



Bilag 1

Status på Røgfrit København for 2023 og 2024

18.marts 2025

Edoc-sagsnummer
2025-0042778

F2 sagsnummer
2025-2766

Status på Røgfrit København for 2023 og 2024 gives med udgangspunkt i tre spor:

1. et Røgfrit København, hvor mennesker, som ryger, kan få hjælp og støtte til at blive røgfri
2. et Røgfrit København, hvor børn og unge kan færdes uden at blive generet af røg
3. et Røgfrit København, hvor børn og unge ikke begynder at ryge

Et centralt element i arbejdet med Røgfrit København er at oplyse om og øge kendskabet til de forskellige gratis kommunale tilbud om hjælp og støtte til at blive røgfri. Undersøgelser viser, at tre ud af fire rygere gerne vil have støtte til rygestop og ofte ikke kender til de kommunale tilbud.

Stoptilbuddene og opfordringer om at stoppe markedsføres med afsæt i en årlig tidsplan for annoncering. I 2023 og 2024 har der været byrumsplakater og webannoncering på SoMe, samt løbende annoncering i lokalaviser og SoMe målrettet forskellige målgrupper og specifikke kurser. Der samarbejdes derudover med elleve apoteker om annoncering. I forvaltningens nyhedsbrev til almen praksis er der regelmæssig omtale af henvisningsmuligheder og kurser.

Som noget nyt blev der i 2023 udviklet en animeret kampagne "Start med at stoppe", hvor formålet er at motivere til ryge- og nikotinstop. Den blev vist i uge 12 i 2023 og ved årsskiftet blev den opdateret ift. nytårsforsætter.

Forvaltningen samarbejder med hospitaler, almen praksis og andet frontpersonale om rekruttering af borgere til nikotinstop. I 2023 blev der håndteret 598 digitale henvisninger til kommunens rygestop-rådgivning og i 2024 blev der håndteret 665 digitale henvisninger. Læger og sundhedspersonale benytter henvisningsmetoden Very Brief Advice (VBA), hvorefter en kommunal ryge- og nikotinstoprådgiver kontakter borger. Internt i kommunen er Sundhedsplejen i VVK, medarbejdere i hjemmeplejen og på genoptræningsenhederne blevet kompetenceudviklet i VBA.

Der arbejdes kontinuerligt med at styrke samarbejdet om rekruttering, fordi forskning viser, at det er en motiverende faktor for borgere at stoppe med at ryge, at sundhedspersonale opfordrer til en dialog om vaner.

Som noget nyt blev der derfor i 2024 udviklet en VBA-film til infoskærme i almen praksis og interne enheder, hvor formålet er at motivere til ryge- og nikotinstop. Hjemmesiden "Henvis.nu" med e-læring om VBA-metoden er opdateret sprogligt, så den nu inkluderer brug af alle former for nikotinprodukter.

1. Et røgfrit København, hvor mennesker, som ryger, kan få hjælp og støtte til at blive røgfri

Der er evidens for, at professionel rygestoprådgivning kombineret med rygestopmedicin er en effektiv metode til rygeafvænning. Derfor har forvaltningen en række forskellige tilbud til københavnernes om hjælp til rygestop og mulighed for at få tilskud til rygestopmedicin. Hjælpen består af en bred vifte af ryge- og nikotinstoptilbud:

- Rygestopkurser på forskellige lokaliteter i byen, i sundhedshusene og på arbejdspladser (på dansk og engelsk)
- Rygestop i naturen
- Rygestopkurser med motion eller yoga (Fit & Kvit og Rygestop og yoga)
- Rygestopkurser målrettet socialt udsatte på bo- og væresteder
- Rygestop kurser online
- Individuelle rygestopsamtaler i de bydækkende enheder
- Rygestop apps: E-quit og Xhale

Andre aktiviteter

- Kort dialog med unge på uddannelsessteder om deres ryge- og nikotinvaner ved professionelle rådgivere og ungeguides
- Københavns Kommune har sammen med Frederiksberg Kommune fået tildelt puljemidler fra Sundhedsstyrelsen til udvikling af ryge- og nikotinstoptilbud til børn og unge i perioden 2024-2027.

Stoptilbuddene inkluderer brugere af alle former for nikotinprodukter, da nikotinafhængighed giver de samme abstinenser uanset produkt.

Tabel 1 viser antallet af borgere, der gør brug af de forskellige rygestoptilbud i Københavns Kommune.

Tabel 1 – Borgeres brug af rygestoptilbud

	2019	2020	2021	2022	2023	2024
Kurser	2.320	1.787	1.285	1.634	1.714	2.316
Stoplinien	926	681	1.002	833	708	643
E-Kvit	2.778	3.258	1.914	1.679	1.400	1.233
X-hale	1.122	1.131	621	558	610	470
I alt	7.146	6.857	4.822	4.704	4.432	4.662

Sundhedsstyrelsens pejlemærke er, at mindst fem procent af kommunens rygende borgere, svarende til 3.400 borgere i Københavns Kommune, hvert år modtage et rygestoptilbud. Med et realiseret måltal på 4430 borgere, der anvender et eller flere

rygestoptilbud i 2023, og 4662 i 2024, vurderes det, at kommunen lever op til sundhedsstyrelsens anbefaling.

Effekten af rygestoptilbud

Effekten af rygestoptilbud i Københavns Kommune monitoreres løbende og her ses det bl.a. for år 2023, at mere end 81 pct. af deltagerne er røgfrie efter gennemførelse af et rygestopkursus. Opfølgning viser desuden, at næsten 56 pct. fortsat er røgfrie efter 6 måneder, hvilket er en stigning på 8 pct. sammenlignet med 2022. Tal fra Statens Institut for Folkesundhed viser, at succesraten blandt rygere, der forsøger at stoppe på egen hånd, ligger mellem 2-4 pct. Der kan endnu ikke trækkes tal for effekten ved deltagere på rygestopkursus i 2024.

Løbende kursusevaluering viser, at deltagerne generelt er meget tilfredse med tilbuddene, og erfaringen viser, at en bred vifte af tilbud er med til at give flere borgere mod på og succes med at stoppe.

Tilskud til rygestopmedicin

Der er evidens for, at helt eller delvist betalt rygestopmedicin øger andelen, der forsøger sig og lykkes med et rygestop. Der tilbydes i dag tilskud på maksimalt 1.000 kr. per borger til rygestopmedicin. Kursister på bo- og væresteder kan få dobbelt tilskud som et forsøg i 2024. Forsøget evalueres medio 2025.

2. Et røgfrit København, hvor børn og unge ikke begynder at ryge

Det er vigtigt at forebygge rygestart hos børn og unge samt at skabe sunde, røgfrie rammer for alle københavnske børn og unge. I lyset af stigningen i brugen af nikotinprodukter blandt børn og unge har forvaltningen i 2023 og 2024 arbejdet med at optimere indsatsen "den korte dialog". Indsatsen indebærer en dialog mellem professionelle rådgivere og unge på ungdomsuddannelser om deres ryge- og nikotinvaner. I 2023 nåede indsatsen ud til 3400 unge på 22 ungdomsuddannelser, og i løbet af 2024 er indsatsen nået ud til 23 ungdomsuddannelser, hvor 3700 unge fik mulighed for at drøfte deres ryge- og nikotinvaner med professionelle rådgivere og ungeguides.

Der er blevet udarbejdet skriftligt materiale der kan udleveres til forældre i forbindelse med indsatsen "En Teenager i Familien" og der er i 2023 afholdt kompetenceudvikling for SSP-medarbejderne.

I januar 2024 modtog 36.000 forældre til børn og unge i alderen 12-17 år et brev fra Sundheds- og Omsorgsborgmesteren i e-Boks, hvor de blev inviteret til at deltage i et webinar om unge og nikotin. Formålet var at klæde forældre på til at tale med deres teenagere om nikotin med henblik på at forebygge ryge- og nikotinstart, samt hjælp til at stoppe hvis de er startet. Webinaret blev i oktober 2024 gentaget i samarbejde med Frederiksberg Kommune. Der blev reklameret for webinaret på både Kulturnatten på Rådhuset, i byrummet, på postkort på caféer, Ugepakken til skoleledere samt online.

3. Et røgfrit København, hvor børn og unge kan færdes uden at blive generet af røg

Røgfrie arealer kan bl.a. være med til at fremme en kultur, hvor børn og unge ikke oplever rygning i hverdagen og hvor ikke-rygere har mulighed for at opholde sig på udearealer uden ufrivilligt at blive udsat for tobaksrøg.

I et samarbejde med Kultur- og Fritidsforvaltningen arbejder 24 kommunale idrætsanlæg og foreninger med røg- og nikotinfri arealer ved brug af venlige henstillinger, hvilket svarer til næsten halvdelen. Derudover arbejder 7 kulturinstitutioner, bl.a. kulturhuse og biblioteker med røg- og nikotinfri arealer på samme vis. Forvaltningerne samarbejder fortsat om at fastholde og udbrede røgfrihed til flere idrætsanlæg og kulturinstitutioner i København.

Røgfri arbejdstid

Forvaltningen har udover de tre spor i visionen også haft fokus på udbredelsen af røgfri arbejdstid. Røgfri arbejdstid kan være en støtte til ansatte, der ønsker at stoppe med at ryge, bidrage til at forebygge rygestart for nye ansatte og bidrage til at fremme en mere inkluderende pausekultur på arbejdspladsen.

Forvaltningen understøtter private og offentlige arbejdspladser med at indføre røgfri arbejdstid med afsæt i et koncept udarbejdet af Hjerte-foreningen. I 2024 har følgende arbejdspladser fået hjælp til indførelse af røgfri arbejdstid: Tre interne enheder, et medicinalfirma, to sikkerhedsmyndigheder og en virksomhed i underholdningsbranchen.