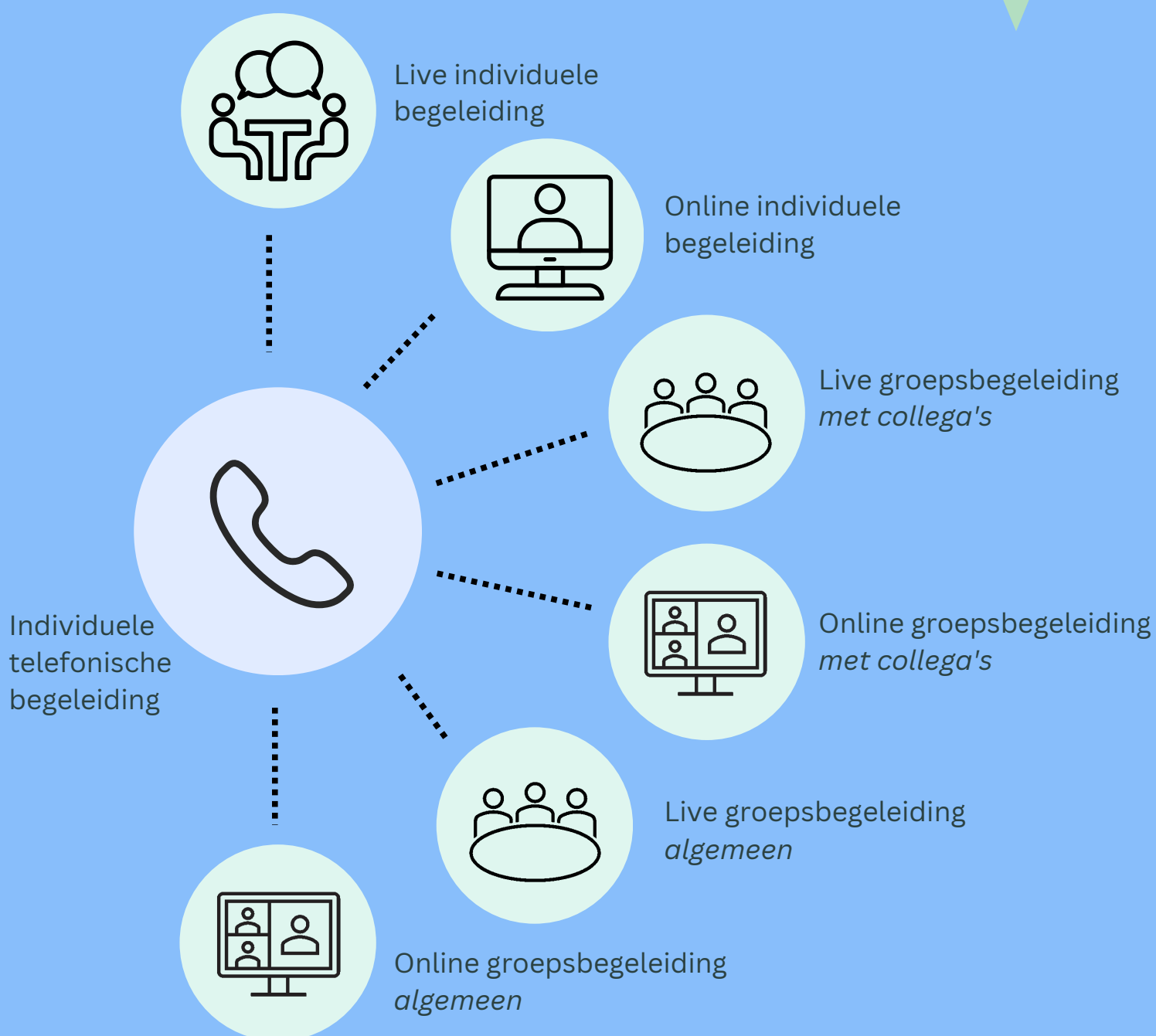


IS TELEFONISCHE BEGELEIDING EVEN EFFECTIEF ALS ANDERE VORMEN VAN STOPPEN-MET- ROKENBEGELEIDING?



Er zijn diverse vormen en settings van professionele stoppen-met-rokenbegeleiding, maar het is onduidelijk of deze vormen verschillen in effectiviteit.

We vergeleken het stopsucces van mensen die telefonische begeleiding ontvingen bij het stoppen met roken met zes andere vormen van stoppen-met-rokenbegeleiding.



We gebruikten monitoringsdata van SineFuma B.V. van mensen die bij SineFuma stoppen-met-rokenbegeleiding hadden gevolgd tussen september 2018 en augustus 2021. Mensen konden de vorm van hun begeleiding **zelf kiezen**.

We vergeleken stopsucces op twee momenten:

-  Direct na afloop van de begeleiding
-  12 maanden na de stopdatum

Daarnaast onderzochten we verschillen in stopsucces na 12 maanden op basis van **seks**, **leeftijd** en **opleidingsniveau** en of men in behandeling was voor een **medische aandoening**.

Stopsucces

Stopsucces **meteen na begeleiding** van alle begeleidingsvormen varieerde tussen

63,3% - 82,9%

Direct na de begeleiding was stopsucces hoger bij de **algemene live groepsbegeleiding** en de **online groepsbegeleiding met collega's** dan bij telefonische begeleiding.

Stopsucces **12 maanden** na de stopdatum van alle begeleidingsvormen varieerde tussen

26,5% - 35,3%

Na 12 maanden waren er **geen verschillen in stopsucces** tussen telefonische begeleiding en de andere vormen van begeleiding.

Demografische verschillen

Vrouwen en mensen met een lager opleidingsniveau waren 12 maanden na hun stopdatum minder vaak gestopt met roken.



Mensen in behandeling voor een psychische aandoening of een luchtwegaandoening hadden ook een lagere kans om gestopt te blijven.



Conclusies

Voor stopsucces na 12 maanden lijkt het niet uit te maken welke vorm van professionele stoppen-met-rokenbegeleiding mensen ontvangen als ze de vorm zelf kiezen.

Bepaalde doelgroepen hebben meer moeite om te stoppen met roken. Ze hebben mogelijk meer aandacht en ondersteuning nodig om op de lange termijn succesvol te kunnen stoppen.

Dit onderzoek werd mede mogelijk gemaakt door SineFuma B.V. SineFuma B.V. had geen invloed op het uitvoeren van de studie, de analyses, voorbereiding of de rapportage van de bevindingen. Het onderzoek werd uitgevoerd door onderzoekers van de Universiteit Maastricht (Nikita Poole, Math Candel, Marc Willemsen en Floor van den Brand).

Neem contact op met Nikita Poole (n.poole@maastrichtuniversity.nl) voor meer informatie.