



## **PERSBERICHT**

Stichting tegen Kanker  
Leuvensesteenweg 479  
1030 Brussel  
02/743 45 75 (communicatie)

### **ROKERS HEBBEN BAAT BIJ MEER AANMOEDIGING VAN HUISARTS OM TE STOPPEN MET ROKEN**

**30% rokers spontaan aangesproken door huisarts over rookgedrag  
4% contacten Tabak Stop Lijn resultaat van doorverwijzing door huisarts**

**Brussel, 29 maart 2010.**

**Rookstopadvies of aanmoediging door de huisarts is een belangrijke impuls om het aantal rokers te doen dalen. Uit een enquête van de Stichting tegen Kanker blijkt dat huisartsen hun rokende patiënten nog meer zouden kunnen aanmoedigen om te stoppen met roken. Slechts 30% van de rokers zegt dat de huisarts hen spontaan heeft aangesproken over een rookstopoging.**

Zowel de rookenquête van de Stichting tegen Kanker als de cijfers van de Tabak Stop Lijn laten vermoeden dat huisartsen - meer dan tot nu het geval is - een sleutelrol kunnen spelen in rookstopbegeleiding. Uit de enquête blijkt dat 40% van de rokers wenst te stoppen. Voornamelijk vrouwen en rokers in de leeftijdscategorie 35 - 44 jaar willen stoppen met roken. Bij 30% van de rokers heeft de huisarts hen spontaan aangesproken om te stoppen. In de leeftijdscategorie 15 tot 17 jaar gebeurt dit slechts bij 6% van de rokers, maar in de leeftijdscategorie 65 plussers loopt dit op tot 47% van de rokers. Uit de jaarcijfers 2009 van de Tabak Stop Lijn blijkt dat slechts 4% van de telefonische contacten met de Tabak Stop Lijn het resultaat is van een doorverwijzing door de huisarts.

Nochtans is bewezen dat een kort rookstopadvies door de huisarts een kosteneffectieve strategie is om het aantal rokers terug te dringen. Door 50 rokers advies te verlenen over rookstop, zou er één extra persoon stoppen met roken. Extra inspanningen door huisartsen zijn erg welkom nu het percentage dagelijkse rokers in ons land steeg van 27% in 2007, over 30% in 2008, naar 32% in 2009.

../..



## PERSBERICHT

Stichting tegen Kanker  
Leuvensesteenweg 479  
1030 Brussel  
02/743 45 75 (communicatie)

### **Nieuwe campagne van de Stichting**

Om artsen te motiveren voor de belangrijke rol die ze kunnen spelen bij rookstopbegeleiding is de Stichting tegen Kanker gestart met een nieuwe campagne in de medische vakpers en op het internet. Ook de overheid heeft maatregelen genomen om huisartsen te stimuleren bij het opnemen van deze rol. Zo worden sinds 1 oktober 2009 rookstopconsultaties, uitgevoerd door een arts of erkend tabakoloog, gedeeltelijk terugbetaald door het RIZIV. Verder is het plan in verband met het GMD+ (het Globaal Medisch Dossier Plus of het preventieve luik bij het GMD) een interessante piste voor het nauwer opvolgen van de rookstatus of rookstopwens van zijn patiënt door de huisarts.

### **De Tabak Stop Lijn**

De Tabak Stop Lijn (0800 111 00) is een gratis dienst waar tabakologen of rookstopexperts antwoorden op vragen over roken of ontwenning en hulp bieden bij het stoppen. De huisarts, de Tabak Stop Lijn, evenals de tabakoloog zijn complementaire partners om de kansen op succesvolle rookstop pogingen te verhogen.

## **EINDE PERSBERICHT – BIJLAGES CF. INFRA**

De Stichting tegen Kanker bundelt de krachten in de strijd tegen kanker. De Stichting is actief in heel België. Kanker treft in ons land jaarlijks rond de 60 000 mensen.

De Stichting financiert wetenschappelijke kankeronderzoek in België en verstrekt informatie en sociale hulp aan mensen met kanker en hun naasten. Daarnaast is ze actief op het vlak van preventie, opsporing en de bevordering van een gezonde levenswijze.

De inkomsten van de Stichting komen voornamelijk uit giften en legaten van particulieren. In 2009 ontving de Stichting 20,6 miljoen euro aan inkomsten, waarvan 5,5 miljoen euro naar steun aan wetenschappelijk onderzoek is gegaan. De Stichting besteedde ruim 3,6 miljoen euro aan sociale of materiële hulp en 3,7 miljoen euro aan informatie en gezondheidspromotie.

[www.kanker.be](http://www.kanker.be) - Kankerfoon 0800 15 802 - Tabak Stop Lijn 0800 111 00 - [www.tabakstop.be](http://www.tabakstop.be)

### ***Info voor journalisten – niet voor publicatie***

Wenst u meer informatie over:

#### **Het belang van de huisarts bij rookstop:**

Contacteer: Dr. Ivo Nagels, GSM 0475 42 13 38, [inagels@kanker.be](mailto:inagels@kanker.be)

#### **De Tabak Stop Lijn:**

Contacteer: Christine Plets, TEL 02 743 37 33, [cplets@kanker.be](mailto:cplets@kanker.be)

Voor interviews of vragen van een meer praktische aard:

Koen Van den Broeck, persattaché, 0497 31 51 47, [koen@ethicom.be](mailto:koen@ethicom.be)

## BIJLAGES

### I. Gegevens uit de rookenquête 2009

#### I.a. Methodologie van de steekproef

#### I.b. Aantal rokers spontaan aangesproken over rookgedrag door de huisarts

#### I.c. Aantal rokers die wensen te stoppen

#### I.d. Profiel van de rokers die wensen te stoppen

### II. De Tabak Stop Lijn zoekt nauwere samenwerking met huisartsen

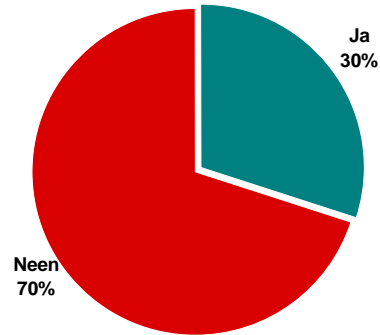
#### I. Gegevens uit de rookenquête 2009

##### I.a. Methodologie van de steekproef

- Een enquête in 2009 door Ipsos bij 4 000 personen waaronder 1 343 rokers in opdracht van de Stichting tegen Kanker.
- 1 343 rokers die 15 jaar of ouder zijn, werden tussen 4 september en 11 december 2009 'face to face' geïnterviewd in hun woning.
- De steekproef is gestratificeerd volgens de provincies en volgens het urbanisatietype. De kruising van die twee variabelen levert 37 cellen op. In elk van de cellen is lukraak een vertrekpunt geselecteerd, waaraan een aantal interviews is toegewezen in verhouding tot de populatie van de cel. Het aantal vertrekpunten wordt geschat op honderd.
- Er zijn quota toegepast inzake geslacht, leeftijd, beroep (actief/niet-actief) en studieniveau van de respondent.
- De bepaling van de sociale groepen gebeurt op basis van een ratio, berekend op het beroep van de hoofdverantwoordelijke voor het gezinsinkomen en zijn opleidingsniveau. De bevolking is gerangschikt in functie van de waarde die de combinatie van die twee variabelen oplevert, om vervolgens opgedeeld te worden in acht ongeveer gelijke groepen. De groep die overeenstemt met het gebied van de hoogste waarden (en bijgevolg het hoogste professionele en/of opleidingsniveau), wordt groep 1 genoemd, terwijl groep 8 de groep is die overeenstemt met de laagste waarden.

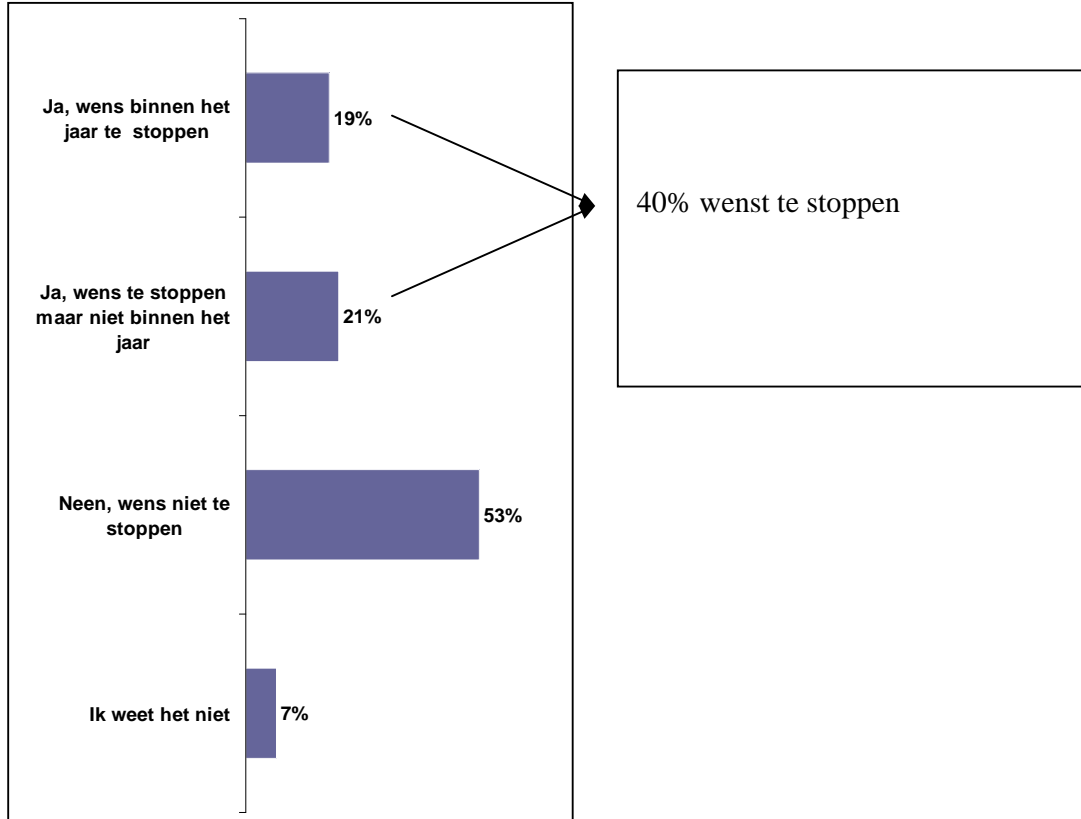
**I.b. Aantal rokers spontaan aangesproken over rookgedrag door de huisarts**

**Basis: 'Rokers' (N= 1343)**

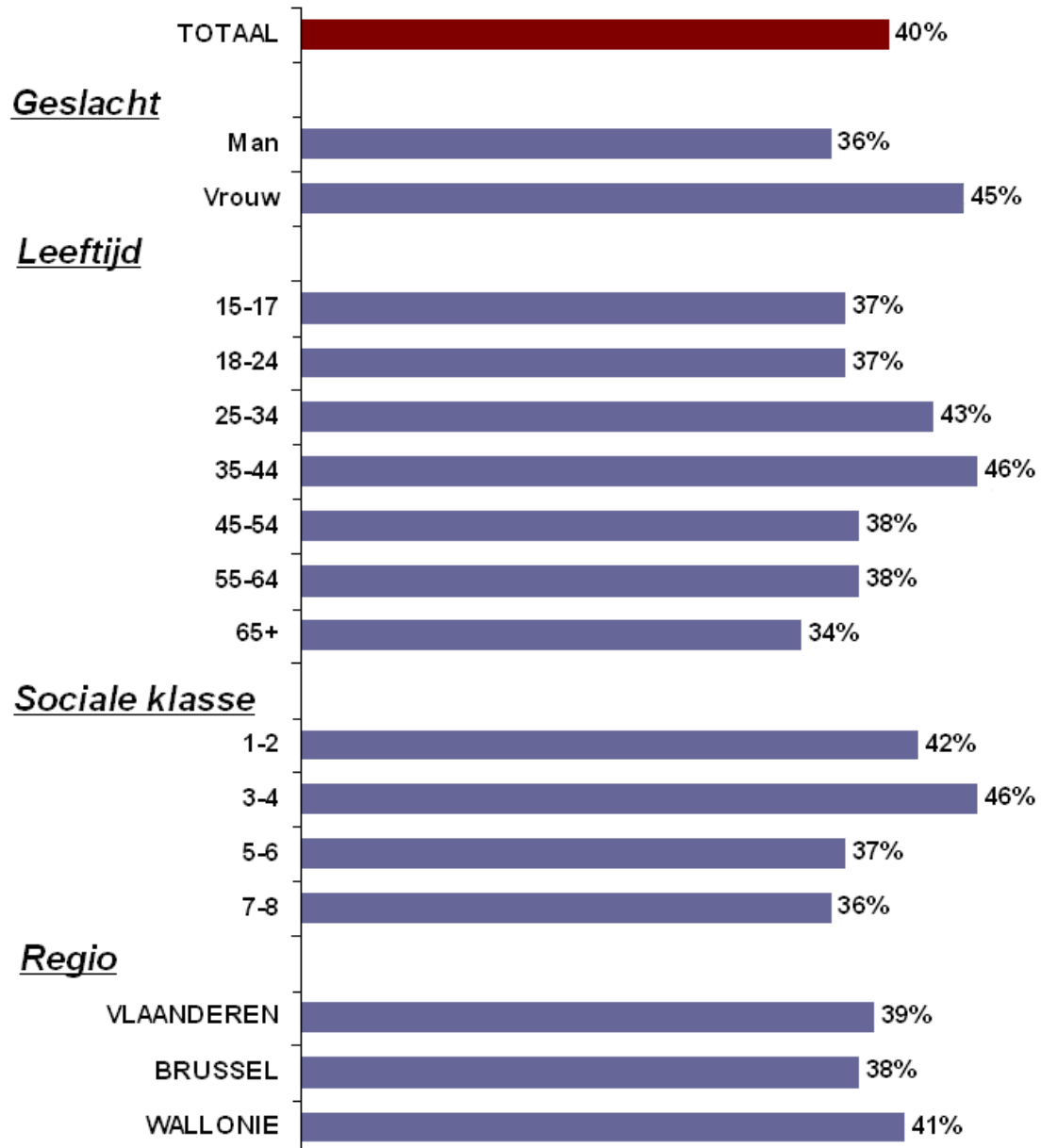


**I.c. Aantal rokers die wensen te stoppen**

**Basis: 'Rokers' (N= 1343)**



**I.d. Profiel van de rokers die wensen te stoppen**



## II. De Tabak Stop Lijn zoekt nauwere samenwerking met huisartsen

### Met hulp stijgen de kansen op een succesvolle rookstop

We weten dat stoppen met roken voor sommige rokers moeilijk kan zijn en dat hervall vaak voorkomt. Uit studies is gebleken dat de kans op een succesvolle rookstop poging stijgt bij de combinatie van professionele rookstopbegeleiding en het gebruik van farmacologische hulpmiddelen. Stoppen met roken is onder andere zo moeilijk omdat de roker zijn ontwenningssverschijnselen ten gevolge van de nicotineafhankelijkheid steeds tracht te voorkomen of weg te krijgen. Farmacologische hulpmiddelen kunnen deze ontwenningssverschijnselen verminderen. Psychologische begeleiding en ondersteuning zijn een andere noodzaak. Roken is immers een aangeleerd gedrag en het heeft verschillende functies. De bedoeling van een begeleiding is om dit gedrag en de functies ervan te veranderen.

Er bestaan verschillende begeleidingsmogelijkheden om kandidaat-stoppers bij te staan in hun stopactie: individuele begeleiding door een arts of erkend tabakoloog, groepsessies, de Tabak Stop Lijn.

### Hoe kan de Tabak Stop Lijn helpen?

De Tabak Stop Lijn werd in 2004 opgericht op initiatief van de *Stichting tegen Kanker*. Het is een gratis dienstverlening die antwoord geeft op alle vragen over stoppen met roken en die mensen wil helpen die een aangepaste begeleiding wensen. De oproepen worden beantwoord door artsen en psychologen die gespecialiseerd zijn in het stoppen met roken.

In 2009 had de Tabak Stop Lijn meer dan 13 000 contacten met mensen die hun tabaksverslaving wilden overwinnen. Naast het bestellen van een informatiebrochure, het versturen van een vraag per mail of het stellen van een vraag via telefoon heeft de Tabak Stop Lijn haar aanbod uitgebreid met twee vormen van intensieve coaching: één op het internet en een tweede via de telefoon.

De *RookStopCoach* is een interactieve en geïndividualiseerde website die de roker helpt om te stoppen met roken. Na een motivatietest wordt de roker automatisch doorverwezen naar de module van de site die overeenstemt met de fase van het ontwenningproces waarin hij zich bevindt. Aldus krijgt de roker perfect aangepaste aanbevelingen en raadgevingen. Er worden verschillende soorten hulp aangeboden: toesturen van gepersonaliseerde raadgevingen via e-mail, bijhouden van een online dagboek, grafieken aangaande het verbruik, motivatietests, forum, minitests, informatieartikels en mogelijkheid om vragen te stellen aan een expert. De voordelen van de *RookStopCoach* zijn velerlei: de hulp die online wordt aangeboden is gratis, gepersonaliseerd, anoniem en 24 uur op 24, 7 dagen op 7 toegankelijk. Bovendien bepaalt elke roker zelf het ritme waarin hij van deze virtuele begeleiding gebruik wil maken; dit kan overigens op elk ogenblik worden aangepast.

In 2009 wist de *RookStopCoach* de belangstelling van meer dan 5 500 rokende surfers weg te dragen (89% daarvan schreef zich in om dagelijkse raadgevingen per e-mail te ontvangen).

In de lente van 2007 lanceerde de Tabak Stop Lijn eveneens een intensieve begeleidingsdienst via de telefoon, *de persoonlijke coach*. Na een eerste contact belt de tabakoloog de gemotiveerde rokers weer op; dat gebeurt op ogenblikken die vooraf samen werden afgesproken. Deze proactieve begeleiding omvat ongeveer 8 telefoongesprekken, gespreid over 2 à 3 maanden. In een eerste stadium wordt het profiel van de roker bepaald aan de hand van een vragenlijst. Tijdens het eerste telefoontje gaat het gesprek over het ontwenningprogramma en de verschillende etappes daarvan. De tabakoloog die belast is met de follow-up, herinnert de roker vervolgens aan de overeengekomen data. Tijdens de gesprekken worden verschillende thema's aangeboord: motivatie, voorbereiding, doeltreffende hulpmiddelen, ontwenningssymptomen, moeilijke ogenblikken, enz. Sinds de lancering ervan is het persoonlijke coachingprogramma via telefoon zeer veelbelovend gebleken. Het duurzame slaagpercentage (d.w.z. 6 maanden rookvrij gebleven) bedraagt 23%.

### **Een nieuwe campagne van de Stichting tegen Kanker richt zich tot huisartsen**

Hebben de huisartsen de reflex om rokers die van hun verslaving verlost willen worden, naar de Tabak Stop Lijn door te verwijzen?

Uit de jaarcijfers 2009 van de Tabak Stop Lijn, blijkt van niet! De Tabak Stop Lijn gaat na via welke weg de oproeper het nummer van de lijn vernomen heeft. Het blijkt dat de meerderheid van de oproepers het nummer had via de tabaksverpakking (34%) of via TV (16%). Slechts 4% van de bellers blijkt door een huisarts doorverwezen te zijn.

Volgens de literatuur heeft 80% van de rokers, ongeacht of ze al dan niet gemotiveerd zijn om te stoppen met roken, zich minstens al een keer vragen gesteld over hun rookgedrag. Hoe kan men deze mensen helpen de eerste stap te zetten? Door ze de verschillende diensten voor te stellen die de Tabak Stop Lijn hen aanbiedt. De Stichting tegen Kanker heeft een nieuwe campagne opgestart in de medische vakpers en op het internet om de huisartsen hiervan te overtuigen.