

Rapportage 2015 groepstraining 'Rookvrij! Ook jij?'

Sinds 2008 verzorgt SineFuma Stoppen met roken begeleiding middels het aanbieden van groepstrainingen. De groepstrainingen 'Rookvrij! Ook jij?' zijn geschikt voor iedere roker die gemotiveerd is om te stoppen met roken en hierbij graag ondersteuning wil hebben van een professional.

De groepstrainingen 'Rookvrij! Ook jij?' bestaan uit 7 bijeenkomsten van 1,5 uur. De eerste twee bijeenkomsten staan in het teken van het voorbereiden op het stoppen. In de derde bijeenkomst wordt tegelijkertijd als groep gestopt met roken. Tijdens de 4 bijeenkomsten die daarop volgen worden de deelnemers begeleid om het stoppen met roken vol te houden.

SineFuma richt zich in haar begeleiding bij het stoppen met roken op gedragsverandering met daarbij het advies om dit in combinatie met farmacologische ondersteuning of nicotine vervangende middelen te doen. Niemand wordt echter verplicht om een hulpmiddel te gebruiken. De groepstrainingen bestaan uit 7 bijeenkomsten van 90 minuten (= 630 minuten).

Ieder jaar verzorgt SineFuma een rapportage van de resultaten die behaald zijn. De rapportage geeft een duidelijk beeld van de behaalde resultaten en zorgt voor transparantie naar samenwerkingspartners binnen de stoppen met roken zorg.

| 2015 |

In 2015 hebben er in totaal **102 groepstrainingen** plaatsgevonden. In totaal zijn **979 deelnemers** van start gegaan waarbij **941 deelnemers** daadwerkelijk een stoppoging hebben ondernomen. **82%** van de deelnemers is na afloop van de trainingen ook daadwerkelijk gestopt met roken. In dit document vindt u een overzicht van de resultaten die behaald zijn in het jaar 2015.

| Uitkomst begeleidingstraject 2015 |

Van alle deelnemers in 2015 is 82% na afloop van de groepstrainingen gestopt met roken. Dit betekent in de praktijk dat de deelnemers na afloop dan een maand volledig rookvrij zijn. Na 12 maanden worden de deelnemers gebeld door een onafhankelijk instituut om definitief vast te stellen of hij/ zij definitief gestopt is met roken. Wij hanteren hierbij het internationale 'Russel criterium'. Dit cijfer over 2015 zal dan meegenomen worden in de rapportage van 2016.

Onderstaand vindt u een totaal overzicht per jaar van de succespercentages.

jaar	Succes einde training	Succes na 12 maanden
2008	78%	28%
2009	80%	43%
2010	78%	34%
2011	85%	42%
2012	82%	43%
2013	81%	36%
2014	84%	49%
2015	82%	
Totaal	82%	39%

| Afronding trainingen |

Onderstaand is een overzicht te vinden van de hoeveelheid deelnemers die in 2015 de volledige groepstraining afgemaakt hebben. redenen van het vroegtijdig beëindigen van het begeleidingstraject lopen uiteen van overlijden tot aan 'niet het juiste moment'. Uiteindelijk zijn 38 deelnemers vervroeg afgehaakt vóór de stopdatum.

reden einddatum zorgtraject	aantal	percentage
Programma afgerond	941	96%
Voortijdig afgebroken (na 1 bijeenkomst)	22	2%
Voortijdig afgebroken (na 2 bijeenkomsten)	16	2%
Overlijden	0	0%
Onbekend	0	0%
Overig	0	0%
Totaal	979	100%

| Gebruik medicatie en nicotine vervangende middelen |

Tijdens de trainingen worden de deelnemers attent gemaakt op de mogelijkheid om gebruik te maken van medicatie en/ of nicotine vervangende middelen. Voor iedere deelnemer geldt dat dit een eigen keus is en dat het ter ondersteuning kan dienen tijdens deelname aan de trainingen.

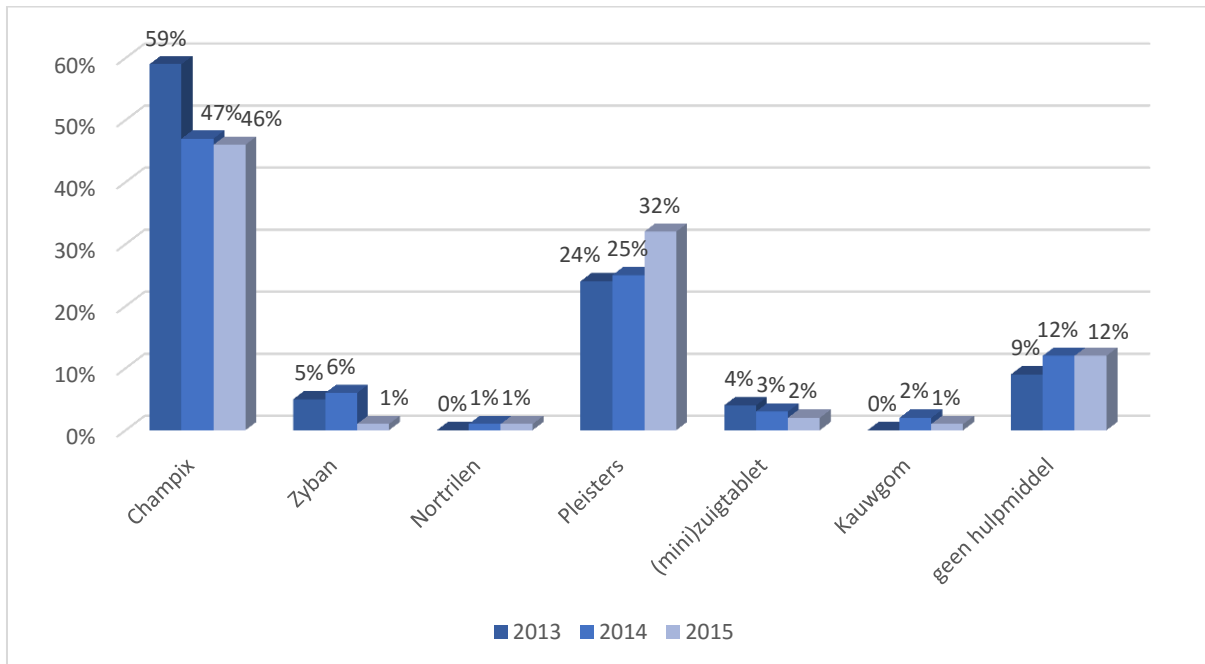
88% van de deelnemers maakt tijdens het traject gebruik van hulpmiddelen.

Hierbij gaat voor 47% om medicatie en bij 38% om nicotine vervangende middelen.

De meest gebruikte hulpmiddelen in 2015 zijn Champix (46%) en pleisters (32%).

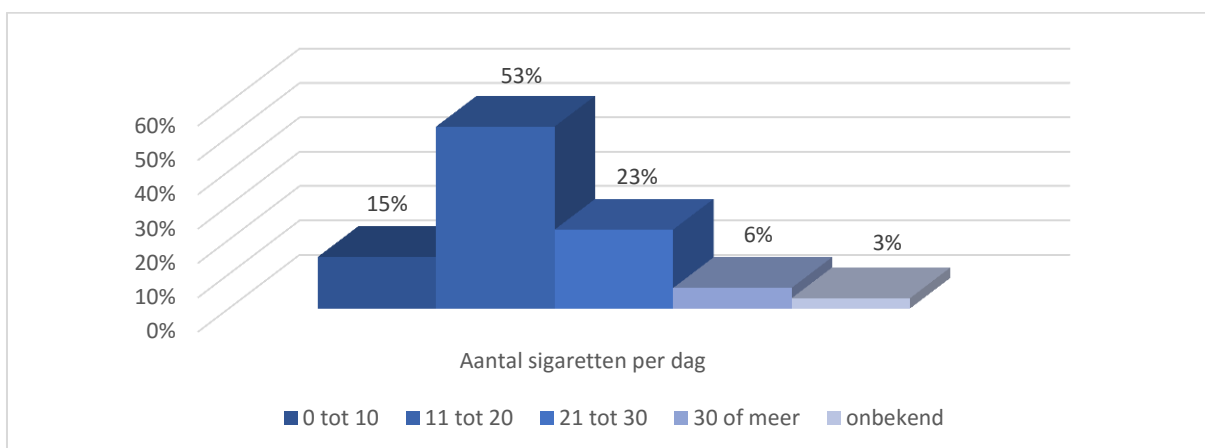
Hulpmiddelen	Aantal 2015	Percentage 2015
Varenicline (Champix)	435	46,2%
Bupropion (Zyban)	33	3,5%
Nortriptyline (Nortrilen)	5	0,5%
Pleisters	302	32%
(mini) zuigtablet	16	1,7%
Kauwgom	5	0,5%
E-Sigaret	3	0,3%
Mondspray	1	0,1%
Combinatie van 2 middelen	29	3%
onbekend	3	0,3%
niets	109	11,5%
Totaal	941	100%

Onderstaand een overzicht van de gebruikte hulpmiddelen over de afgelopen 3 jaren.



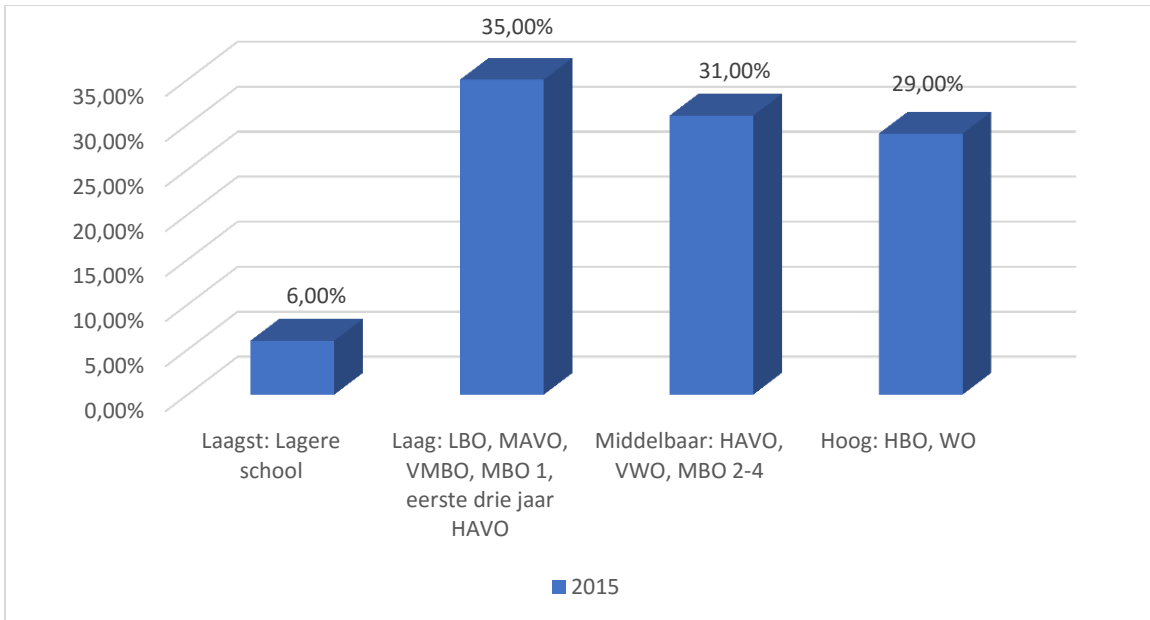
| Rookgedrag: aantal sigaretten per dag |

De deelnemers aan de groepstrainingen hebben allemaal een bepaald rookgedrag. De meeste deelnemers roken tussen de 11 en 20 sigaretten per dag. Ruim 80% rookt meer dan 10 sigaretten per dag. Er zijn er ook bij die veel meer gerookt hebben. Het grootste aantal sigaretten per dag van een deelnemer was 60.



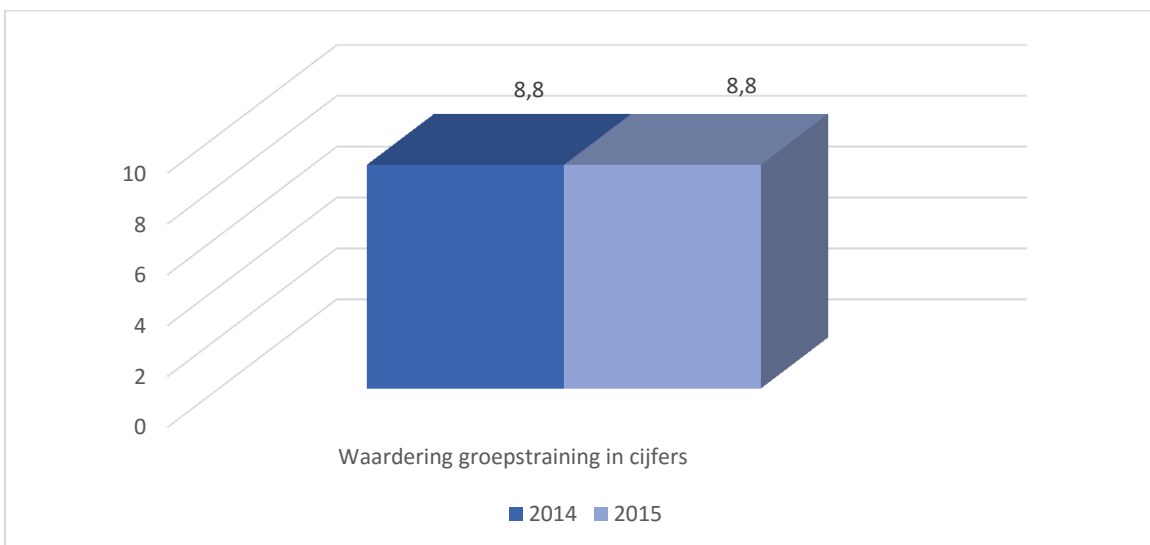
| Opleidingsniveau |

Onderstaande grafiek geeft inzicht in het opleidingsniveau van de deelnemers aan de groepstraining. Hierbij is te zien dat de grootste groep (41%) van de deelnemers lager geschoold is. Het aantal deelnemers dat middelbaar of hoog geschoold is komt redelijk overeen, respectievelijk 31% en 29%.



| Welk cijfer geeft u de groepstraining 'Rookvrij! Ook jij?' |

Om de kwaliteit en de tevredenheid van onze deelnemers te blijven garanderen vragen wij onder andere de deelnemers om de training een cijfer te geven. Dit cijfer is evenals in 2014 een **8,8**.



| (Chronische) aandoeningen |

Een groot deel van de deelnemers doet om gezondheidsredenen mee aan de groepstrainingen. Veel van hem kampen reeds met (chronische) aandoeningen.. De belangrijkste aandoeningen zijn COPD, Hoge Bloeddruk en depressies. Onderstaand een totaal overzicht.

