

DISCLAIMER



Onafhankelijke informatie is niet gratis. Het NTvG investeert veel geld om het hoge niveau van haar artikelen te waarborgen, door een proces van peer-review en redactievoering. Het NTvG kan alleen bestaan als er voldoende betaalde abonnementen zijn. Het is niet de bedoeling dat onze artikelen worden verspreid zonder betaling. Wij rekenen op uw medewerking.

Sociale collega helpt bij stoppen met roken

Lorette Harbers

De werkplek is een veelbelovende omgeving voor het organiseren van stoppen-met-rokenbehandelingen. Dat is volgens Floor van den Brand (MUMC+) en haar collega's de belangrijkste conclusie van hun onderzoek, dat onlangs gepubliceerd is in het *International Journal of Environmental Research and Public Health* ([2019;16:2831](#)).

Het huidige onderzoek is een secundaire analyse van een eerder uitgevoerd [gerandomiseerd onderzoek](#), waarin 604 werknemers van 61 bedrijven deelnamen aan een stoppen-met-roken-training van 7 weken op de werkplek. Zij verdienden cadeaubonnen van 350 euro als zij succesvol stopten met roken. De financiële beloningen bleken het stopsucces significant te verhogen. Omdat nog weinig bekend was over de rol van de sociale omgeving (partners, familie, vrienden en collega's) in het stoppen-met-roken-proces, is dat door Van den Brand en collega's nu verder onderzocht. Daarnaast onderzochten zij in welk stadium van het stopproces deze sociale processen van belang zijn.

De deelnemers vulden vragenlijsten in aan het begin van het onderzoek en 2, 3, 6 en 12 maanden na de stoppen-met-roken-training. Het stopsucces werd gemeten met een CO-meter direct na de training ('korte termijn') en na 12 maanden ('lange termijn').

78% de deelnemers ondervond veel steun van collega's die ook aan de stoppen-met-rokeninterventie deelnamen. Deze steun bleek gerelateerd aan het stopsucces op de lange termijn (oddsratio (OR): 1,85; 95%-BI: 1,14-3,00). Steun van een partner was gerelateerd aan het stopsucces op de korte termijn (OR: 2,01; 95%-BI: 1,23-3,30), maar niet op de lange termijn. Met elke extra roker in de vriendenkring van de stopper daalde de kans op langdurig stoppen met 19% (OR: 0,81; 95%-BI: 0,71-0,92). Het stopsucces op de lange termijn was lager bij deelnemers zonder partner, een partner die rookte of een ex-roker als partner dan met een partner die nooit gerookt had.

Het onderzoek heeft een aantal beperkingen. Zo werden er alleen post-hocanalyses verricht, wat betekent dat de hypothesen werden opgesteld nadat de gegevens al waren verzameld. Daarnaast werden tijdens de follow-up veranderingen in het rookgedrag van de sociale omgeving en een mogelijke verandering van partner niet geregistreerd. Ook was er mogelijk een selectiebias, omdat er verschillen waren tussen de deelnemers met en zonder ontbrekende gegevens.

Toch stellen de onderzoekers dat de werkplek een geschikte omgeving is voor stoppen-met-rokeninterventies en zij zijn inmiddels bezig met een vervolgonderzoek naar de implementatie hiervan. Volgens hen zouden dit soort interventies een onderdeel moeten worden van het vitaliteitsbeleid van bedrijven. 'De werkgever dient het initiatief te nemen voor het organiseren van deze interventies en dient deze tevens te bekostigen. De motivatie hiervoor komt niet alleen vanuit het perspectief van maatschappelijke gezondheid, maar een werkgever zal zelf ook profiteren wanneer er minder werknemers roken. Rokende werknemers hebben namelijk een grotere kans op ziekteverzuim en wanneer zij verzuimen, is dit vaak voor een langere periode. Daarnaast is gebleken dat rokende werknemers minder productief zijn dan niet-rokende werknemers.'

In het huidige [Nationaal Preventieakkoord](#) is afgesproken dat zorginstellingen en onderwijsinstellingen in 2020 rookvrij dienen te zijn. Om dit te verwezenlijken zullen volgens de onderzoekers meer werkgevers in Nederland hun personeel willen en moeten helpen met het stoppen met roken. Ook is in het Preventieakkoord afgesproken dat vanaf 2020 alle verzekeraars de stoppen-met-rokeninterventies volledig moeten vergoeden, zonder een beroep te doen op het eigen risico van de werknemers. 'Aangezien daarmee de kosten voor een stoppen-met-rokentraining op de werkplek gedekt worden door de verzekering, is het de verwachting dat het voor de werkgever alleen nog maar aantrekkelijker zal worden om dit aan werknemers aan te gaan bieden.'

Lorette Harbers, ntvg.nl/C4372