

Rygestop – Rekruttering og fastholdelse

- **Engager frontpersonale, som møder borgeren (sygehus, almen praksis, kommunale enheder)**
- **Anbefal Very Brief Advice (VBA) som rekrutteringsmetode**
- **Tilbud om vederlagsfri rygestopmedicin øger rekrutteringen**
- **Fleksible rygestoptilbud understøtter rekruttering til og fastholdelse i rygestopforløb**

Formålet med inspirationsarket er at give kommunerne en overordnet introduktion til, hvad der kan fremme rekruttering og fastholdelse af borgere i rygestopforløb.

Rekruttering

Flere samarbejdsflader effektiviserer rekrutteringen. Sundhedsstyrelsen anbefaler derfor, at kommunen etablerer samarbejde med frontpersonale, både i kommunen og i sundhedsvæsenet, som møder borgere i deres arbejde.

VBA er en nem og enkel metode til henvisning af borgere, der ønsker at holde op med at ryge. Metoden består af tre korte trin: spørg, oplys, henvis. Overvej at tilbyde vederlagsfri rygestopmedicin som en del af rygestopforløbet. Det højner rekrutteringen.

Det har god effekt på rekruttering og senere rygestop, når borgere inden for en uge efter henvisningen bliver kontaktet af en rygestoprådgiver med henblik på at afklare ønsker og planlægge forløb. Tobaksafvænning bør starte hurtigst muligt efter borgeren har givet udtryk for gerne at ville deltage i et tilbud.

Fastholdelse

Fleksible og målgruppebaserede rygestopforløb øger fastholdelsen af borgerne. Tænk derfor på målgruppen for indsatsen og deres ønsker og behov, når rygestopforløbene tilrettelægges. Overvej f.eks. følgende:

- Individuelle forløb eller gruppeforløb?
- Hvordan skal fastholdelsen af den enkelte borger styrkes? Ugentlige opkald, sms på dagen?
- Tidspunkter på dagen?
- Udgående rygestop som en mulighed? F.eks. i botilbud, i udvalgte boligområder, på jordemodercentre mv.?

Udlevering af vederlagsfri rygestopmedicin bør ske sideløbende med rådgivning. Det kan både motivere borgere til at påbegynde et rygestop og fastholde dem i rygestoppet. I kan vælge at bruge Stoplinjens tilbud for at fastholde motivationen hos borgeren, indtil forløbet hos kommunen starter.



SUNDHEDSSTYRELSEN