

Nicotinevervangers voor rookstop

Vraag

Welke vormen, doses, behandelingsduur en -schema's van nicotinevervangende therapie zijn effectief en veilig om succesvol te stoppen met roken op lange termijn?

Context

Nicotinevervangers reduceren de intensiteit van de drang om te roken en verlichten de ontwenningssymptomen. Alle vormen van nicotinevervangers (kauwgum, pleisters, neusspray, inhalator en sublinguale tabletten) verhogen de kans op succesvol stoppen met roken (Hartmann-Boyce 2018).

Het blijft echter onduidelijk of bijvoorbeeld hogere doses, een langere behandelingsduur of het opstarten van de nicotinevervangers voor de effectieve rookstop de kansen verhogen om langdurig (minstens 6 maanden) te stoppen.

Een combinatie van een pleister met een snelwerkende nicotinevervanger is effectiever dan het gebruik van slechts één vorm voor langdurige rookstop

Selectiecriteria voor studies

De Cochrane review (Lindson 2019) vergeleek het gebruik van één vorm, dosis, behandelingsduur en behandelingschema van nicotinevervangers met eender welke andere vorm, dosis, duur en schema van nicotinevervangers. Rokers van eender welke leeftijd die wensten te stoppen met roken, en dus gemotiveerd waren, werden geïncludeerd ongeacht hun initieel niveau van nicotineafhankelijkheid. De belangrijkste uitkomstmaten waren het succesvol stoppen met roken voor zes maanden of langer en de neveneffecten van de therapie.

Samenvatting resultaten

De review bevat 63 studies met 41.509 deelnemers. De meeste studies onderzochten volwassen rokers die minstens 15 sigaretten per dag rookten.

Vorm

Een nicotinepleister combineren met een snelwerkende vorm van nicotinevervangers (zoals kauwgum of tablet-

ten) leidde tot meer mensen die stoppen met roken dan het gebruik van één vorm van nicotinevervangers (één vorm: 139 per 1000 vs combi: 174 per 1000 (95% BI*: 160-189); 11.356 deelnemers, 14 studies, hoge zekerheid). Bij gebruik van slechts één vorm maakt het gebruik van pleisters dan wel snelwerkende nicotinevervangers weinig of geen verschil (3319 deelnemers, 8 studies, hoge zekerheid).

Dosis

Pleisters met 42/44 mg nicotine die voor 24 uur gedragen worden, leiden slechts tot ongeveer evenveel succesvolle stoppogingen als pleisters met 21/22 mg (21/22 mg: 238 per 1000 vs 42/44mg: 260 per 1000 (95%BI: 222-307), 1655 deelnemers, 5 studies, matige zekerheid), maar pleisters met 21 mg verhogen de kans om te stoppen met roken dan weer wel vergeleken met 14 mg (14 mg: 167 per 1000 vs 21 mg: 248 per 1000 (95%BI: 177-348); 537 deelnemers, 1 studie, matige zekerheid).

Er is waarschijnlijk ook meer kans op succes bij pleisters van 25 mg die voor 16 uur worden gedragen vergeleken met die van 15 mg, maar de resultaten variëren sterk waardoor we hierover minder zekerheid is. (3446 deelnemers, 3 studies, matige zekerheid). Vijf studies met 856 deelnemers vergeleken het gebruik van 4 mg kauwgum met 2 mg kauwgum: de hogere dosis is effectiever (hoge zekerheid), maar verdere analyse suggereert dat enkel sterk afhankelijke rokers voordeel halen uit de hogere dosis.

Overige

Nicotinevervangers opstarten voor het effectief stoppen met roken leidt tot meer kans op succesvol stoppen (4395 deelnemers, 9 studies, matige zekerheid).

Ook de duur van de behandeling met nicotinevervangers, het behandelingschema bij snelwerkende nicotinevervangers (vast schema dan wel naar behoefte), het gebruik van gratis versus aangekochte nicotinevervangers,... werden onderzocht in deze review. Er werden geen verschillen vastgesteld bij deze vergelijkingen, maar er is slechts een zeer lage tot lage mate van zekerheid in het bewijs door het lage aantal studies (vaak slechts 1), risico op bias en lage deelnemersaantallen.



Snelwerkende nicotinevervangers zijn wel even effectief als nicotinepleisters bij gebruik van slechts één vorm.

Neveneffecten

Neveneffecten werden ofwel niet gemeten ofwel op verschillende manieren gemeten in studies. Alle bewijs over de neveneffecten heeft hierdoor slechts een zeer lage tot lage zekerheid. Er werden meestal geen verschillen vastgesteld tussen verschillende behandelingen en neveneffecten kwamen over het algemeen zelden voor.

Conclusie

Een combinatie van een pleister met een snelwerkende nicotinevervanger is effectiever dan het gebruik van slechts één vorm voor langdurige rookstop. Snelwerkende nicotinevervangers zijn wel even effectief als nicotinepleisters bij gebruik van slechts één vorm. Kauwgum met 4 mg nicotine is effectiever dan kauwgum met 2 mg, maar dit effect varieert mogelijk met de mate van nicotine-afhankelijkheid. Een pleister met 21 mg nicotine die 24 uur gedragen wordt is waarschijnlijk effectiever dan een pleister met 14 mg. Andere karakteristieken van nicotinevervangers maken mogelijk geen verschil in de kans op succesvol stoppen maar we zijn vaak onzeker over dit effect. Ook zijn we onzeker over de neveneffecten van

verschillende vormen, duur, etc. van nicotinevervangers.

Implicaties voor de praktijk

De conclusies zijn gebaseerd op rokers die gemotiveerd zijn om te stoppen en meestal 15 sigaretten of meer per dag rookten vóór de stoppoging.

**Anne-Catherine Vanhove (1, 2) -
Trudy Bekkering (1) -
Patrik Vankrunkelsven (1)**

1 Cochrane Belgium, Cebam (Belgisch Centrum voor Evidence-Based Medicine)
2 CEBAp (Centre for Evidence-Based Practice) van Rode Kruis-Vlaanderen

>> Lindson N, Chepkin SC, Ye W, Fanshawe TR, Bullen C, Hartmann Boyce J. Different doses, durations and modes of delivery of nicotine replacement therapy for smoking cessation. Cochrane Database of Systematic Reviews 2019, Issue 4. Art. No.: CD013308. DOI: 10.1002/14651858.CD013308. Hartmann Boyce J, Chepkin SC, Ye W, Bullen C, Lancaster T. Nicotine replacement therapy versus control for smoking cessation. Cochrane Database of Systematic Reviews 2018, Issue 5. Art. No.: CD000146. DOI: 10.1002/14651858.CD000146.pub5.

>> Raadpleeg de volledige tekst van deze Cochrane reviews via de Cebam Digital Library for Health (www.cebam.be/nl/cdlh or www.cebam.be/fr/cdlh).

>> *BI: betrouwbaarheidsinterval

Cochrane Corner

CEBAM wil u in deze maandelijkse rubriek laten proeven van evidence-based medicine. Het Belgisch Centrum voor Evidence-Based Medicine is een onafhankelijk, multidisciplinair en interuniversitair instituut en moedigt zorgverstrekkers aan om in hun dagelijkse praktijk gebruik te maken van evidence-based medicine. Cochrane is een internationaal netwerk van onderzoekers, gezondheidswerkers, patiënten, zorgverleners en andere mensen met interesse in gezondheid. Cochrane staat voor hoge kwaliteit en betrouwbare informatie. CEBAM is de Belgische tak van deze organisatie. U vindt de afleveringen van deze reeks gebundeld terug op