

TWEE VARIANTEN OP STOPPEN MET ROKEN

NIEUWE ORGANISATIE-VORMEN

Als het aan minister Schippers ligt, verdwijnt het Stoppen met roken-programma volgend jaar weer uit het basispakket. Daarmee wordt het besluit van haar voorganger Ab Klink om de programmatische ondersteuning bij het stoppen met roken uit de basisverzekering te vergoeden, al na één jaar teruggedraaid. Terwijl de eerste praktijkervaringen van CZ met een dergelijke programmatische aanpak veelbelovend zijn.

Het besluit tot programmatische ondersteuning is mede gebaseerd op het advies van het College voor zorgverzekeringen (CVZ). Het gaat om programma's die bestaan uit gedragsmatige ondersteuning, al dan niet in combinatie met farmacologische ondersteuning, waarvan de effectiviteit wetenschappelijk is aangetoond. Wat zijn nu goede opties voor de zorgverlener om aan te bieden? Hoe kan de zorgverlener de patiënten adviseren, motiveren en ondersteunen? Wat wordt volgens de huidige regeling vergoed?

Het percentage mensen (>15 jaar) dat rookt in Nederland bedroeg in 2010 28%, wat neerkomt op 3.754.163 personen. Hoewel 78% van plan is ooit te stoppen met roken en 27% in 2009 een of meerdere stoppogingen heeft ondernomen, slaagt slechts circa 5% erin de sigaret langer dan 1 jaar te laten voor wat het is. Met bewezen effectieve ondersteuning ligt de kans op slagen vele malen hoger. Wat de meest effectieve ondersteuning is, hangt mede af van de voorkeur of behoefte van de patiënt. De bekendste manier in de huisartsenpraktijk is de Minimale Interventie Strategie (MIS), een gedragsondersteunende methode bij het stoppen met roken. Bij de MIS wordt de patiënt 1 op 1 begeleid, een manier die niet voor iedereen

het beste werkt. Daarom is gezocht naar alternatieven. Zorgverzekeraar CZ deed ervaring op met groepstrainingen en e-health.

1. Groepstrainingen naar Engels model

In 2009 zijn de zorggroep Huisartsen Oostelijk Zuid Limburg, zorgverzekeraar CZ en SineFuma een pilot gestart waarin binnen het ketenzorgprogramma COPD groepstrainingen stoppen met roken werden aangeboden. De groepstraining "Rookvrij! Ook jij?" is gebaseerd op het withdrawal-oriented treatment model. Het model veronderstelt dat stoppen met roken het beste lukt door naast gedragsondersteuning ook actief farmacotherapie toe te passen om de negatieve bijwerkingen bij nicotineonthouding te minimaliseren. Deze Engelse training duurt 7 weken en wordt al 10 jaar succesvol gebruikt door de Stop Smoking Services. Lolo van Soest, directeur Sinefuma vertelt: 'Nederland is het enige land dat deze succesvolle training heeft opgepikt. Het leuke is dat bij ons de succespercentages zelfs hoger liggen dan in Engeland.'

De resultaten van de pilot in Zuid Limburg zijn veelbelovend. Tot nu toe hebben 23 personen aan de training deelgenomen. Na afloop was 74% gestopt met roken. Na 3 maanden was 48% en na 1 jaar was 43% van de deelnemers nog rookvrij. Naast de gedragsondersteuning heeft 49% gebruik gemaakt van nicotine vervangers en 43% van medicijnen. Een deelnemer vertelt: 'In onze groep werd vaak al meer dan 35 jaar gerookt, de ene 14-40 sigaretten per dag, maar ik sloeg alles met een pakje shag per dag. Toen we na de derde bijeenkomst naar buiten gingen, rookten we

Zorgmodule en richtlijn

Wat goede zorg is bij tabaksverslaving staat beschreven in de Zorgmodule Stoppen met Roken en de CBO-richtlijn Behandeling van Tabaksverslaving. De zorgmodule beschrijft de zorginhoudelijke en organisatorische uitwerking van het programma. De richtlijn gaat in op wat effectieve zorg is: www.partnershipstopmetroken.nl.



Screenshot van de Stoppen met Roken Coach, het online begeleidingsprogramma.

niet meer. Ongelooflijk! Het helpt goed om elkaar te steunen als het nodig is. Ik heb alle sigaretten gedag gezegd.' Monique Behet, trainer van het programma, is het meest bijgebleven hoe trots de mensen op zichzelf waren dat hun poging om te stoppen slaagde. Een aandachtspunt blijft de implementatie. Lolo van Soest: 'Het was niet altijd even makkelijk om genoeg deelnemers te krijgen. Er lijkt een barrière te zijn om mensen te verwijzen als het gaat om stoppen met roken.'

2. E-health: Stoppen met Roken Coach


In West-Brabant zijn de zorggroep Het Huisartsenteam, MedicInfo en zorgverzekeraar CZ in 2009 een pilot gestart waarin aanvullend op de gedragsondersteuning via de MIS, een begeleidingsprogramma via internet werd aangeboden: de online Stoppen met Roken Coach. Dit programma volgt in principe dezelfde stappen als de MIS en voorziet de patiënt digitaal van opdrachten. Patiënten waarderen de informatie en de opdrachten in de coach. Voor een succesvolle implementatie bleek het van belang de e-healthtoepassing een duidelijke plek te geven in het zorgproces. Dus door goed te kijken waar en wanneer de reguliere behandeling en de coach op elkaar aansluiten, hoe ze elkaar kunnen versterken. Daarnaast bleek dat praktijkondersteuners onderlinge feedback en terugkoppeling ten aanzien van het gebruik van de coach belangrijk vinden. Feedback op het gebruik van de coach en de gemaakte opdrachten is ook voor de patiënt belangrijk.

Van de 46 patienten die gebruik hebben gemaakt van de Stoppen met Roken Coach zijn 6 deelnemers

gestopt, een percentage van 13%. Een mooi resultaat maar door de beperkte looptijd van de pilot (1 jaar) kunnen hieraan geen harde conclusies worden verbonden.

Het Huisartsenteam is tevreden over de pilot en ziet het online programma als een extra tool die ze kunnen inzetten in de begeleiding rondom stoppen met roken. Ivo Lichtendahl, huisarts bij Het Huisartsenteam: 'Iedere patiënt is verschillend. Als iemand wil stoppen met roken vind ik het belangrijk de begeleiding te kunnen bieden die het beste past bij die persoon. De Stoppen met Roken Coach is een mooie, innovatieve aanvulling.'

Basisverzekering

Stoppen met roken wordt in 2011 nog vergoed in programma's met gedragsmatige ondersteuning. Nicotinevervangers en medicijnen kunnen alleen aanvullend op deze ondersteuning vergoed worden. Zorgverzekeraars hebben hiervoor aanbieders geselecteerd. Programma's van niet gecontracteerde aanbieders worden dan niet of niet volledig vergoed. Voor het doorverwijzen is het verstandig dat de patiënt bij zijn zorgverzekeraar nagaat welke programma's voor vergoeding in aanmerking komen. Voor CZ op www.cz.nl/stoppen-met-roken, voor andere verzekeraars op www.stopautomaat.nl van Stivoro. Voor zorgaanbieders staat aanvullende informatie op www.cz.nl/huisarts-stoppen-met-roken-zorgaanbieders .

Tekst: Truus Gootzen en Marcel Clarijs, beleidsmedewerkers
Zorginnovatie bij CZ