



# Rygestopmedicin

Charlotta Pisinger

Forskningscenter for Forebyggelse og Sundhed  
Rigshospitalet - Glostrup Universitetshospital  
RegionH



# Det kan lade sig gøre uden

- Flest rygere holder op med at ryge uden brug af medicin eller anden støtte
- Næsten 3 x så mange bliver røgfri som ved brug af NRT



# Impact på folkesundhed

- Succesrate x antal personer der benytter metoden = impact
- 0,05 (5%) x 500.000 rygere = 25.000
- 0,25 (25%) x 10.000 rygere = 2.500



# Evidens: rygestoprådgivning alene har effekt





# Evidens: bedst effekt når det kombineres

SYNERGY

$$1 + 1 = 3$$

# Røgfrihed efter 1 år – afhængig af metode til rygestop (ca. værdier)

Danske rygestophold (prof. rådgivning + rygestopmedicin): ca. 20%

Intensiv rådgivning af rygestoprådgiver: ca.10%

Anbefaling af læge + nikotinprodukt: ca.10%

Kort råd af læge: 5%

Viljestyrke: 3-5%



# Motivation og udholdenhed er altafgørende

- Rygestopmedicin kan kun afhjælpe den fysiske afhængighed
- har ingen effekt på den psykiske, sociale eller vanebetingede afhængighed





# Gennemgang af eksisterende viden

- 267 lodtrækningsstudier
- >100.000 deltagere
- Sammenlignet med placebo:
  - NRT: 84% bedre
  - Zyban: 82% bedre
  - Champix: 2,88 gange bedre
- Alle 3 produkter har effekt



# Piller bedre end nikotinprodukter?

Sammenlignet med NRT:

- Zyban: ingen forskel
- Champix:
  - 57% bedre hvis der kun blev behandlet med 1 slags NRT
  - ingen forskel hvis der blev brugt kombinationsbehandling



# Champix eller Zyban?

- Champix er 59% mere effektiv end Zyban



# Kombinere Champix med NRT?

- >400 rygere
- Champix + nikotinplaster sign. bedre end Champix alene
- 1/2 års rygestoprate (point prevalence):
  - Champix + NRT: 65% vs Champix: 47%



+



# Lavdosis eller højdosisbehandling med Champix?

- Standard (2mg) vs. lavdosis (1mg): lidt bedre effekt, 25%
- 4 studier: Kunne selv vælge dosis mellem 0,5 og 2mg dgl.: Sign. effekt= dobbelt så effektivt som placebo
- 6 studier: lægen skar ned ved bivirkninger: Sign. effekt= 2,3 gange så effektivt som placebo
- Høj dosis (3mg) vs. standard dosis (2mg): ingen gevinst/forskel
- Tilbagefaldsbehandling: ingen sign. effekt



# Zyban behandling

- Tvivl om bedre effekt hos personer med tidligere depression (flere studier viste ikke øget effekt, 1 gjorde)
- Kan dosis reduceres så man får færre bivirkninger? 150mg (1/2 dosis) gav færre bivirkninger uden tabe af effekt
- Ikke sign. øget effekt ved kombination med NRT/uafklaret



# Nikotinprodukter

- Testet på >50,000 deltagere
- Virker på tværs af køn, alder og socioøkonomiske forskelle
- Effekt uafhængig af varighed
- Effekt uafhængig af intensiteten af anden støtte
- Ingen større forskel på produkternes effektivitet
  - Nasal og oral har vist lidt bedre effekt



# Nikotinprodukter

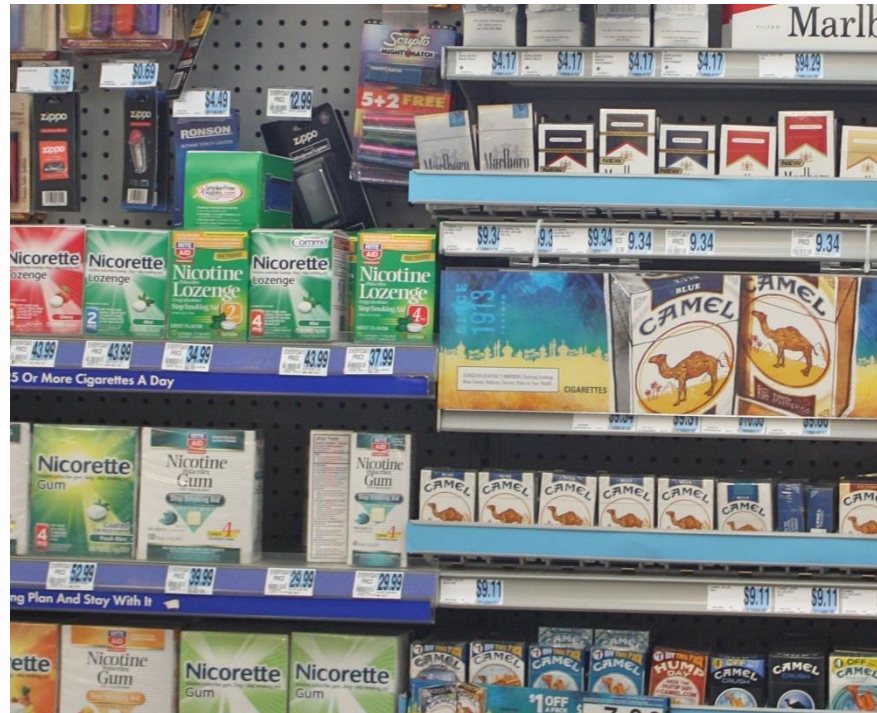
- Kombination bedre end brug af 1 produkt
  - 34% bedre effekt af plaster + hurtigtvirkende NRT
- Storrygere:
  - evidens for at 4 mg tyggegummi er bedre end 2mg tyggegummi
  - svagere evidens for højere dosis plastre
- Brug af NRT før stopdato: tendens til lidt bedre effekt, men ikke signifikant





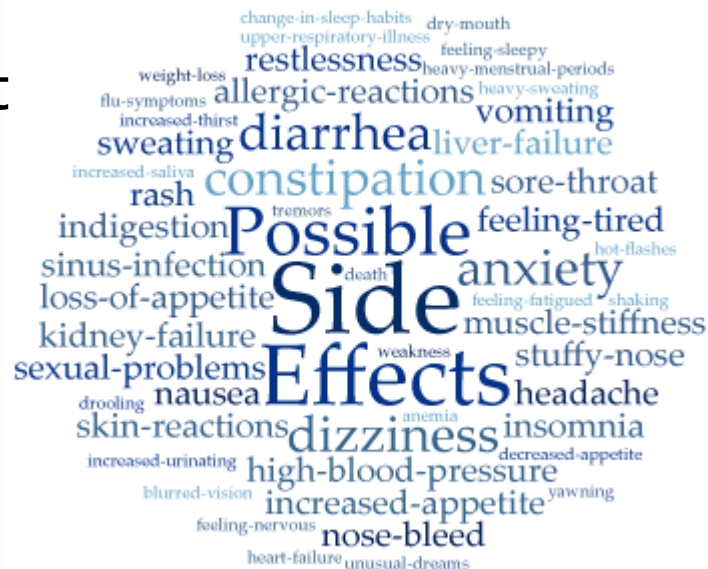
# Nikotinprodukter over disken

- Mange studier finder ingen/meget lille effekt



# Bivirkninger ved rygestopmedicin

- NRT (>150 studier):
  - forskellige, afhængigt af produkt
  - Ikke øget risiko for blodprop i hjertet
- Zyban (>80 studier):
  - ikke evidens for øget risiko for kramper, neuropsykiatrisk sygdom eller hjertekarsygdom
- Champix (kun 14 studier):
  - ikke evidens for øget risiko for neuropsykiatrisk sygdom eller hjertekarsygdom (mistanke)



A word cloud of side effects associated with smoking cessation. The most prominent words are 'Possible Side Effects'. Other visible words include: change-in-sleep-habits, dry-mouth, upper-respiratory-illness, feeling-sleepy, restlessness, heavy-menstrual-periods, weight-loss, allergic-reactions, heavy-sweating, flu-symptoms, increased-thirst, vomiting, sweating, diarrhea, liver-failure, increased-saliva, constipation, sore-throat, rash, tremors, feeling-tired, indigestion, sinus-infection, death, anxiety, hot-flashes, loss-of-appetite, feeling-fatigued, shaking, kidney-failure, weakness, muscle-stiffness, sexual-problems, nausea, stuffy-nose, headache, drooling, skin-reactions, dizziness, insomnia, anemia, decreased-appetite, increased-urinating, high-blood-pressure, yawning, blurred-vision, increased-appetite, feeling-nervous, nose-bleed, heart-failure, and unusual-dreams.



# Skal alle have rygestopmedicin?

- Der er ikke tilstrækkelig evidens til rutinemæssigt at anbefale rygestopmedicin til:
  - Smårygere (<10 cigaretter dagligt)
  - Børn/unge
  - Gravide

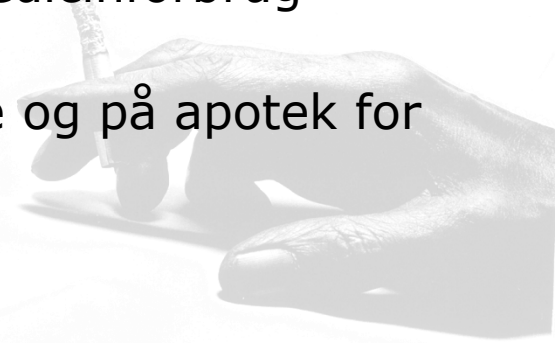


# Hvordan vælger jeg det rette?



# Optimal rygestopmedicinering – en individuel vurdering

- Hvor fysisk afhængig er rygeren?
- Har rygeren haft flere mislykkede rygestopforsøg?
- Har rygeren oplevet mange abstinenser ved tidligere rygestopforsøg?
- Har rygeren brugt rygestopmedicin ved tidligere rygestopforsøg?
  - Var der god effekt af rygestopmedicinen?
  - Var der bivirkninger?
- Har rygeren selv ønske om at benytte en speciel type rygestopmedicin?
- Er der økonomiske hensyn?
- Har rygeren protese?
- Skal der tages hensyn til anden sygdom eller medicinforbrug (kontraindikationer og interaktioner)?
- Vil rygeren få taget sig sammen til at gå til læge og på apotek for at få piller, hvis det anbefales?



# Fordele og ulemper

NRT +	NRT -	Champix +	Champix -	Zyban +	Zyban -
Årtiers erfaring	Ofte underdoserings	Mindst erfaring	Læge ordineret	En del erfaring	Læge ordineret
Høj sikkerhed - også testet på patienter	Kræver instruks	<b>Bedst effekt</b>	Dyrt	Piller - nemt	Interaktioner med medicin
Kan tilpasses meget individuelt		Piller - nemt	En del bivirkninger (kvalme, søvn)		Kontraindikationer
Hurtigtvirkende		Også testet på patienter	OBS hjertekar (selvmord)		

# Billig/gratis rygestopmedicin

- Tilskud til rygestopmedicin eller gratis -medicin øger brug blandt socialt dårligt stillede
- Gratis/billig NRT øger opkald til rygestoplinje
  - Dobbelt så mange lav-indkomst rygere ringer



PHOTO ILLUSTRATION/THINKSTOCK

Solomom, L. et al. Free nicotine patches plus proactive telephone peer support to help low-income women stop smoking. *Preventive Medicine*, 2000. 31: p. 68-74.

An, L. et al, Increased reach and effectiveness of a statewide tobacco quitline after the addition of access to free nicotine replacement therapy. *Tob Control*, 2006. 15: p. 286-93.

Miller, C. et al. Using a quitline plus low-cost nicotine replacement therapy to help disadvantaged smokers to quit. *Tobacco Control*, 2009. 18: p. 144-149.



*Tak for i dag!*

