

Effektiviteten af Guld Standard Programmet sammenlignet med andre rygestopkurser i Danmark: et kohortestudie

Forfattere: M Rasmussen, E Fernández, H Tønnesen

Tidsskrift: BMJ Open 2017

Original titel: Effectiveness of the Gold Standard Programme compared with other smoking cessation interventions in Denmark: a cohort study

Baggrund

Tobak er den mest skadende livsstilsfaktor, der påvirker folkesundheden globalt og nationalt.

WHO har estimeret, at 6 millioner årligt dør af rygerelaterede sygdomme. I Danmark dør mere end 12.800 årligt, som konsekvens af rygning, svarende til hvert fjerde dødsfald. I løbet af det seneste årti er rygeprævalensen i Danmark faldet med 0,5-1 % pr. år, og i 2013 var den samlede andel af rygere over 15 år i Danmark estimeret til 17 %.

Rygestopkurser er et af de mange initiativer, der er foretaget for at hjælpe rygere med et rygestop. Størstedelen af rygestopkurser, der tilbydes i Danmark, er Guld Standard Programmer, der har vist sig at være yderst effektive og omkostningseffektive, men deres effektivitet var endnu ikke sammenlignet med andre programmer.

Formålet med dette studie var at sammenligne effektiviteten af Guld Standard Programmer med effektiviteten af andre rygestopprogrammer med personligt fremmøde i Danmark.

Formålet var også at identificere faktorer i forbindelse med et succesfuldt rygestop.

Metode

Studiet er en prospektiv kohorteundersøgelse, der har brugt data fra Rygestopbasen. Rygestopbasen er en tilgængelig database til dokumen-

tation og evaluering af rygestopkurser for alle udbydere af rygestopkurser i Danmark.

Studiet inkluderede data om rygere fra 2001-2013 med opfølgning frem til 2014. Rygere ≥ 15 år, der deltog i et rygestopkursus med planlagt opfølgning, blev inkluderet.

I overensstemmelse med retningslinjerne, har en deltager gennemført et rygestopkursus, når vedkommende har deltaget i min. 75 % af de planlagte møder.

Gennem perioden havde 423 rygestopenheder rapporteret data til Rygestopbasen med i alt 82.515 rygere registreret efter at have givet informeret samtykke. 46.287 rygere, der blev fulgt op på efter seks måneder, blev endeligt inkluderet i undersøgelsen.

Der blev foretaget statistiske analyser for at sammenligne effektiviteten af rygestopkurserne.

Resultater

33 % af de responderende deltagere rapporterede et vedvarende rygestop efter seks måneder. Opfølgingsraten var 74 %.

Studiet fandt, at kvinder var mindre tilbøjelige til at forblive røgfrie end mænd. De korte rygestopkurser var mere effektive blandt mænd.

Efter justering for confoundere, var Guld Standard Programmet den eneste intervention, der havde betydelige signifikante resultater på tværs af køn. Compliance var den mest væsentlige faktor for et succesfuldt rygestop.

Effektiviteten af Guld Standard Programmet sammenlignet med andre rygestopkurser i Danmark: et kohortestudie

Konklusion

Over tid har danske rygestopkurser vist sig at være effektive. Studiet viser, at hver tredje ryger stadig var røgfri ved opfølgning efter seks måneder.

Studiet forventede, at Guld Standard Programmet ville være den mest effektive form for rygestopkursus, men studiet fandt også, at korte rygestopkurser havde en relativ stor effekt blandt mænd.

Efter justering for confoundere, var Guld Standard Programmet den eneste intervention, der havde betydelige resultater på tværs af køn.

Compliance var den mest væsentlige faktor for et succesfuldt rygestop.