

RYGESTOP I ALMEN PRAKSIS  
KURSUS, INTERNETBASERET PROGRAM ELLER SAMTALE  
– en medicinsk teknologivurdering  
Sammenfatning

2009

# RYGESTOP I ALMEN PRAKSIS KURSUS, INTERNETBASERET PROGRAM ELLER SAMTALE – en medicinsk teknologivurdering Sammenfatning

Charlotta Pisinger læge, Ph.d. MPH<sup>1</sup>

Torben Jørgensen professor, dr.med., centerchef<sup>1</sup>

1. Forskningscenter for Forebyggelse og Sundhed, Region Hovedstaden

Rygestop i almen praksis: Kursus, internetbaseret program eller samtale  
– en medicinsk teknologivurdering: Sammenfatning  
© Sundhedsstyrelsen, Monitorering & Medicinsk Teknologivurdering

URL: <http://www.sst.dk/mtv>

Emneord: Medicinsk teknologivurdering, MTV, rygning, almen praksis, praktiserende læge, internet, rygestophold, henvisning

Sprog: Dansk med engelsk resume

Format: pdf

Version: 1,0

Versionsdato: 20. april 2009

Udgivet af: Sundhedsstyrelsen, maj 2009

Kategori: Rådgivning

Design: Sundhedsstyrelsen og 1508 A/S

Layout: Schultz Grafisk

Elektronisk ISBN: 978-87-7676-904-8

Elektronisk ISSN: 1601-586X

Denne rapport citeres således:

Pisinger C., Jørgensen T.

Rygestop i almen praksis: Kursus, internetbaseret program eller samtale  
– en medicinsk teknologivurdering

København: Sundhedsstyrelsen, Monitorering & Medicinsk Teknologivurdering, 2009  
Medicinsk Teknologivurdering – puljeprojekter 2009; 9(2)

---

**Serietitel: Medicinsk teknologivurdering – puljeprojekter**

**Serieredaktion: Mogens Hørder, Stig Ejdrup Andersen**

**Serieredaktionssekretær: Stig Ejdrup Andersen**

---

For yderligere oplysninger rettes henvendelse til:

Sundhedsstyrelsen

Monitorering & Medicinsk Teknologivurdering

Islands Brygge 67

2300 København S

Tlf. 72 22 74 00

E-mail: [emm@sst.dk](mailto:emm@sst.dk)

Hjemmeside: [www.sst.dk/mtv](http://www.sst.dk/mtv)

Rapporten kan downloades fra [www.sst.dk](http://www.sst.dk) under publikationer og udgivelser

## Sammenfatning

Denne MTV-rapport udgør faglig rådgivning til belysning af den samlede dokumentation af rygestop i almen praksis. Rapporten vil blandt andet indgå som et bidrag til Sundhedsstyrelsens løbende faglige arbejde med specialeplanlægning/forebyggelse/dokumentation.

Ryging er den enkeltfaktor, der har den største indflydelse på både social ulighed i sundhed, sygelighed og for tidlig død i Danmark.

I almen praksis er der stort potentiale for rygestopintervention, men det kan i en travl hverdag være svært for den praktiserende læge at finde tiden, og det vil muligvis heller ikke være omkostningseffektivt. En mulighed for at aflaste de praktiserende læger og hjælpe flere rygere til rygestop, kunne være bedre henvisningsmuligheder til relevante evidensbaserede rygeafvænnings tilbud andre steder.

Formålet med denne randomiserede interventionsundersøgelse var at vurdere den mest omkostningseffektive rygeafvænningsmodel med udgangspunkt i almen praksis.

Samtlige praktiserende læger i et udvalgt område blev præ-randomiseret til én af tre grupper; A, B eller C. I gruppe A fik lægerne mulighed for at henvise rygende patienter til gratis rygestophold i otte uger, i gruppe B fik lægerne mulighed for at henvise til et nyudviklet internetbaseret rygestopprogram i otte uger og i gruppe C (kontrolgruppen) skulle lægerne fortsætte sædvanlig praksis med opfordring til og vejledning i rygestop som vanlig.

Det var vanskeligt at få de praktiserende læger til at deltage i undersøgelsen, og de der deltog (40 %), var i forvejen mere aktive med rygestoprådgivning. Samtidig var den af lægerne registrerede rygeprævalens blandt patienterne i gennemsnit kun 17 %, altså godt 10 % lavere end landsgennemsnittet, hvilket kunne være udtryk for selektion.

Der blev inkluderet over 1.500 rygere. Omkring halvdelen af dem gav udtryk for ønske om at komme på rygestophold eller benytte det internetbaserede rygestopprogram, men kun 7 % startede på rygestophold, og kun 16 % benyttede det internetbaserede rygestopprogram.

Røgfrihed blev registreret både som selvoplyst og valideret røgfrihed, og der blev taget højde for sociodemografiske forskelle og forskelle i motivation til rygestop og tobaksforbrug ved baseline, grupperne imellem.

Selvom der efter ét år var lidt flere røgfri i gruppen, der fik tilbudt rygestophold (6,7 % i gruppe A, 5,9 % i gruppe B og 5,7 % i gruppe C), var der ingen signifikant forskel på interventionsgrupperne og kontrolgruppen, hverken hvad angår selvrapporteret eller valideret røgfrihed.

De deltagende læger var generelt positive over for undersøgelsen og mente, at rygerne havde modtaget tilbuddet om henvisning til rygestophold/internetbaseret rygestopprogram godt. De deltagende læger der brugte få minutter pr. konsultation på at tale om rygning, var meget positive overfor rygestoprådgivning i almen praksis, og de fleste mente, at det burde gøres uopfordret.

Omkring halvdelen af de deltagende patienter var tilfredse med, at deres læge talte med dem om rygning. Lidt mere end hver tredje ryger mente at lægerne uopfordret burde tale om rygning, og ca. hver tredje af de røgfrie patienter mente, at rygestopsamtalen med lægen havde haft en indflydelse på deres røgfrihed.

### **Konklusion**

Der fandtes ingen signifikant effekt af praktiserende lægers henvisning til et internetbaseret rygestopprogram eller et gratis rygestopkursus i forhold til vanlig praksis. Selvom både patienter og læger var positive overfor ideen, var der kun ganske få rygere, der benyttede sig af tilbuddet. På baggrund af dette, findes det ikke omkostningseffektivt at ændre vanlig praksis. Det kan dog ikke udelukkes, at de deltagende læger og deres patienter var så selekterede, at dette påvirkede resultatet af undersøgelsen.

Hvis rygestopraterne i almen praksis skal øges, er et par minutters rygestopsamtale formodentlig ikke tilstrækkelig. En intensivering af rygestopsamtalen, med tilmelding til fx rygestophold før patienten forlader praksis, kunne måske øge rygestopraten.

[www.sst.dk](http://www.sst.dk)

Sundhedsstyrelsen  
Monitorering & Medicinsk Teknologivurdering  
Islands Brygge 67  
2300 København S  
Tlf. 72 22 74 00

[emm@sst.dk](mailto:emm@sst.dk)  
[www.sst.dk/mtv](http://www.sst.dk/mtv)