

Zijn e-sigaretten effectief in de behandeling van nicotineafhankelijkheid?



LITERATUUR

- Hajek P, Phillips-Waller A, Przulj D, Pesola F, Myers Smith K, Bisal N, e.a. A randomized trial of E-cigarettes versus nicotine-replacement therapy. *N Engl J Med* 2019; 380: 629-37.

AUTEURS

JOERI TIJDINK

MARTIJN VAN NOORDEN

E-mail: j.tijdink@amsterdamumc.nl

Deze rubriek komt tot stand in samenwerking met De Jonge Psychiater (www.dejongepsychiater.nl).



De Jonge Psychiater

Waarom dit onderzoek?

Volgens het CBS rookt 17% van de Nederlanders dagelijks en wordt 13% van de totale ziektelast veroorzaakt door roken. Van psychiatrische patiënten rookt tot wel 70%, mogelijk door verslavingsgevoeligheid of genetische factoren. Ook kan roken de (bij)werkingen van medicatie verminderen.

Voor de behandeling van nicotineafhankelijkheid bestaan meerdere psychologische en farmacologische interventies, maar deze worden weinig ingezet en de effectiviteit ervan is beperkt.

Sinds enkele jaren wint de e-sigaret aan populariteit, maar het is onbekend of deze vorm van nicotinegebruik schadelijk is. De vraag is bovendien of een e-sigaret effectiever is dan de standaardbehandeling met nicotinevervangende middelen (NVM).

Onderzoeksvraag

Wat is het effect van e-sigaretten vergeleken met standaardbehandeling (NVM + gedragstherapie) tegen nicotineafhankelijkheid na 1 jaar?

Hoe werd dit onderzocht?

In een gerandomiseerde multicenterstudie in het VK werden patiënten uit de algehele bevolking die hulp zochten bij stoppen met roken geïncludeerd. In de ene groep mochten patiënten hun favoriete NVM (inhalator, spray, nicotinepleisters en/of -kauwgom, etc.) kiezen. De andere groep kreeg de e-sigaret, met een nicotinebevattende vulling naar keuze. Beide groepen kregen aanvullend gedragstherapie. De primaire uitkomstmaat was 1-jaarsabstinentie.

Belangrijkste resultaten

De abstinentiegraad na 1 jaar follow-up (uitval 21%) was 18% in de e-sigaretten-groep (n = 439) en 9,9% in de NVM-groep (n = 447; RR: 1,83; 95%-BI: 1,30-2,58; $p < 0,001$; NNT: 12). Er was een redelijke therapietrouw. Opvallend is dat na 52 weken 80% van de 'stoppers' in de e-sigaretten-groep nog steeds e-sigaretten gebruikte, terwijl maar 9% van de NVM-groep hun NVM nog gebruikte. Bovendien waren er minder bijwerkingen als craving, geïrriteerdheid, onrust en verminderd concentratievermogen in de e-sigaretten-groep.

Hoe zal dit onderzoek ons vak veranderen?

Dit onderzoek toont dat de e-sigaret een hoopgevend en effectief alternatief is voor de sigaret. Geldt dat ook voor psychiatrische patiënten? En hoe schadelijk is deze eigenlijk? Bovendien bevat de e-sigaret nicotine en is er feitelijk geen abstinentie. Wel is deze een minder rigoureuze en patiëntvriendelijker alternatief dan het 100% rookvrije beleid op veel afdelingen psychiatrie. Bovendien geef je hiermee patiënten ook wat lucht; soms is een sigaret het enige 'autonome' moment op een dag. Een e-sigaret lijkt effectiever dan reguliere NVM en patiënten vinden deze optie mogelijk humaner dan gedwongen stoppen als gevolg van ziekenhuisbeleid.