

Allmennleger vil hjelpe flere til å bli røykfrie

– Leger ønsker å forebygge sykdommer som følger av røyking. Pasienter som røyker må kunne få hjelp til å slutte å røyke før helseskadene melder seg, mener Legeforeningen. Om ti av de 27 EU-landene kunne oppnådd 3 % reduksjon i antall røykere, ville 4 000 liv og 160 millioner euro vært spart, viser et nylig avsluttet europeisk prosjekt.

– Det har lenge vært fastslått at allmennleger effektivt kan hjelpe pasienter til å slutte å røyke. Dette er en viktig jobb og vi må tilrettelegge enda bedre for dette, sier Jan Emil Kristoffersen, leder i Allmennlegeforeningen.

Helseskadene ved røyking er omfattende og godt dokumentert, og Legeforeningen mener at hjelp til røykeslutt bør prioriteres høyt. I de offentlige retningslinjene for røykeavvenning, er oppmerksomheten rettet mot hvordan helsepersonell kan hjelpe pasienter til å få en røykfri tilværelse. Målsettingen er at det skal bli lettere å ta opp røyking med pasientene.

Kostnadseffektivt tiltak

Det europeiske prosjektet – PESCE (General Practitioners and the Economics of Smoking Cessation) – har sett på kostnader og fordeler ved å sette i gang tiltak for å øke allmennlegers engasjement overfor pasienter som røyker. Hensikten var å øke europeiske allmennlegers bruk av røykeavvenningstiltak ved å sette søkelyset på sosioøkonomiske aspekter i legenes praksis, å fremme økonomiske fordeler ved røykeavvenningstiltak for helsebudsjettet i Europa og å motivere myndighetene til å endre allmennlegers arbeidsmiljø gjennom politiske tiltak.

De norske deltakerne i prosjektet har vært Olaf G. Aasland, instituttssjef ved Legeforeningens forskningsinstitutt, og allmennlege Eirik Bø Larsen. Sistnevnte er visepresident i UEMO, den europeiske foreningen for organisasjoner av allmennpraktikere (1).

PESCE-prosjektet, som varte fra september 2006 – mai 2008, har mottatt økonomisk støtte fra Europakommisjonens helseprogram (European Commission Public Health Programme). Det er Tabac & Liberté, den største ikke-statlige organisasjonen som arbeider for redusert tobakksbruk i Europa, som var både initiativtaker til og koordinator for prosjektet. De har spesialisert seg på opplæring av allmennleger og helsepersonell i røykeavvenning.

I tilknytning til prosjektet ble forskere fra de 27 landene som deltok, bedt om å presentere røykerelatert statistikk fra egne land. En økonomisk modell (Prevent) ble brukt til å forutsi helsemessige og økono-

miske gevinster av redusert røyking i de landene som hadde presentert et stort nok materiale.

Allmennlegers handlinger avgjørende

UK Institute for Health and Clinical Excellence gjennomført bl.a. en undersøkelse som viste at tiltak for å øke allmennlegenes engasjement er svært kostnadseffektive. Professor David Cohen ved University of Glamorgan, Wales, var en av dem som stod bak undersøkelsen. Han sier at i forhold til kostnadene så er dette de mest effektive tiltakene som helsevesenet kan benytte seg av.

– Internasjonal litteratur viser at videreutdanning og andre tiltak kan påvirke allmennlegers handlingsmønstre, men resultatene kan ikke brukes til å anslå hvor mye legers atferd kan endres. Derfor undersøkte vi de helsemessige og økonomiske fordelene ved ulike reduksjoner av antall røykere, sier professor Cohen.

Mellom 3 % og 15 % røykere klarer å slutte. Andre røykeavvenningstiltak enn de som tilbys av allmennleger, men som blir anbefalt av dem, er enda mer effektive – opp til 35 % klarer å slutte.

Kunnskapsbaserte anbefalinger

PESCE-prosjektet har bl.a. resultert i 15 kunnskapsbaserte anbefalinger og praksisorienterte implementeringsstrategier for å øke allmennlegers engasjement i røykeavvenningstiltak. Blant anbefalingene ligger et forslag om å styrke allmennlegers kompetanse om røykeavvenningstiltak gjennom opplæring både under studietiden og i arbeidslivet. Andre anbefalinger er at røykeavvenningstiltak som ikke er tilknyttet allmennleger, bør gi legene jevnlig tilbakemelding om pasientenes resultater, og at allmennleger jevnlig bør registrere og følge opp røykestatusen til alle sine pasienter.

Allmennleger bør spille en viktig rolle ved utforming av kunnskapsbaserte kliniske retningslinjer om røykeavvenning, heter det i PESCEs rapport. Det siste punktet er at allmennleger bør bevisstgjøres på i hvor stor grad arbeid med røykeavvenning kan påvirke befolkningens helse – og ikke minst: at allmennleger og allmennlegefor-



Røykeavvenningstiltak får røykerne til å stumpe sigaretten. Illustrasjonsfoto Colourbox

eninger ikke må inngå noen form for samarbeid med tobakksindustrien.

Pasientveiledning er allmennlegenes styrke

Jan Emil Kristoffersen tror det er mye å hente både helsemessig og samfunnsøkonomisk ved å sikre allmennlegenes engasjement i røykeavvenningsarbeidet. Legeforeningen mener at pasienter skal tilbys en kort motiverende samtale ved mange av kontaktene hos allmennlegen. De skal gis oppmerksomhet knyttet til deres røykevaner over tid, og veiledningen skal være tilpasset den enkeltes helse- og livssituasjon.

– Slik veiledning over tid med pasienter man kjenner, er allmennlegenes styrke, sier Kristoffersen. – Allmennlegene har kontakt med alle lag av befolkningen, og vi har derfor en spesielt viktig rolle når det gjelder å forebygge tobakksrelatert sykdom, understreker han.

PESCE-rapporten, som foreligger på 20 europeiske språk, er tilgjengelig på Tabac & Libertés Internett-sider (2).

Lise B. Johannessen

lise.berit.johannessen@legeforeningen.no
Avdeling for informasjon og helsepolitikk

Litteratur

1. Bakken C. Norsk lege visepresident i UEMO. www.legeforeningen.no/index.gan?id=108826 [26.10.2006].
2. Tabac & Liberté. www.tabac-liberte.com/m_pages.asp?menu=65&page=182 [14.8.2008].