

Til Cille Hald Egholm (V)



## Svar på politikerspørgsmål vedr. rygestopkurser

Medlem af Borgerrepræsentationen Cille Hald Egholm (V) har den 17. marts 2023 stillet Sundheds- og Omsorgsforvaltningen spørgsmål vedr. succesraten på kommunale rygestopkurser.

22. marts 2023

Sagsnummer  
2023-0119772

Dokumentnummer  
2023-0119772-1

### Spørgsmål:

1)

*Har forvaltningen data på, hvor stor en andel af de borgere, der har været tilmeldt rygestopkurser i Københavns Kommune, der er røgfri efter X antal år (afhængig af hvad der i givet fald måles på)?*

2)

*Hvordan foregår et rygestopkursus i store træk?*

3)

*I hvilken grad anbefales/bruges andre nikotinprodukter i løbet af et rygestopkursus, og hvilke produkter er der i givet fald tale om?*

### Svar:

Som opfølgning på rygestopkurserne følger Sundheds- og Omsorgsforvaltningen de nationale anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen. Sundhedsstyrelsen anbefaler opfølgning på rygestopaktivitet efter seks måneder.

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen monitorerer løbende effekten af kommunens rygestoptilbud. Data viser, at omkring 85 pct. af deltagerne er røgfrie efter endt rygestopkursus, samt at ca. 45 pct. fortsat er røgfrie efter 6 måneder. Til sammenligning viser data fra Statens Institut for Folkesundhed, at succesraten blandt rygere, der forsøger at stoppe på egen hånd, ligger mellem 2-4 pct.

Ad2)

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen tilbyder forskellige typer af rygestopkurser til københavnere over 18 år, der ønsker at holde op med at ryge, uanset deres tidligere erfaring med at stoppe.

Center for Forebyggelse og  
Folkesundhed  
Afdeling for Strategisk  
Folkesundhed  
Borups Allé 41  
2200 København N

EAN-nummer  
5798009290359

Rygestopkurserne afholdes online ellers fysisk og varierer i længde og omfang. De fysiske kurser afholdes i sundhedshuse, biblioteker, i naturen eller i kombination med motion.

Rygestopkurset foregår i en gruppe med 7-15 deltagere, og ledes af en rygestoprådgiver. Gruppen mødes 10,5 timer fordelt på fem mødegange i løbet af seks uger.

På alle typer rygestopkurser arbejdes med:

- Forberedelse af rygestoppet og vaneændringer
- Abstinenser, nikotinafhængighed og helbredsfordele
- Strategier til at fastholde rygestoppet, samt en nedtrapningsplan ved brug af rygestopmedicin

Der aftales en fælles stopdato med rygestoprådgiveren, og de andre på holdet. Kurserne er også for københavnere der bruger andre nikotinprodukter som fx snus eller e-cigaretter.

Ad3)

Københavns Kommune giver tilskud på op til 1000 kr. årligt til nikotinerstatning eller rygestopmedicin til alle borgere, der deltager på et rygestopkursus. Rygestoprådgiveren er uddannet til at vejlede i anvendelsen af nikotinerstatningsprodukter, der kan fås i håndkøb. Ønsker borgeren at anvende rygestopmedicin, henvises borgeren til egen læge, der kan udskrive recept på rygestopmedicin.

Der findes tre producenter som producerer nikotinerstatningsprodukter, Nicorette, Nicotinell og Nicovel. De forskellige produkter egner sig til forskellige typer af behov fx dagsplaster, døgnplaster og nikotintyggegummi. Sundheds- og omsorgsforvaltningen anbefaler ikke et produkt fremfor et andet.