

tobaksavvänjning – vilka verktyg finns i lådan?



Matz Larsson



Tobaksstoppprojektet.org

Docent, **Kliniskt centrum för hälsofrämjande vård, Lunds universitet**
Hjärt, Lung, Fysiologi-kliniken / Tobakspreventiva Mottagningen,
Universitetssjukhuset Örebro



>12000 dör varje år p.g.a. tobaksrökning

100 000 RÖKNINGS-ORSAKADE
VÅRDTILLFÄLLEN /ÅR

Tobaksavvänjning

Vårdcentralens sluta-röka metod kostar **3000 kr**.

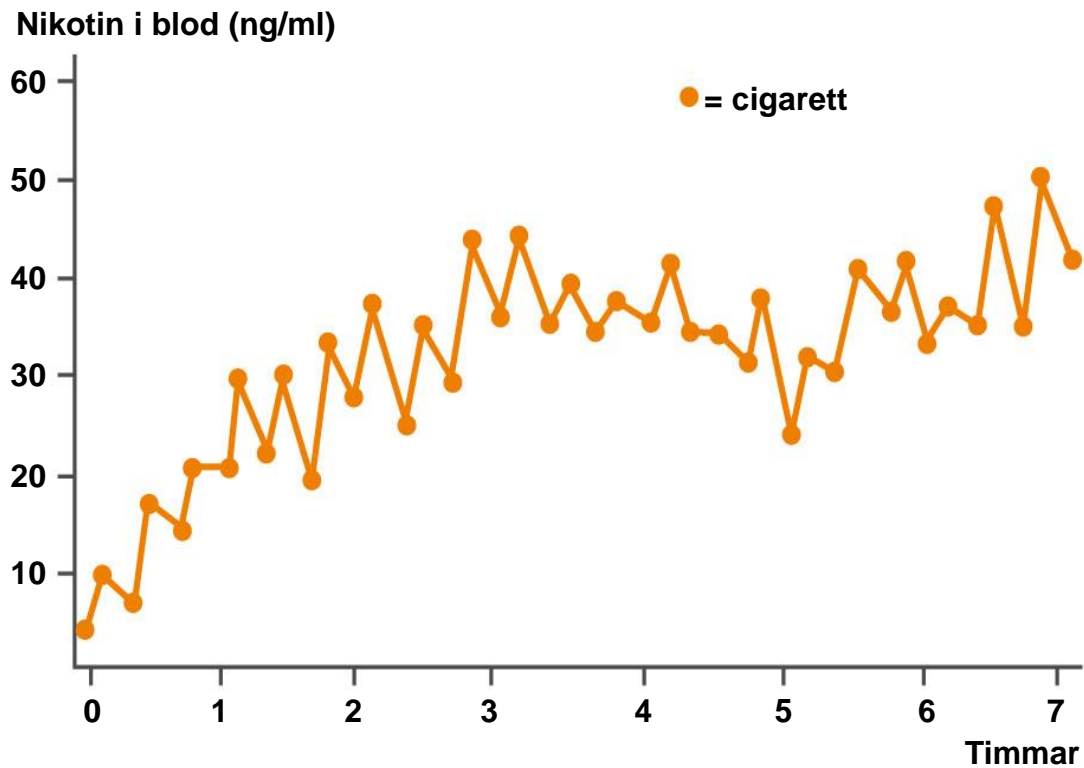
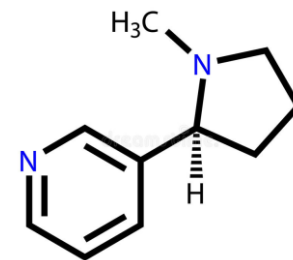
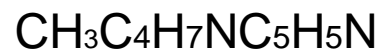
Bestående rökstopp hos 49-åring: Vinst 6 levnadsår

→500 kr per vunnet levnadsår

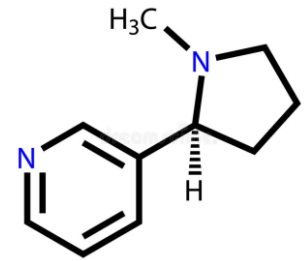
(samhällets krav på nya behandlingar c:a 800 000 kr/levnadsår)

ex. från Hälsoekonom Lars Hagberg, Örebro

F17.2



Symptom i nikotinabstinens-syndromet



- Nikotinbegär
- Ökad spänning
- Rastlöshet
- Irritabilitet
- Aggressivitet
- Depression
- Trötthet
- Koncentrationssvårigheter
- Ökad hunger

LÄKEMEDEL

vilka verktyg finns i lådan?

Nikotinläkemedel

Normalt rekommenderas en hög dos 1:a månaden.

Rökare metaboliserar nikotin olika snabbt. Långsamma metaboliserare brukar röka färre cigaretter.

Dosen $\leftarrow \rightarrow$ tidigare tobakskonsumtion.

20 cig. /d. \rightarrow starkaste sorten av nikotinplåster, tuggummi o dyl.
(riktiga storrökare ev. två nikotinplåster?)

Plåster (långsamt upptag)

kombineras med snabbverkande (tuggummi, tablett eller spray)

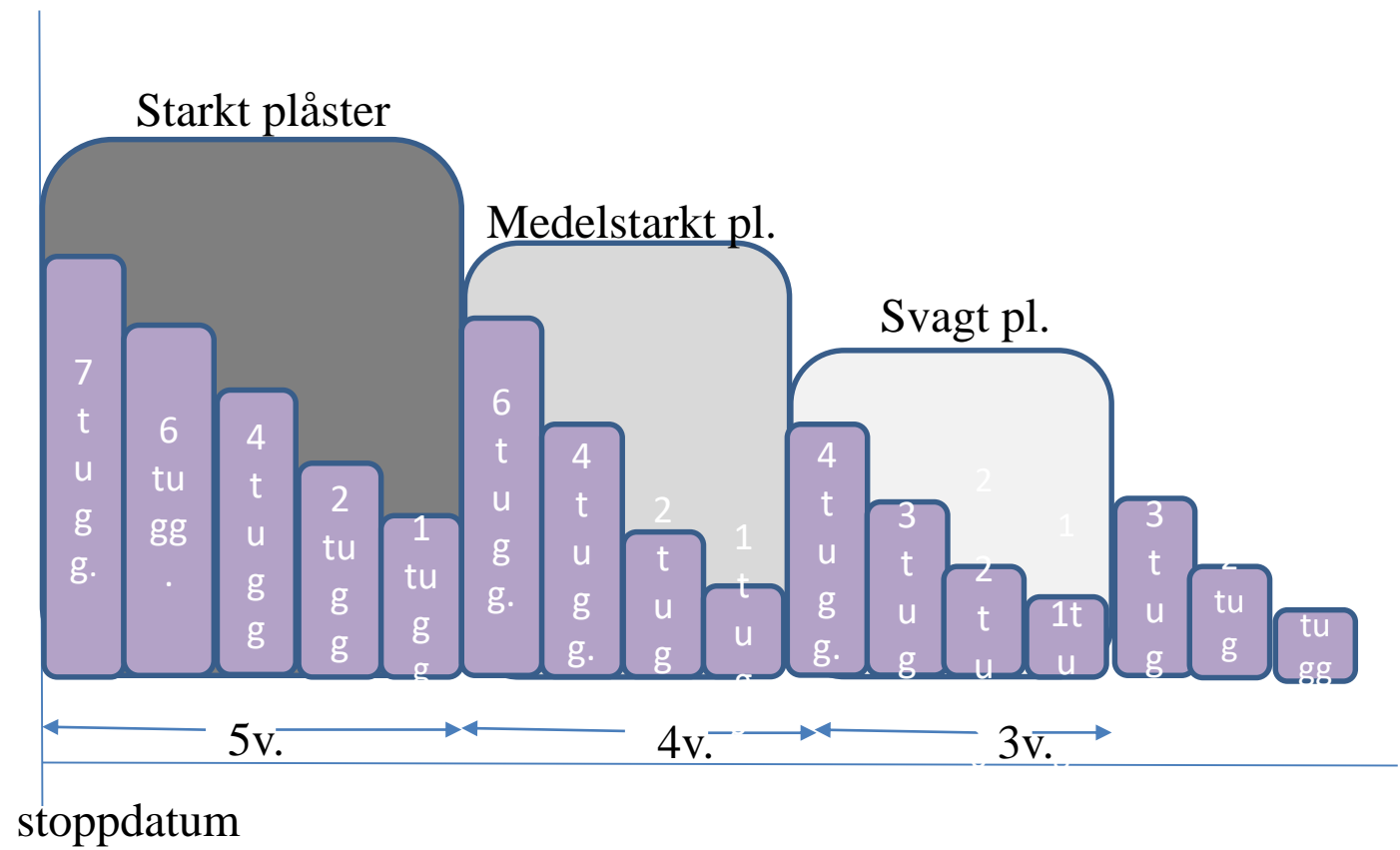
Efter ca en månad: successiv sänkning (svagare plåster el. tuggummi, el. minskat antal).

Tugga långsamt! Blanda ej med Kaffe

Läkemedelsförmån? - **NEJ**



nikotinplåster +(tuggummi, sugtablett eller spray)



Vareniclin (Champix) 1mg
antagonist/agonist till Nikotin

Illamående? - Metoclopramid

Dämpas efter tobaksstop

Metoclopramid?

Inga interaktioner

Säkerhetsdata vid hjärtinfarkt

Förlängd beh? ”omvänd startförpackning”

Snusavvänjning

12 v behandling kostar ca 2400 kr

Bupropion (Zyban) 150 mg

Antidepressivum/rökavvänjning

Kontraindikation: Epi!, bipolär, ätstörning

Kan ge sömnstörning

Rökning i starten

1 tablett dagligen i 7 dagar sedan 1 tablett 2 gånger dagligen. Mot rökbegär


7v

952,50 kr

1x1 ---→13v

Voxra ett alternativ “OBS Zyban är restnoterat”

ca 400 kr

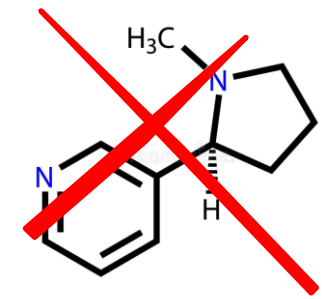


Depressionsrisk ej ökad
(EAGLES-studien, *Lancet* 2016):

Ingen ökning av
neuropsykiatriska
problem vid beh med
vareniklin eller
bupropion

Vareniclin o Bupropion kan kombineras

Nikotinabstinens...



- 1 Ökad spänning, frustration,
- 2 Rastlöshet, Aggressivitet, insomni, irritabilitet,
- 3 frustration, ilska, ångest, Irritabilitet Aggressivitet, Depression, ökad aptit eller viktuppgång Rastlöshet
- 4 Depression, ökad aptit eller viktuppgång, Rastlöshet Trötthet, Koncentrationssvårigheter
- 5 Ökad hunger, dysfori, insomni, irritabilitet,
- 6 frustration, ilska, ångest,
- 7 koncentrationssvårigheter, rastlöshet,
- 8 minskad hjärtfrekvens, Irritabilitet, Aggressivitet, i
- 9 nsomni, irritabilitet, frustration, ilska, ångest,
- 10 koncentrationssvårigheter, rastlöshet,
- 11 minskad hjärtfrekvens, Depression
- 12 Ökad spänning, Rastlöshet, Aggressivitet,
- 13 insomni, irritabilitet, frustration, ilska,
- 14 ångest, Irritabilitet Aggressivitet
- 15 Depression, ökad aptit eller viktuppgång Rastlöshet
- 16 Trötthet, Koncentrationssvårigheter
- 17 Ökad hunger, dysfori, insomni, irritabilitet,
- 18 frustration, ilska, ångest,
- 19 koncentrationssvårigheter, rastlöshet,
- 20 minskad hjärtfrekvens,
- 21 Irritabilitet, Aggressivitet, i
- 22 nsomni, irritabilitet,
- 23 frustration, ilska, ångest,
- 24 koncentrationssvårigheter, rastlöshet,

Cytisin

Partiell nikotinreceptor-agonist

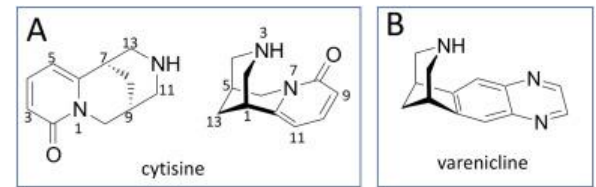
Liknande effekt som vareniklin
på receptornivå
(nikotin acetylkolin receptorer)

Likvärdiga resultat som vareniklin*

Östeuropa sedan 70-talet, receptfritt i Polen

Saluförs ej i Sverige

Licens! **KLAS**, Läkemedelsverkets hemsida
(ev. kopiera/kompletera en tidigare ansökan)



Gullregn, *Laburnum anagyroides*

: Sofie Larsson

*Courtney et al. Effect of Cytisine vs Varenicline on Smoking Cessation: A Randomized Clinical Trial. *Jama* 2021;326(1):56-64

Cytisin

Halveringstid ca 5 tim (vareniklin ca 17 tim)

Behandling i 25 dagar (ev förlänga?)

Rökstopp senast dag 5!

Cytisin < 400 kr *Tabex*^R, *Desmoxan*^R, (*Asmoken*^R)

E-recept (eller papper), läkemedelsförmån? **JA**

OBS! Patienten ska kontakta ett apotek!

Leveransen brukar ta någon månad men...

påskyndas genom överenskommelse med lokalt apotek!

Läkemedelsverkets hemsida: KLAS

Välj det inloggningsätt som passar dig bäst:

E-TJÄNSTEKORT

> SITHS-certifikat

E-LEGITIMATION

> BankID (och Nordea)

> Mobilt BankID

> Telia

Exempel på motivering vid licensansökan:

Metoderna för rökavvänjning är verksamma och starkt evidensbaserade. Farmakologisk behandling är en hörnsten vid tobaksavvänjning – en av sjukvårdens mest kostnadseffektiva behandlingar. Det råder brist på receptbelagda läkemedel för ändamålet. Vareniklin är restnoterat sedan länge. Patienten har hälsoproblem relaterat till tobaksbruk, har ordnat med beteendestödande insatser och har motivation att sluta med tobaksbruk. Cytisin är godkänt av Läkemedelsverket men saluförs inte i Sverige. Det har visat ungefär likvärdiga resultat som vareniklin i kliniska prövningar.

Referenser: 1. Courtney RJ, McRobbie H, Tutka P, et al. Effect of Cytisin vs Varenicline on Smoking Cessation: A Randomized Clinical Trial. *Jama* 2021;326(1):56-64. 2. Walker N, Smith B, Barnes J, et al. Cytisin versus varenicline for smoking cessation in New Zealand indigenous Māori: a randomized controlled trial. *Addiction* 2021;116(10):2847-58.

Behandlingstid 25 dagar - rökstopp *senast* dag 5!

Dag	Rekommenderad dosering	Max. antal tabl./dag
1 - 3	1 Tabl. med 2 timmars mellanrum	6
4-12	1 Tabl. med 2,5 timmars mellanrum	5
13-16	1 Tabl. med 4 timmars mellanrum	4
17-20	1 Tabl. med 5 timmars mellanrum	3
21-25	1 Tabl. med 10 timmars mellanrum	2

Tabletten intas med en lämplig mängd vatten

.....

Om du använder mer Desmoxan än du borde Symtom kan likna nikotinförgiftning (illamående, kräkningar, ökad hjärtfrekvens, variationer i blodtryck, andningsproblem, dimsyn, kramper) sluta då ta **Cytisin**.

Vid lindriga besvär kan det räcka att minska dosen och/eller sluta helt med rökning/nikotin.

Behandlings dag	Maximal dos per dag	Tid mellan tabletterna	Kl.	Kl.	Kl.	Kl.	Kl.	Kl.
1	6	2						
2	6	2						
3	6	2						
4	5	2,5						
5	5	2,5						
6	5	2,5						
7	5	2,5						
8	5	2,5						
9	5	2,5						
10	5	2,5						
11	5	2,5						
12	5	2,5						
13	4	4						
14	4	4						
15	4	4						
16	4	4						
17	3	5						
18	3	5						
19	3	5						
20	3	5						
21	2	10						
22	2							
23	2							
24	2							
25	2							

Läkartidningen DEBATT

Fungerande läkemedel mot tobaksberoende »för billigt«

rökning inducerar enzymet CYP1A2

Ändrad rökvana!----->

kan påverka läkemedelsmetabolismen

Warfarin

Heparin

Insulin

Teofyllin

Flekainid

Erlotinib (Tarceva)

Kombinerade P-piller

Duloxetin

Olanzapin

Klozapin

Haloperidol

Agomelatin

Melatonin

[RÖKER DU?]

Har du använt tobak/nikotin i någon form?

Hur tänker du kring
din rökning?

Har du funderat kring att
sluta?

Skulle det vara ok om vi
ägnade några minuter åt...

Så här John kan du skydda dig mot återfall

”Riskabla tillfällen”

Bocka för de som kan gälla dig:

- andra rökare
- cigaretter, askfat, tändstickor och dyl.
- alkohol
- vissa maträtter
- stress, ångest, depression
- högtidligheter och glädje
- allt* som varit kopplat till rökning!

Egna förslag:

.....

.....

.....

Vad jag kan säga/tänka:

- Röksuget kommer att gå över!
- Rökning är inte längre något alternativ.
- Jag är starkare än cigaretten!

Egna förslag:

-
-
-

Mina främsta skäl att sluta röka:

-
-
-

- D**röja (röksuget går över)
- D**rick (vatten)
- D**istrahera (avleda röksuget) *
- D**jupandas (hjälp kroppen att slappna av)
- lämna besvärliga situationen
- ät en frukt, morot...
- nikotinläkemedel

egna förslag:

.....
.....

- surfa på mobilen, Suduko, korsord, sticka.....
- **1177 avslappning för hela kroppen**

Tobaksstoppsprojektet (inklusive

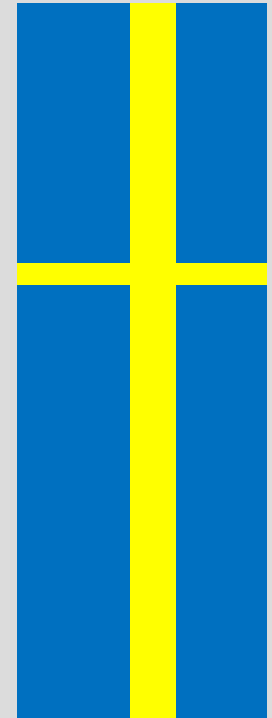
snus, e-cig)

Nationell forsknings-databas

FORTE, Lunds Universitet

Dansk förlaga (sedan 2001, >150 000
rökstopp)

Få ökad kunskap, kvalitet, ff a om
sårbara grupper's behandling



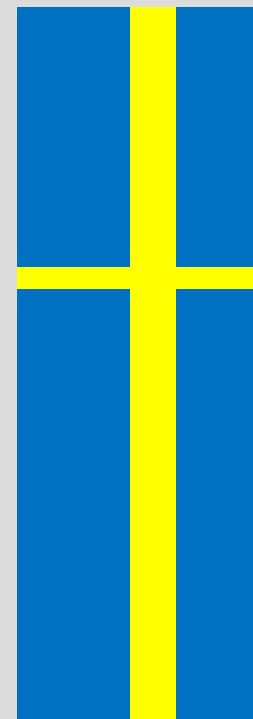
Rökstoppsprojektet.org

info@tobaksstoppsprojektet.org

Individens tobaksstatus 6 månader efter
behandlingen

Avlastar och skapar mer objektiv utvärdering
(gratis)

Du bidrar till att skapa en nationell databas
om tobaksavvänjning



Rokstoppsprojektet.org

info@rokstoppsprojektet.org

Tobaksstoppprojektet

Ett nationellt projekt om effekt av interventioner för olika grupper av rökare/snusare/e-cigarett-användare i Sverige



Till dig som är tobaksavvänjare!

Nu äntligen finns möjlighet för dig som arbetar med rök- och snusavvänjning att få reda på hur det går för dina patienter!

Tobaksstoppprojektet är ett forskningsprojekt som stödjer avvänjningsenheter för tobak i Sverige. Projektet är öppet för alla som vill ha hjälp till att utvärdera sina behandlingar.

[Mer information](#)

Champix dvs vareniklin är restnoterat sedan länge och det verkar bestå. Cytisin via licens kan bli ett mycket bra alternativ i denna situation!

[Mer information](#)

Tobaksstoppprojektet - uppbyggnad av en nationell databas om tobaksavvänjning i Sverige

Inför operation

Rökstopp...

effekt

6-8 veckor före planerad kirurgi
risk

normaliserad

4 veckor - - -

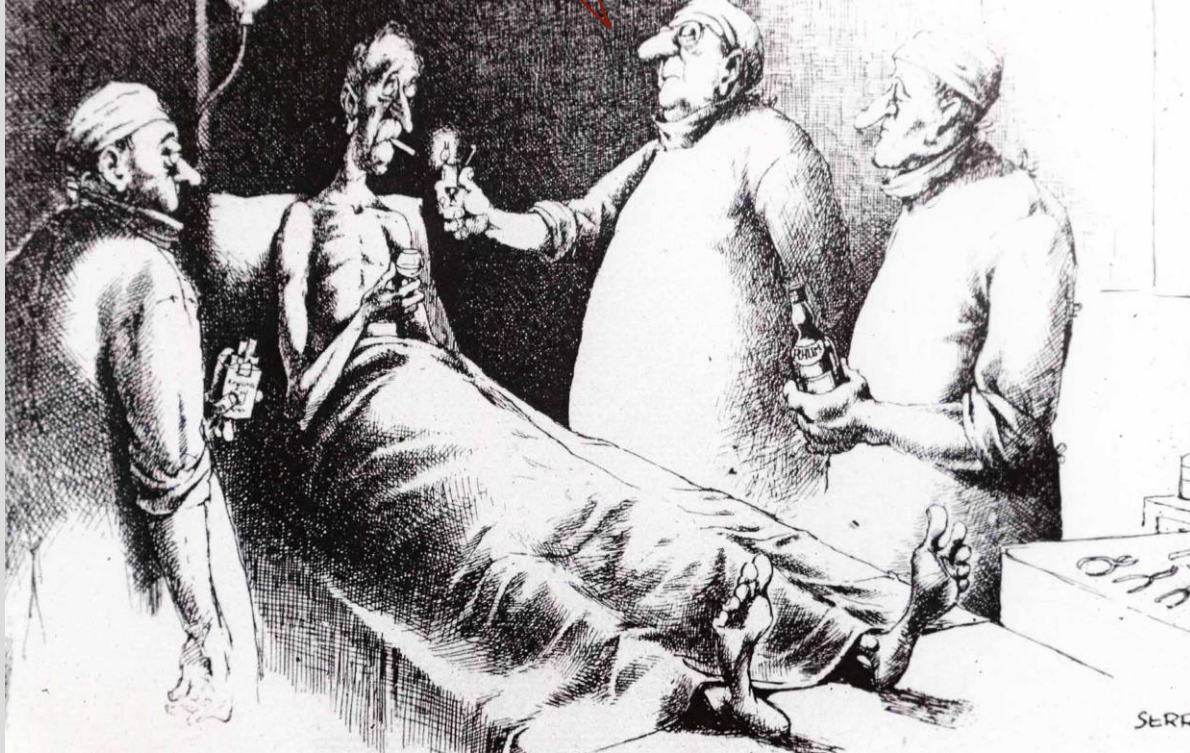
halverad risk

Patient som blir akut opererad...

kan också vinna

– Vill du ha den bästa, näst bästa, 3:e eller...

4:e bästa behandlingen...



...sårinfektioner, försenad sårläkning,
ökad ärrbildning

Utebliven benläkning och livshotande
försämring av hjärt-lungfunktionen

Ej beredd att sluta:

Om du skulle vilja sluta röka
i framtiden **finns nya metoder/läkemedel**

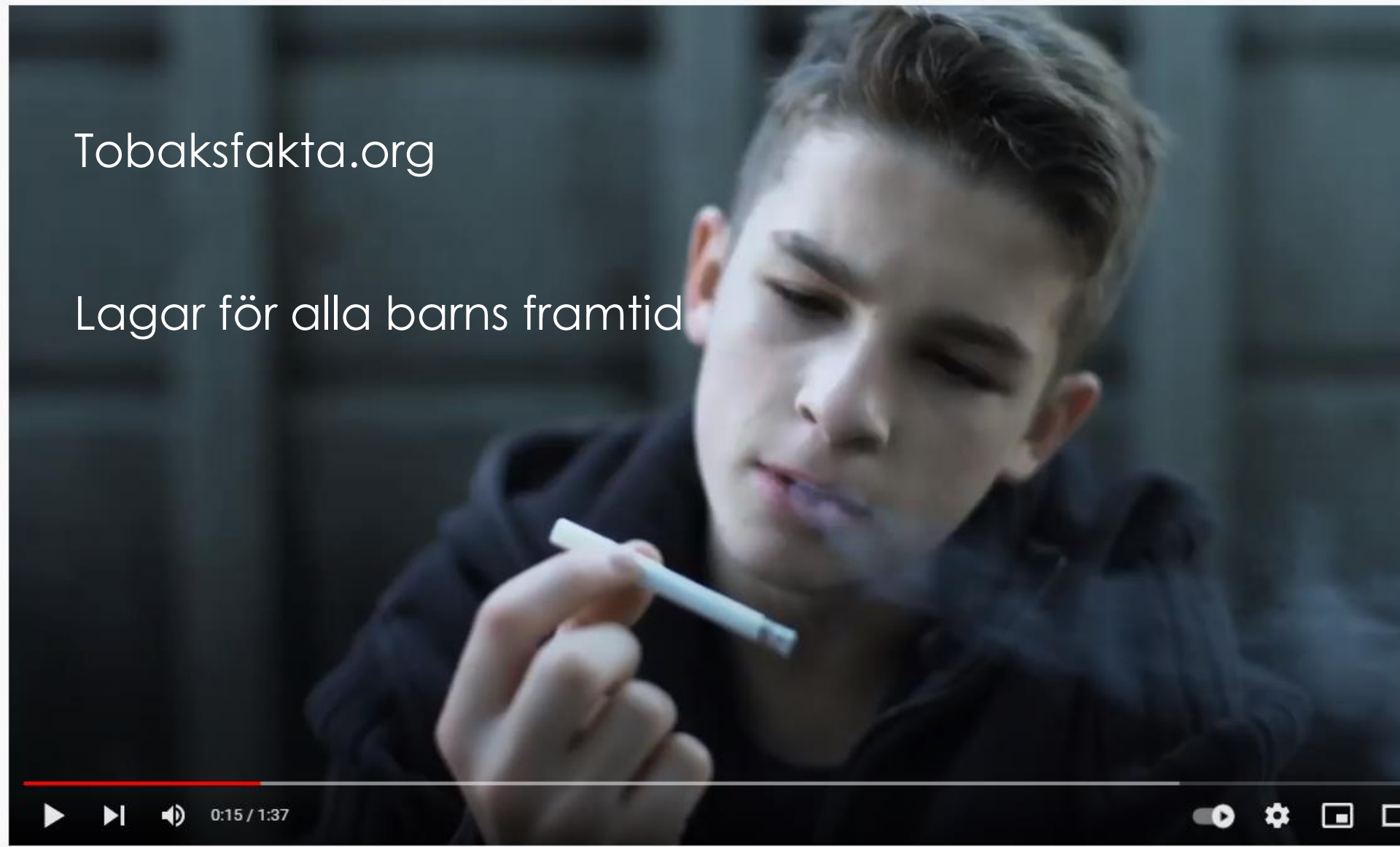


www.tobaksfakta.org

Läkare mot Tobak

Tobaksfakta.org

Lagar för alla barns framtid





Fråga “Har du använt tobak/nikotin i någon form?”

“Om du vill sluta röka
i framtiden finns nya metoder/läkemedel”

- se till det finns tillgängligt!

Tobaksfritt ger god hälsa, ekonomi och minskad
miljöförstöring

Har vi råd att inte satsa på tobaksavvänjning?