

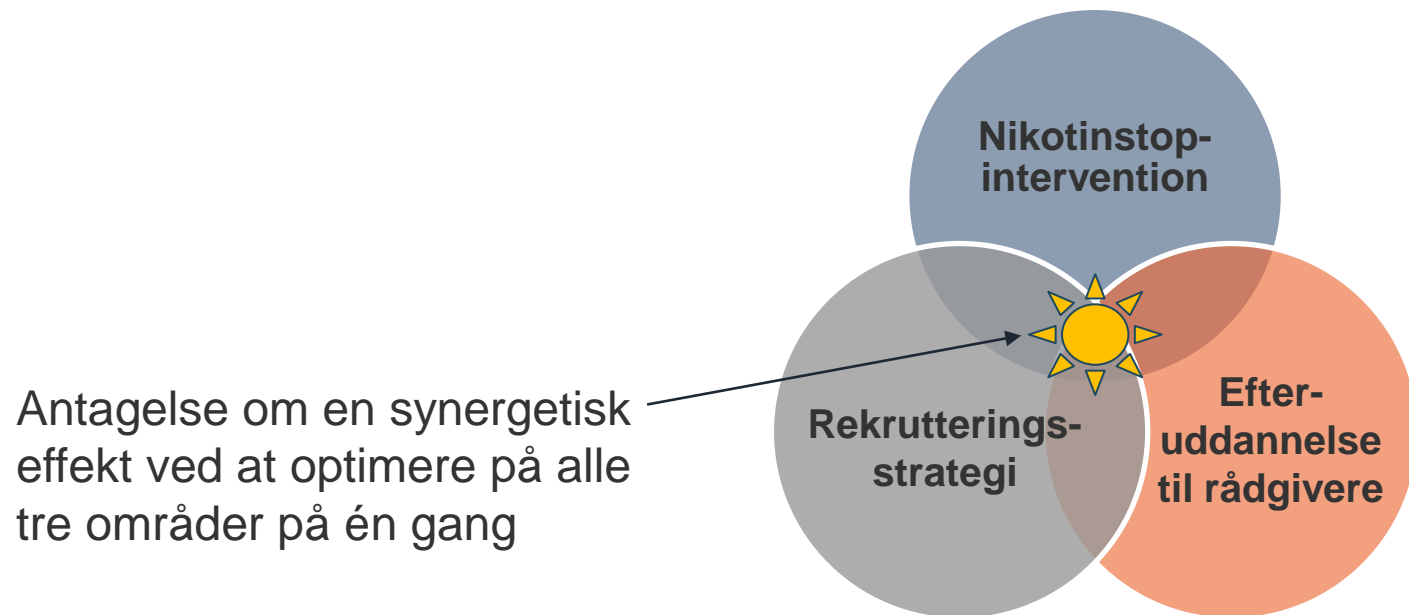
U-Niko

Et forskningsprojekt om ryge-
og nikotinstop blandt unge



Sofie Bergman Rasmussen, videnskabelig assistent og projektleder
Cand.mag. i sundhedsfremme og pædagogik

Et ryge- og nikotinstop program specialdesignet til unge



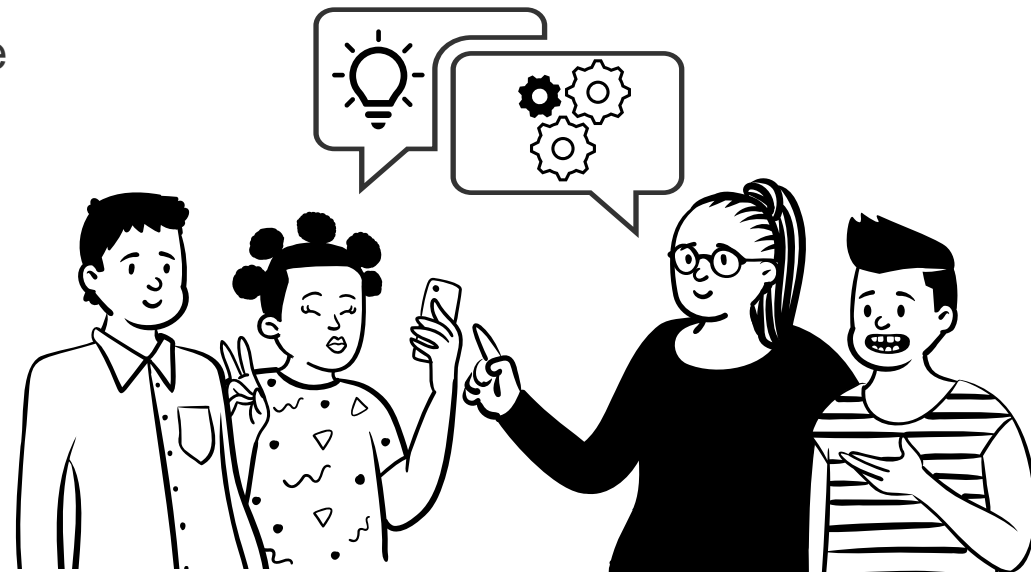
Projekt U-Niko

Et samarbejde på tværs: forskningsinstitutioner, private aktører, kommuner og de unge

I spidsen:

- Charlotta Pisinger, professor i tobaksforebyggelse
- Maj-Britt Bjerre Koch, direktør i Rygestopkonsulenterne

Projektet finansieres af TrygFonden



Baggrunden for projektet

- Nye populære nikotinprodukter har ført til en stigning i unges forbrug
- Knap hver tredje unge bruger mindst ét tobaks- eller nikotinprodukt
- Flere og flere tilfælde af stærk nikotinafhængighed blandt de unge

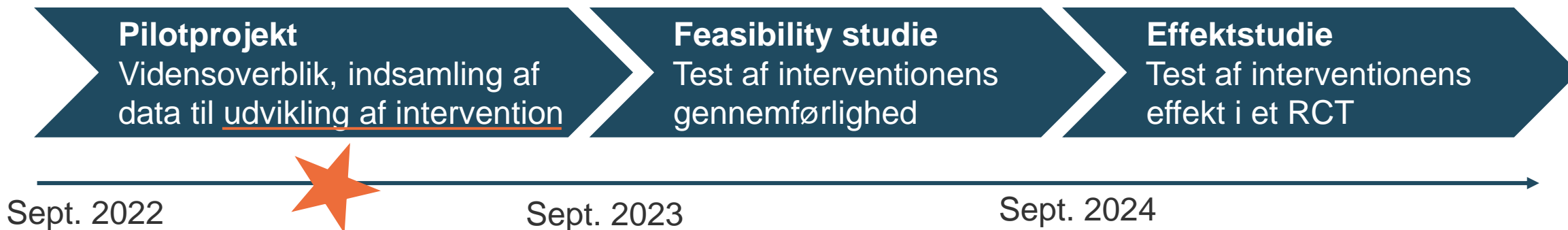


Baggrunden for projektet

- 80% af de unge (16-24-årige) der ryger, ønsker at holde op
- 70% af de unge daglige brugere af røgfri nikotinprodukter har overvejet at stoppe inden for den sidste måned
- Kun en brøkdel (ca. 3%) lykkedes med et ikke-assisteret stop



Projekt U-Niko



Resultater fra pilotprojektet

Afdækning af rådgivernes erfaringer

- ✓ Landsdækkende spørgeskemaundersøgelse
- ✓ Interviews med erfarne rygestoprådgivere

Systematisk litteraturgennemgang

- ✓ Afdækning af hvad der "virker" for unge, der ryger og/eller bruger nikotinprodukter

Tæt dialog med de unge

- ✓ 20 timers observation af stoprådgivningshold med unge
- ✓ Fokusgruppeinterviews med 23 unge

National undersøgelse af kommunernes erfaringer



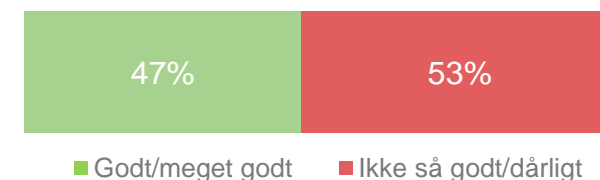
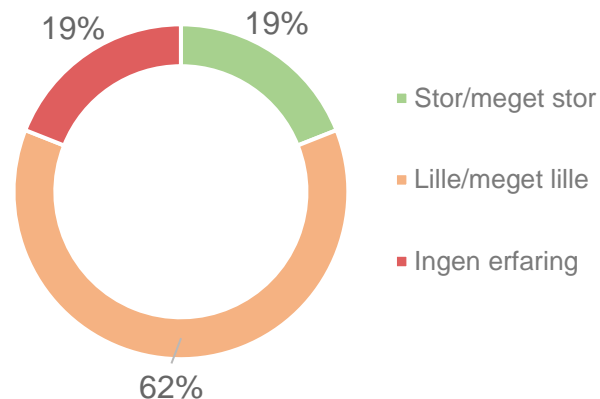
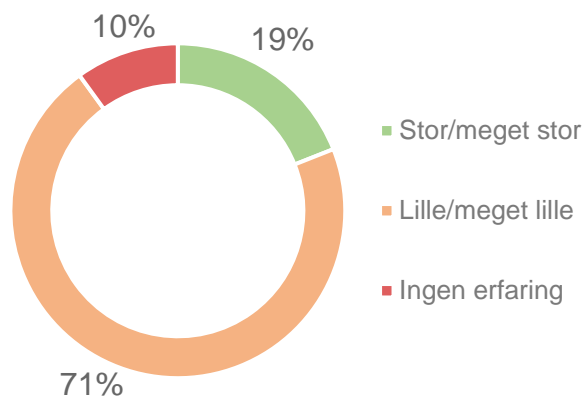
Online survey til alle kommuner i Danmark i efteråret 2022

94 (96%) kommuner besvarede

Vi spurgte ind til kommunernes egne erfaringer med ryge-/nikotinstop rådgivning til unge, bl.a.:

- Rådgivernes kvalifikationer for at arbejde med unge
- Erfaringer med rekruttering og organisering
- Kommunernes vurdering af de unges afhængighed og motivation for stop
- Brug af nikotinerstatningsprodukter til unge

Kommunernes vurdering af deres erfaringer med ryge- /nikotinstoptilbud målrettet unge

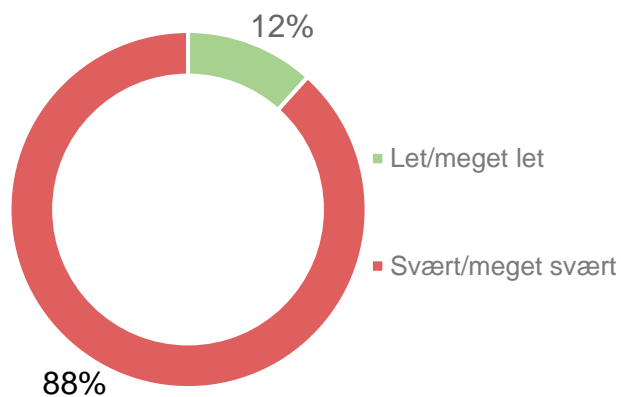


En femtedel af kommunerne vurderer, at de har god/meget god erfaring med ryge- eller nikotinstop målrettet unge

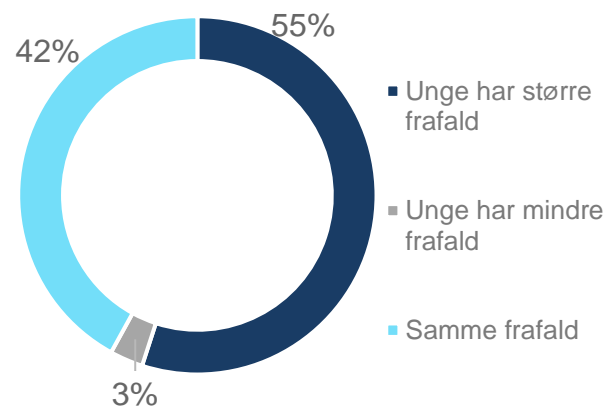
Lidt under halvdelen vurderer, at deres tilbud har god effekt

Ca. 16 unge i
stoptilbud om året
per kommune

Kommunernes vurdering af arbejdet med ryge-/nikotinstop målrettet unge



Mere end otte ud af ti kommuner synes, at arbejdet med de unge er svært/meget svært

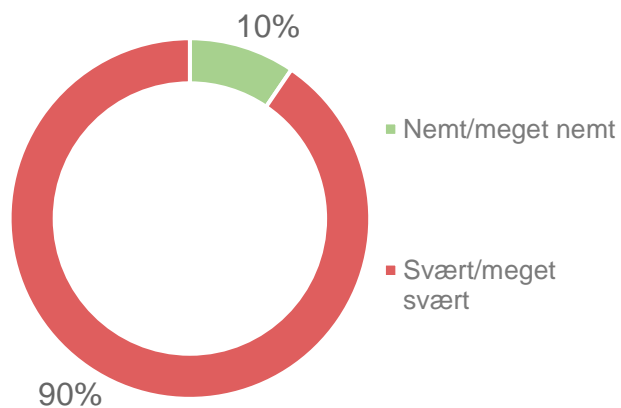


Størstedelen af kommunerne oplever, at unge har et stort frafald sammenlignet med voksne

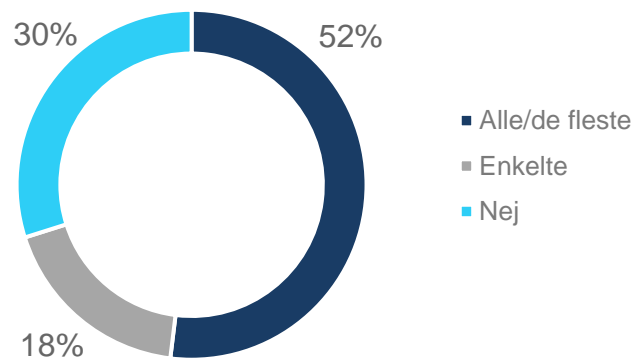


83% af kommunerne savner materiale målrettet unge

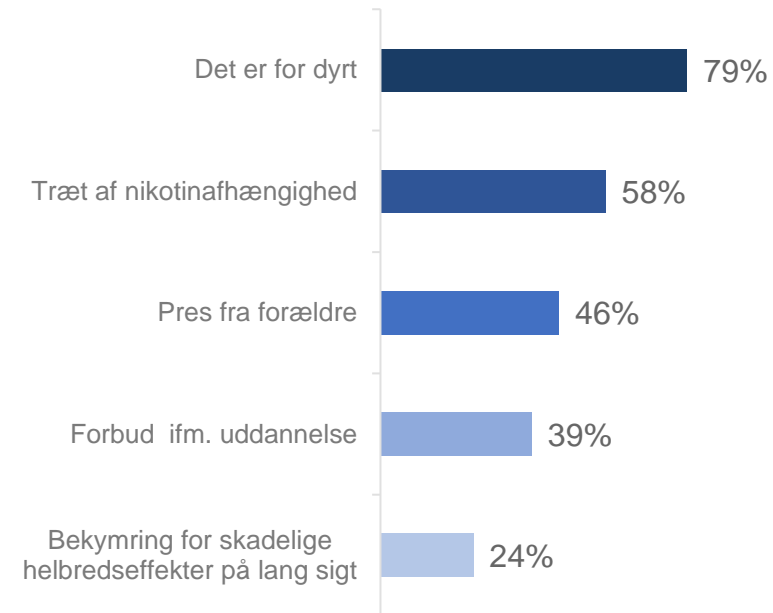
Kommunernes vurdering af arbejdet med ryge-/nikotinstop målrettet unge



Ni ud af ti kommuner synes, at rekruttering af unge er svært/meget svært



Størstedelen af kommunerne har et samarbejde med skoler ift. rekruttering til stoptilbud



De fleste vurderer, at økonomi er den vigtigste motiverende faktor blandt de unge

Rådgivernes ønsker for en styrket indsats

Viden

- Om hvad der virker for de unge
- Om de nyere nikotinprodukter

Prioritering

- Ressourcemæssigt
- Politisk (kommune og stat)

Materialer

- Til rådgiverne selv
- Til rådgivningen/undervisningen målrettet unge



Afdækning af eksisterende forskning

Viden om rygestopinterventioner målrettet unge

- Rygestopinterventioner baseret på rådgivning målrettet unge kan øge stopraten
- Effekten er størst, hvis interventionen foregår i/inddrager sundhedssektoren
- Ingen forskel på stoprate ift. kompleksiteten af rådgivningen (fx længde på møder)
- Ingen forskel på stoprate ift. type af rådgivning (fx online/fysisk)

Overordnet konklusion

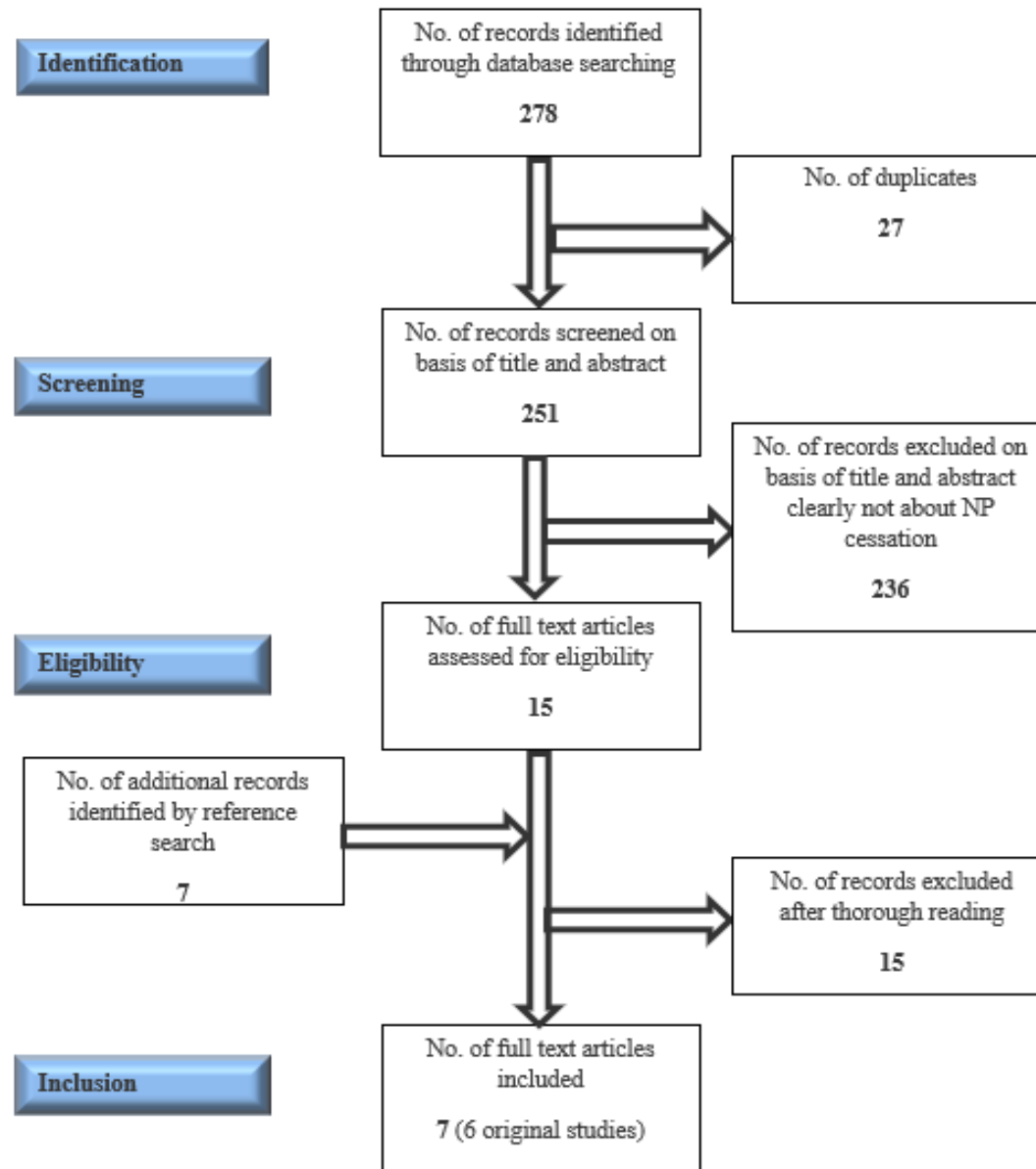
Der er begrænset evidens for at rygestoprådgivning eller brugen af rygestopmedicin (inkl. nikotinerstatningsprodukter), har langvarig effekt hos unge.

Der er fortsat mangel på veldesignede studier.



Afdækning af eksisterende forskning: nikotinprodukter

Der findes ikke lige så mange studier, når vi ser på effekten af nikotinstop-interventioner



Afdækning af eksisterende forskning: nikotinprodukter

E-cigaretter

Effekt ved sms-intervention målrettet unge e-cigaretterbrugere motiverede for stop
– også blandt de unge der både røg og brugte e-cigaretter

Røgfri tobak (nikotinposer, snus, tyggetobak)

Nogen effekt blandt mandlige sportsudøvere i high school og college
– særligt blandt dem der forud for interventionen var motiverede for at stoppe

Faktorer der kan have indflydelse på effekten af interventionen:

- Langvarig intens rådgivning (over flere sessioner)
- Indledningsvis undersøgelse af en tandlæge
- Peer-to-peer element ("populære" udvalgt som rollemodeller i stoppet).

Hvad siger de unge?

Fælles overordnede temaer for motivation for ryge/nikotinstop

- Ambivalens
- Det sociale fylder rigtig meget
- Forståelsen for egen afhængighed mangler
- Penge
- Sundhedskonsekvenserne fylder, men har mindre betydning i et stop

"Det er svært til festerne eller andre tidspunkter med vennerne. Man bliver tilbudt en skive og så hygger man"

"Det eneste der rigtig motiverer mig lige nu, er at tænke på, hvor mange penge jeg sparer"

"Jeg bliver bange af at tænke på konsekvenserne ved at ryge, så jeg fortrænger det bare"

De unge på stophold

- Får en oplevelse af et socialt fællesskab uden nikotin og en "positiv form for gruppepres"
→ men kan også trække hinanden med ned
- Det kræver en rådgiver, der kan sætte sig ind i de unges hverdag og forstå deres hverdagsproblemer og kriser
- Holder man dem ikke til ilden, taber man dem
→ det kræver meget af rådgiveren



Vejen videre



- Der er en stor **efterspørgsel** på viden og materialer målrettet de unge
- Forskning tyder på, at indsatser målrettet unge har effekt, men der **mangler viden** om præcis hvad, der har effekt – og om den er langvarig
- De unge **motiveres** af det sociale og et stop kræver hyppig påmindelse og opbakning

Tak for jeres opmærksomhed 😊

REGION



Spørgsmål, idéer eller gode erfaringer?

Find mig i pausen, eller kontakt mig på sras0431@regionh.dk