

Rapportage 2016 'Rookvrij! Ook jij?' begeleiding

Sinds 2008 verzorgt SineFuma Stoppen met roken begeleiding via het aanbieden van groepstrainingen en inmiddels ook via persoonlijke (telefonische) coachings trajecten. De stoppen met roken begeleiding van SineFuma is bekend onder de naam 'Rookvrij! Ook jij?' en is geschikt voor iedere roker die gemotiveerd is om te stoppen met roken en hierbij graag ondersteuning heeft van een professional.

De 'Rookvrij! Ook jij?' groepstraining bestaat uit zeven bijeenkomsten van anderhalf uur. De eerste twee bijeenkomsten staan in het teken van het voorbereiden op het stoppen. In de derde bijeenkomst is de stopdatum en wordt als groep gestopt met roken. Tijdens de vier laatste bijeenkomsten worden de deelnemers begeleid om het stoppen met roken vol te houden.

De 'Rookvrij! Ook jij?' persoonlijke (telefonische) begeleiding bestaat uit 6 gesprekken van 20 tot 30 minuten. Tijdens de eerste 2 gesprekken wordt de deelnemer voorbereid op het stopmoment waarna de deelnemer na het stopmoment nog 4 ondersteunde gesprekken heeft met de trainer.

SineFuma richt zich in haar begeleiding op gedragsverandering met daarbij het advies om dit in combinatie met farmacologische ondersteuning, medicatie of nicotine vervangende middelen, te doen. Dit wordt via het matched care principe gedaan, waarbij niemand wordt verplicht om een hulpmiddel te gebruiken.

Deze rapportage geeft een transparant beeld van de behaalde resultaten en onze doelgroep over het jaar 2016.

| 2016 |

2016 was voor SineFuma tot nu toe het drukste en meest succesvolle jaar ooit. Middels de 'Rookvrij! Ook jij?' begeleiding hebben we meer mensen van het roken af kunnen helpen dan ooit. In totaal hebben we in 2016, 2332 mensen mogen begeleiden naar een rookvrije toekomst. 93% van de deelnemers (2176 personen) hebben het traject ook daadwerkelijk afgerond. Uiteindelijk zijn 1719 deelnemers volledig gestopt met roken wat neer komt op 79%.

Onderstaand een overzicht van de deelnemers en succespercentages per traject.

Groepstrainingen

In 2016 heeft SineFuma in totaal 141 groepstrainingen georganiseerd. In totaal zijn 1.496 deelnemers van start gegaan waarvan 1.415 deelnemers daadwerkelijk een stoppoging hebben ondernomen. 80% van deze deelnemers was na afloop ook daadwerkelijk gestopt met roken.

Telefonische begeleiding

In 2016 hebben er in totaal 654 telefonische coachingstrajecten plaats gevonden. In totaal hebben 603 deelnemers (92,2%) het programma afgerond en waren 462 deelnemers van de afgeronde trajecten rookvrij na afloop wat neerkomt op een succes percentage van 76,6%.

Persoonlijke begeleiding

In 2016 hebben er in totaal 136 persoonlijke begeleidingstrajecten plaats gevonden. In totaal hebben 118 deelnemers (86,8%) het programma afgerond en waren 94 deelnemers van de afgeronde trajecten rookvrij na afloop wat neerkomt op een succes percentage van 79,7%.

Telefonische begeleiding voor zwangere

In 2016 hebben er in totaal 46 zwangere een persoonlijke begeleidingstrajecten gevolgd. In totaal hebben 40 zwangere (87%) het programma afgerond en waren 29 deelnemers van de afgeronde trajecten rookvrij na afloop wat neerkomt op een succes percentage van 72,5%.

| Uitkomst begeleidingstraject 2016 |

Van alle deelnemers in 2016 was 79% na afloop van het gevolgde traject gestopt met roken. Dit betekent in de praktijk dat deelnemers na afloop van het gevolgde traject een maand volledig rookvrij zijn. Na 1 jaar worden de deelnemers gebeld door een onafhankelijk instituut om vast te stellen of ze nog steeds rookvrij zijn. Wij hanteren hierbij het internationale 'Russel criterium'. De jaarcijfers over 2016 wordt meegenomen in de rapportage van 2017.

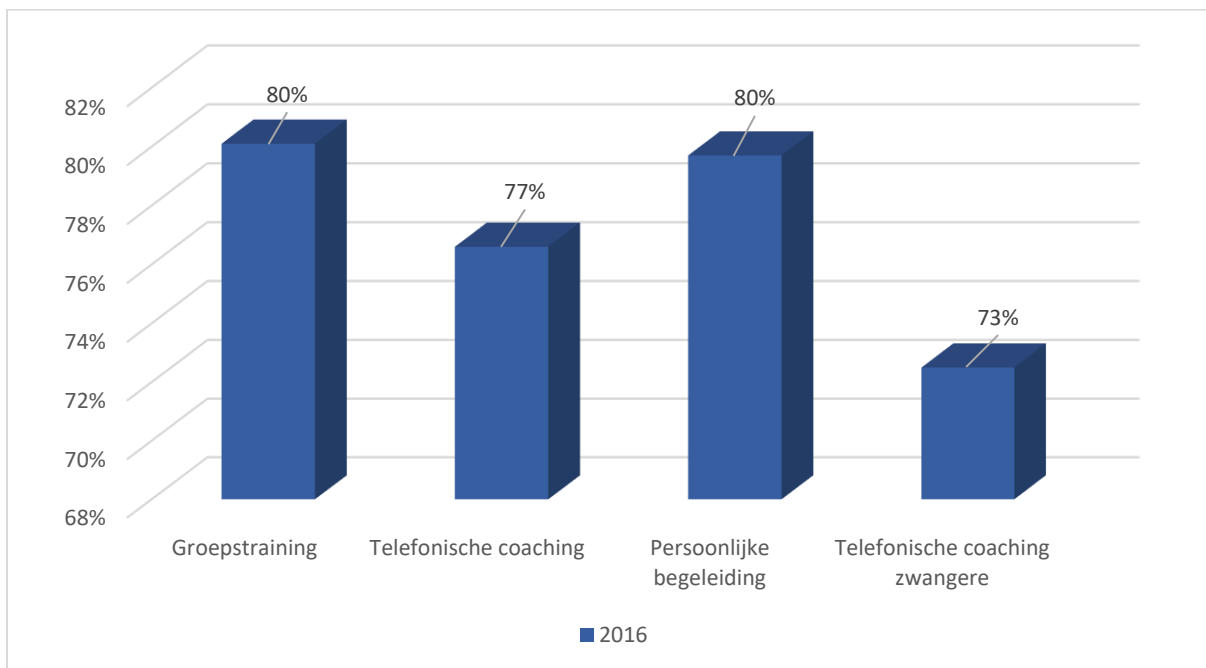
| Afronding trainingen |

Onderstaand overzicht geeft de hoeveelheid deelnemers aan, die in 2016 de volledige groepstraining afgemaakt hebben. Redenen voor het vroegtijdig beëindigen van het begeleidingstraject lopen uiteen van overlijden tot aan 'niet het juiste moment om te stoppen'.

reden einddatum zorgtraject	aantal	percentage
Programma afgerond	2176	93%
Voortijdig afgebroken	156	7%
Onbekend	0	0%
Overig	0	0%
Totaal	2332	100%

| Succespercentages per begeleidingsvorm |

In onderstaand grafiek een overzicht van de succespercentages per begeleidingsvorm.

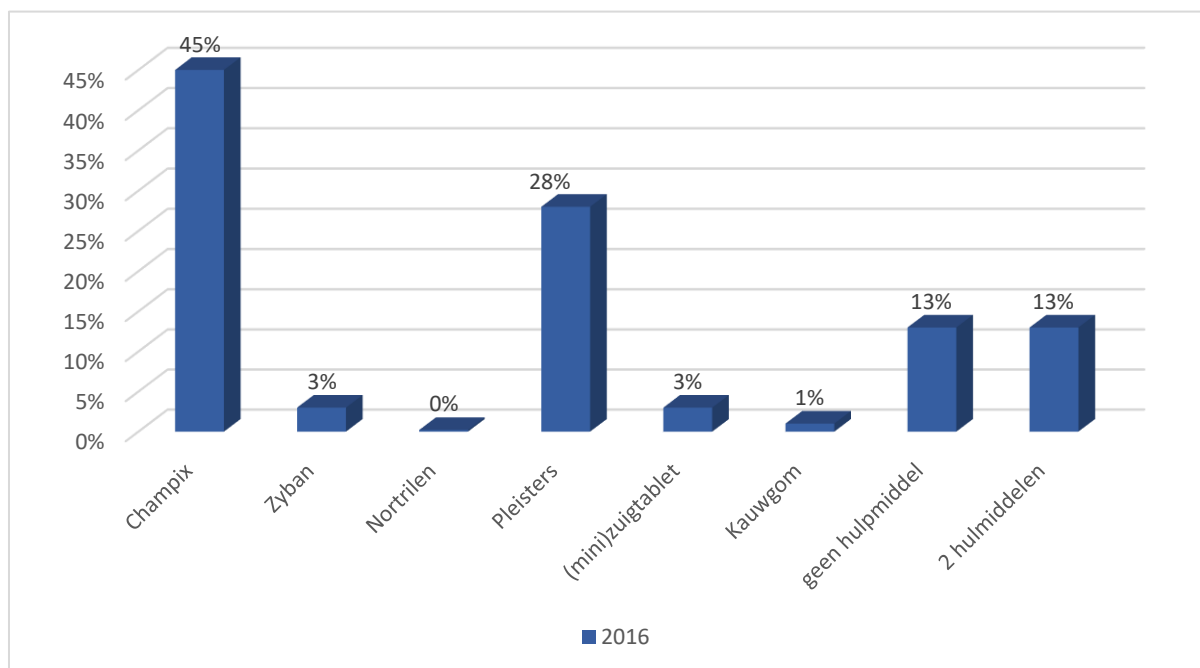


Totaal aantal deelnemers per traject	Totaal deelnemers	Succespercentage
Groepstraining	1496	80%
Telefonische coaching	654	77%
Persoonlijke begeleiding	136	80%
Telefonische coaching voor zwangere	46	73%
Totaal	2332	78%

| Gebruik medicatie en nicotine vervangende middelen |

Tijdens de begeleiding is het mogelijk om aanvullend farmacotherapeutische ondersteuning te krijgen. 87% van de deelnemers maakt tijdens het traject hiervan gebruik. Hierbij gaat het bij 49% om medicatie, bij 34% om nicotine vervangende middelen en bij 5% om een combinatie van 2 hulpmiddelen. De meest gebruikte hulpmiddelen in 2016 zijn Champix (45%) en pleisters (28%).

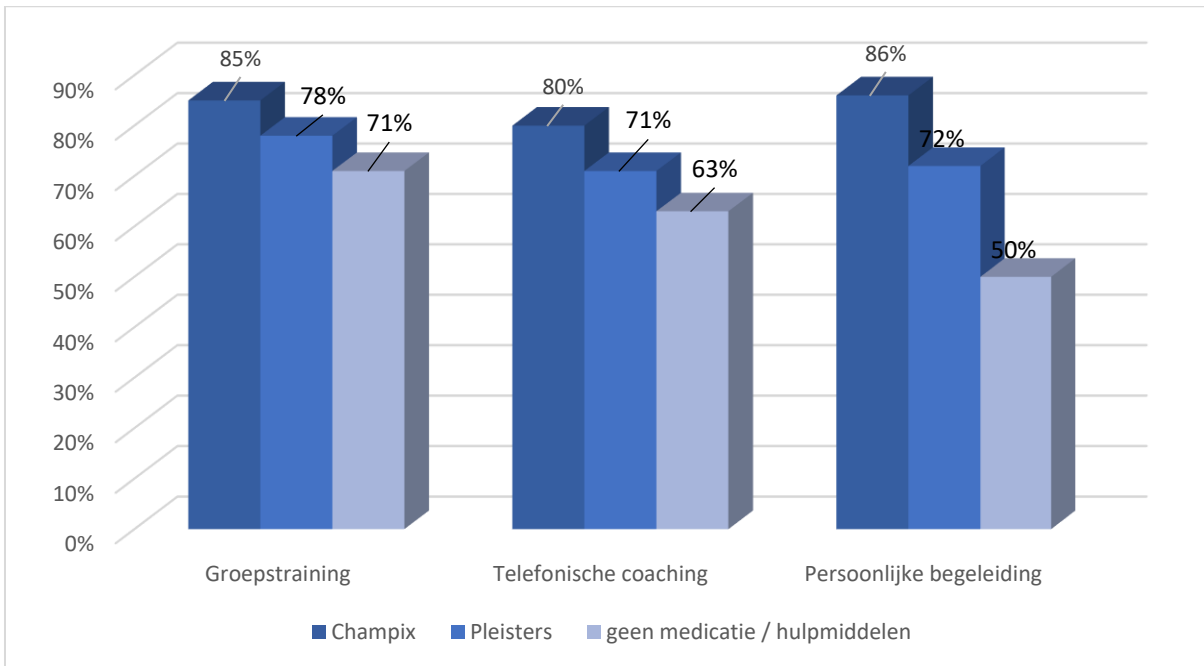
Hulpmiddelen	Aantal 2016	Percentage 2016
Varenicline (Champix)	973	45%
Bupropion (Zyban)	67	3%
Nortriptyline (Nortrilen)	9	0,2%
Pleisters	620	28%
(mini) zuigtablet	56	3%
Kauwgom	24	1%
E-Sigaret	24	1%
Mondspray	4	0,1%
Combinatie van 2 middelen	109	5%
niets	292	13%
Totaal	2176	100%



| Stopperpercentage per hulpmiddel |

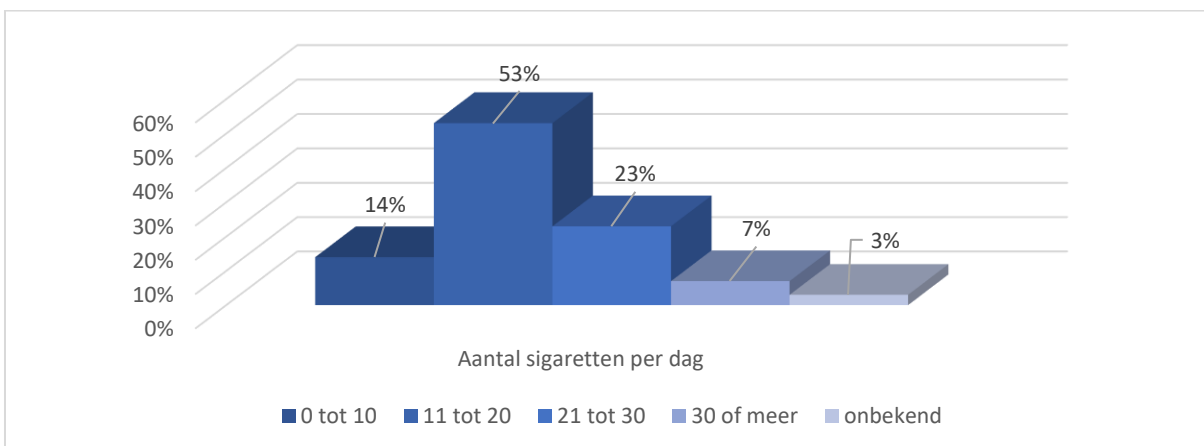
Onderstaande grafiek geeft inzicht in het stopperpercentage van onze deelnemers per gebruikt hulpmiddel tijdens de verschillende begeleidingsvormen. De meeste gebruikte en voorkomende hulpmiddelen vind u hierin terug. Wat duidelijk zichtbaar is dat deelnemers die geen hulpmiddel gebruiken het succespercentage direct na afloop aanzienlijk lager ligt.

Telefonische coaching voor zwangere is niet meegenomen in het overzicht omdat hiervoor te weinig deelnemers om een realistisch inzicht te krijgen in de succespercentages.



| Rookgedrag: aantal sigaretten per dag |

De deelnemers aan de begeleiding hebben allemaal een bepaald rookgedrag. De meeste deelnemers rookten tussen de 11 en 20 sigaretten per dag. Ruim 86% rookte meer dan 10 sigaretten per dag. Het grootste aantal sigaretten per dag van een deelnemer was 60.



| Opleidingsniveau |

Onderstaande grafiek geeft inzicht in het opleidingsniveau van de deelnemers aan de begeleiding. Dit betreft de deelnemers die ook daadwerkelijk antwoord hebben gegeven op de vraag over het opleidingsniveau.

