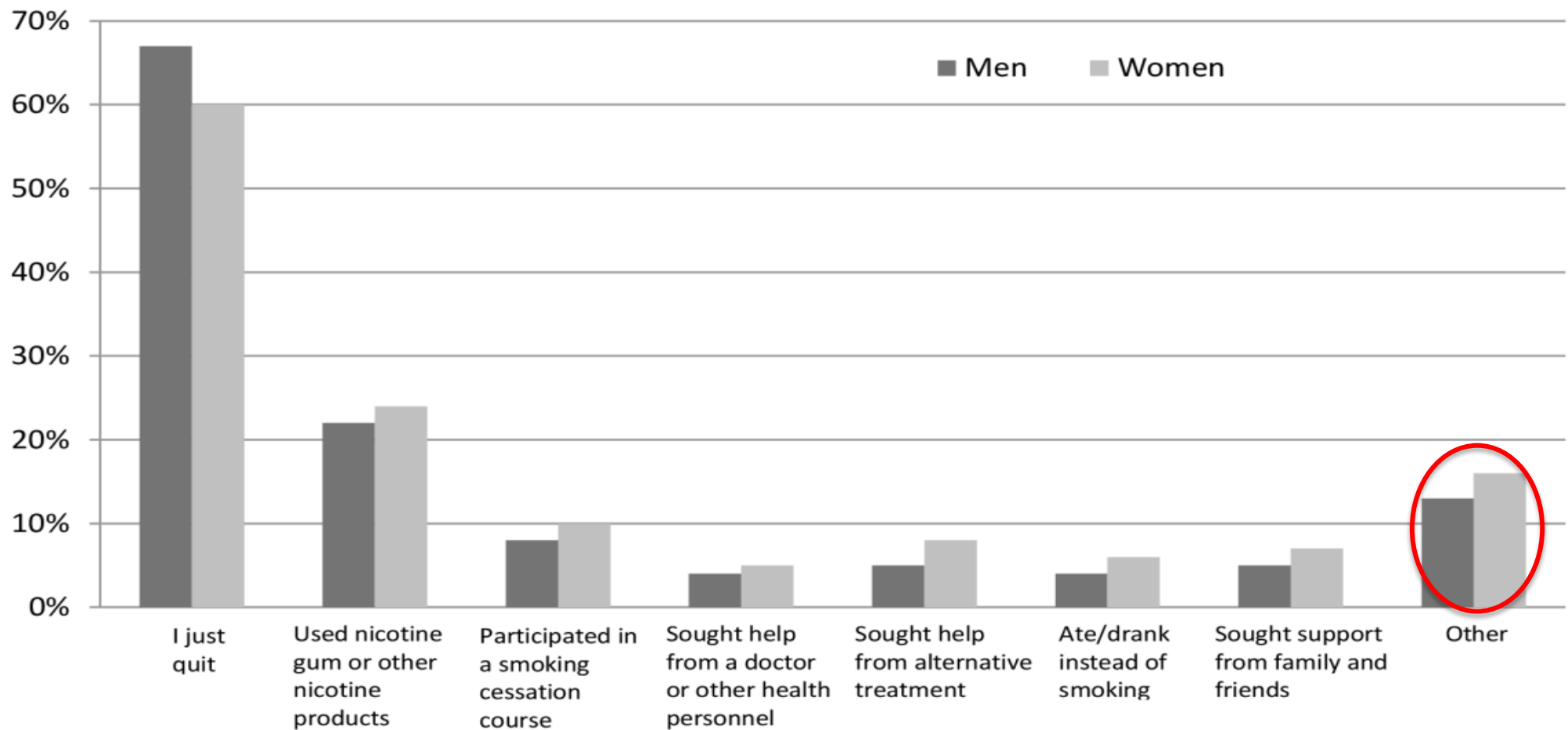
Rygestopmetoder

Hvad gjorde du for at holde op med at ryge?



Rygestopmetoder

Hvad gjorde du for at holde op med at ryge?



Resultater

- **63% af eksrygerne var stoppet uden hjælp**

Resultater

- **63% af eksrygerne var stoppet uden hjælp**
- **Højere sandsynlighed for rygestop uden hjælp blandt mænd**

Resultater

Alder

Højere

sandsynlighed for
rygestop uden
hjælp blandt unge
(14-29-årige)

	Men (n=2650)	Women (n=3795)
	OR (95% CI)	OR (95% CI)
Education	0.83*	0.92*
<10 years	1	1
10-14 years	1.03 (0.79-1.35)	0.99 (0.78-1.26)
15+ years	1.04 (0.78-1.37)	0.99 (0.76-1.28)
Age at time of cessation	<0.001*	<0.001*
14-29 years	1	1
30-44 years	0.25 (0.17-0.33)	0.22 (0.17-0.28)
45-59 years	0.23 (0.17-0.30)	0.15 (0.12-0.20)
60+ years	0.43 (0.32-0.58)	0.24 (0.18-0.32)
Years smoked	<0.001*	<0.001*
>0-<15	1	1
15-<30	0.29 (0.21-0.39)	0.33 (0.24-0.44)
30+	0.24 (0.17-0.35)	0.21 (0.15-0.30)
Tobacco amount		
>0-<15 grams/day	1	1
15+ grams/day	0.35 (0.29-0.42)	0.27 (0.22-0.31)
Tobacco type		
Cigarettes	1	1
Other tobacco products	2.15 (1.66-2.79)	1.46 (0.89-2.41)
Smoking related disease		
No	1	1
Yes	1.07 (0.86-1.33)	0.94 (0.76-1.18)

All analyses adjusted for age at time of cessation and education (where relevant), *P for trend

Resultater

Antal år som
ryger

Højere
sandsynlighed for
rygestop uden
hjælp blandt de
der havde røget
<15 år

	Men (n=2650)	Women (n=3795)
	OR (95% CI)	OR (95% CI)
Education	0.83*	0.92*
<10 years	1	1
10-14 years	1.03 (0.79-1.35)	0.99 (0.78-1.26)
15+ years	1.04 (0.78-1.37)	0.99 (0.76-1.28)
Age at time of cessation	<0.001*	<0.001*
14-29 years	1	1
30-44 years	0.25 (0.17-0.33)	0.22 (0.17-0.28)
45-59 years	0.23 (0.17-0.30)	0.15 (0.12-0.20)
60+ years	0.43 (0.32-0.58)	0.24 (0.18-0.32)
Years smoked	<0.001*	<0.001*
>0-<15	1	1
15-<30	0.29 (0.21-0.39)	0.33 (0.24-0.44)
30+	0.24 (0.17-0.35)	0.21 (0.15-0.30)
Tobacco amount		
>0-<15 grams/day	1	1
15+ grams/day	0.35 (0.29-0.42)	0.27 (0.22-0.31)
Tobacco type		
Cigarettes	1	1
Other tobacco products	2.15 (1.66-2.79)	1.46 (0.89-2.41)
Smoking related disease		
No	1	1
Yes	1.07 (0.86-1.33)	0.94 (0.76-1.18)

All analyses adjusted for age at time of cessation and education (where relevant), *P for trend

Resultater

Tobaksmængde

Højere

sandsynlighed for
rygestop uden
hjælp blandt de
der havde røget
<15 g tobak/dag

	Men (n=2650)	Women (n=3795)
	OR (95% CI)	OR (95% CI)
Education	0.83*	0.92*
<10 years	1	1
10-14 years	1.03 (0.79-1.35)	0.99 (0.78-1.26)
15+ years	1.04 (0.78-1.37)	0.99 (0.76-1.28)
Age at time of cessation	<0.001*	<0.001*
14-29 years	1	1
30-44 years	0.25 (0.17-0.33)	0.22 (0.17-0.28)
45-59 years	0.23 (0.17-0.30)	0.15 (0.12-0.20)
60+ years	0.43 (0.32-0.58)	0.24 (0.18-0.32)
Years smoked	<0.001*	<0.001*
>0-<15	1	1
15-<30	0.29 (0.21-0.39)	0.33 (0.24-0.44)
30+	0.24 (0.17-0.35)	0.21 (0.15-0.30)
Tobacco amount		
>0-<15 grams/day	1	1
15+ grams/day	0.35 (0.29-0.42)	0.27 (0.22-0.31)
Tobacco type		
Cigarettes	1	1
Other tobacco products	2.15 (1.66-2.79)	1.46 (0.89-2.41)
Smoking related disease		
No	1	1
Yes	1.07 (0.86-1.33)	0.94 (0.76-1.18)

All analyses adjusted for age at time of cessation and education (where relevant), *P for trend

Opsummering

- **De fleste eksrygere stoppede uden hjælp (63%)**
- **Større sandsynlighed for at stoppe uden hjælp hvis man:**
 - Er mand
 - Er under 30 år
 - Har røget i mindre end 15 år
 - Har røget mindre end 15 g tobak pr. dag

Perspektiver

- **Er der et overset og uudnyttet potentiale i de rygere, der er "uinteresserede i rygestophjælp"?**

Perspektiver

Det handler i bund og grund om to ting:

1) At øge andelen af rygere, der forsøger at stoppe

Perspektiver

Det handler i bund og grund om to ting:

- 1) At øge andelen af rygere, der forsøger at stopper**
- 2) At øge sandsynligheden for succes, når rygere forsøger at stoppe**

Danskerne rygevaner 2013

Q45 . HVILKEN FORM FOR HJÆLP VILLE DU GERNE HAVE, HVIS DU SKULLE FORSØGE AT HOLDE OP MED AT RYGE?

BASE ...	1183	24%	100%
Støtte fra mine nærmeste (kone, mand, kæreste, venner, naboer, kolleger)	342	29%	
Rådgivning hos lægen	126	11%	
Rådgivning fra kommunen (f.eks. sundhedscenter)	28	2%	
Rådgivning fra apoteket	68	6%	
Rådgivning fra min arbejdsplads	28	2%	
Rådgivning fra Stoplinien (rådgivningstelefon)	32	3%	
Rådgivning via nettet (f.eks. Dit Digitale Stopprogram)	60	5%	
Rådgivning via mobilen	54	5%	
Telefonopkald fra rygestoprådgiver	33	3%	
Rådgivning via pjecer og skriftligt materiale	39	3%	
Rygestopmedicin	206	17%	
Rygestopkursus	152	13%	
Andet	52	4%	
Jeg vil ikke have hjælp	457	39%	
Ved ikke	174	15%	

December 2013, Sundhedsstyrelsen

Perspektiver

Det handler i bund og grund om to ting:

1) At øge andelen af rygere, der forsøger at stopper

Differentiere/målrette kampagner. Motivere/ ikke demotivere.

2) At øge sandsynligheden for succes ved rygestopforsøg

Differentiere/målrette rygestophjælp

OPEN  ACCESS Freely available online

PLoS MEDICINE

Policy Forum

The Global Research Neglect of Unassisted Smoking Cessation: Causes and Consequences

Simon Chapman*, Ross MacKenzie

School of Public Health, University of Sydney, Australia

February 2010 | Volume 7 | Issue 2 | e1000216



Tak for opmærksomheden

Og tak til medforfattere:

Peter Dalum

Lise Skov-Ettrup

Janne Tolstrup

