



Framgångsrikt projekt i Umeå:

Rökstopp ses som en del i strålbehandling

Att rökning är dåligt för allt är ingen nyhet. Att fortsätta att röka i samband med en strålbehandling är extra dåligt på grund av risk för komplikationer och minskad behandlingseffekt. Men hur får man patienten att sluta röka utan skuldbeläggning? När och hur ska man ställa frågor om tobaksvanor? Det har personalen vid Strålbehandlingsenheten på Norrlands universitetssjukhus fått lära sig i projektet Rökfri Strålbehandling. Nu ses rökstopp som en del i behandlingen.

Projektet, som är ett samarbete mellan RCC Norr och folkhälsoenheten i Region Västerbotten, startade 2017 med Senada Hajdarevic och Ywonne Wiklund som projektledare.

– Hos personalen har det funnits ett behov länge av att ta upp frågan om rökning med cancerpatienter som ska få strålbehandling, men man har inte vetat på vilket sätt det ska göras, säger Senada Hajdarevic, som är processledare för cancerprevention på RCC Norr.

– Det finns sällan tid för motiverande samtal och det är inte heller alltid självklart att rökning finns registrerad som en variabel bland levnadsvanor. Men ett av de främsta skälen till att många undviker att ta upp frågan om rökning är nog rädsla för att skuldbelägga människor som redan har drabbats av svår sjukdom.

Det finns evidens för att rökning i samband med strålbehandling gör att vävnaderna får minskad syretillförsel vilket leder till sämre behandlingseffekt, sämre läkningsförmåga samt ökad risk för biverkningar och komplikationer.

– Rökningen kan dessutom leda till återfall eller en ny cancersjukdom, fortsätter hon och berättar att projektet startade med en inventering av behovet av stöttning av per-

sonalen vid Strålningsenheten vid Norrlands universitetssjukhus.

SKA SES SOM SJÄLVKLAR RUTIN

I samarbete med beteendevetaren och hälsoutvecklaren Ywonne Wiklund, som är ansvarig för tobaksprevention i Region Västerbotten, arrangerades en rad arbetsplatsträffar med korta föredrag med tobaksinformation, man har genomfört intervjuer och enkäter samt tagit fram ett informationsblad som skickas hem till alla patienter när de kallas till strålningsbehandlingen.

– Det är så viktigt att se rökstopp som en självklar rutin vid all form av cancervård, säger Ywonne Wiklund, som har arbetat med tobaksprevention i 20 år.

– Vi har en skyldighet att förmedla det vi vet om rökningens skadliga effekter till patienten. Det handlar inte om att skuldbelägga utan om att vara tydlig och få patienten att förstå att det handlar om ett starkt beroende som man kan få hjälp att bryta.

Båda projektledarna betonar att det är viktigt att sjukvården erbjuder professionell hjälp med rökavvänjning.

– Tobakspreventiv mottagning finns på länets alla tre



Rökstopp bör vara en självklar rutin i all cancervård, anser Ywonne Wiklund (Region Västerbotten) och Senada Hajdarevic (RCC Norr) som har arbetat med projektet Rökfri Strålbehandling sedan 2017. Foto: Anna Selberg

sjukhus. I Umeå är den numera placerad på Beteendemedicin dit patienterna kan remitteras. Det finns även tobaksavvänjare på de flesta av länets hälsocentraler som kan ge personer stöd för att både sluta röka och snusa. Det handlar om att bli fri från ett starkt och ofta mångårigt nikotinberoende, säger Ywonne.

RÖKSTOPP INGET TVÅNG

Patienter som vill sluta röka men inte klarar det på egen hand ska kunna få remiss men rökstopp är inget tvång. Alla cancerpatienter, oavsett rökvanor, får behandling, understryker de, men det bör finnas klara strukturer för hur avvänjningsstödet ser ut.

– Vi måste ju erbjuda en lösning och här behövs det en systematik, säger Senada Hajdarevic, som via enkätvaren sett att personalen tack vare projektet nu är bättre rustad och känner sig tryggare än tidigare när det gäller att rutinmässigt ta upp frågan om rökvanor.

För att detta projekt inte bara ska bli en temporär insats hoppas båda att fler regioner i hela landet ska ta efter. De arbetar inte bara i Norrlandslänet utan sitter även med i nationella arbetsgrupper för cancerprevention.

I den rapport de presenterade i september i år understryks vikten av att det måste finnas stöd från ledningen i det hälsopreventiva arbetet och att det är alla vårdanställdas ansvar, inte bara enskilda eldsjälar, att vara delaktiga i det tobakspreventiva arbetet.

RCC Norr planerar att sprida arbetssättet i det här vårdutvecklingsprojektet i hela norra sjukvårdsregionen. Redan idag har alla Norrlandsregioner infört krav på rökfrihet 6–8 veckor före och efter planerade operationer.

– Målsättningen med projektet Rökfri Strålbehandling är inte att införa samma krav eftersom cancerpatienter inte kan vänta på sin behandling. Vårt mål är att synliggöra behovet av rökstoppstöd för patienter under hela cancerbehandlingen, förklarar Senada och tillägger att tobaksprevention är en färskvara.

– Det är ett arbete som måste utföras på systemnivå hela tiden och det bör ses som en självklar del av behandlingen.

EVELYN PESIKAN
MEDICINSK SKRIBENT

