

E-cigaretten: et middel til rygestop uden support?

LEDER

Philip Tønnesen

Ugeskr Læger
2014;176:V66509

Den elektroniske cigaret (e-cigaretten) har gennem de seneste få år fået en meget stor udbredelse blandt cigaretrygere. Søgninger i forsommeren 2014 på »e-cigarette« på www.google.dk og www.pubmed.org gav hhv. 87 mio. og 175 hit.

I dette nummer af Ugeskrift for Læger gennemgår *Tøttenborg et al* i to statusartikler de potentielle helbredsmæssige effekter af at bruge e-cigaretter og de potentielt skadelige effekter af de forskellige stoffer i e-cigaretten [1, 2]. Den samlede konklusion er, at ved at skifte fra cigaretter til e-cigaretter opnås en risikoreduktion, men der er potentielt ukendte risici ved langtidsanvendelse.

Det fremgår, at ca. 150.000 personer anvender e-cigaretter herhjemme; heraf anvender ca. 50.000 personer e-cigaretter dagligt (14% af rygerne), og 59% anvender e-cigaretter med nikotin. I Danmark er det forbudt at sælge e-væske med nikotin, men det er lovligt at købe nikotinholdig e-væske i udlandet via internettet til eget brug, hvorimod salg er lovligt i bl.a. England. I repræsentative interview gennemført i England siden 2011 (www.smokinginengland.info/latest-statistics) rapporteres brug af e-cigaretter på 20% blandt rygere (daglig brug 12%), hvilket er på samme niveau som herhjemme. Ligeledes har man fundet en lille stigning i antallet af rygestopforsøg, en stigning i rygeophørsraten, et konstant fald i forbruget af cigaretter og ingen stigning i andelen af rygere under 25 år. Man finder således ingen tegn på, at introduktionen og brugen af e-cigaretter underminerer rygestopforsøg eller modvirker faldet i rygeprævalensen.

I et randomiseret forsøg med 300 rygere fandt man en 12-månedersophørsrate på 11% mod 4% med e-cigaret over for »placebo« [3]. Effekten af e-cigaretter til ikkeassisteret rygeophør uden hjælp fra sundhedspersoner synes at være bedre end effekten af medicinske nikotinprodukter [4]. Samlet set synes der derfor at være en effekt af e-cigaretter til rygeophør.

I USA har Philip Morris markedsført engangs-e-cigaretter, som meget ligner konventionelle cigaretter. I 2016 træder det nye regulativ i EU i kraft (krav til kvalitet, sikkerhed, reklamer og nikotinindhold), men hvordan det vil blive implementeret i de enkelte medlemslande, og hvordan det vil påvirke markedet for e-cigaretter, er svært at vurdere.

Mht. de sundhedsskadelige effekter af e-cigaretterne indeholder de først og fremmest nikotin, som er den væsentligste årsag til afhængighed hos rygere. De

kræftfremkaldende stoffer i cigaretter findes kun i beskedne mængder i e-cigaretter, så risikoen for kræft ved anvendelse af e-cigaretter er minimal [1, 2]. Langtidsrisici fra propylenglykol og glycerol og diverse forureninger i e-cigaretter, bl.a. lungetoksicitet, er uafklarede. Der er nyligt rapporteret om to tilfælde af lipoidpneumoni hos e-cigaretbrugere, antagelig udløst af glycerin.

I en tværsnitsundersøgelse fra USA med 2.500 rygere havde 27% snakket med en sundhedsperson om e-cigaretter, og 18% var blevet opfordret til at anvende dem [5]. Som sundhedsprofessionelle vil vi derfor møde rygere, der selv har taget beslutningen og er begyndt at anvende e-cigaretter for at forsøge rygeophør.

En af de mest omkostningseffektive, men oversete, interventioner er rygeafvænnning med lægemidler (vareniclin, nikotinerstatningsprodukter og bupropion) kombineret med rådgivning og støtte. Enhver sundhedsprofessionel, der kommer i kontakt med en ryger, bør derfor kende til og tilbyde rygeafvænnning.

For den store gruppe af rygere, der forsøger rygestop uden support, syntes e-cigaretten at være et effektivt middel. Fra et samfundsperspektiv vil anvendelsen af e-cigaretter »producere« langt flere eks-rygere, end vi er i stand til i sundhedsvæsenet [4].

E-cigaretten synes ikke at underminere faldet i rygeprævalensen eller »renormalisere« rygning. Der er dog behov for yderligere forskning vedr. e-cigaretters effekt på rygeafvænnning, vedr. skadeeffekter og påvirkning af rygeprævalensen og specielt vedr. risikoen for rekruttering af unge til brug af e-cigaretter.

LITTERATUR

1. Tøttenborg SS, Holm AL, Wibholm NC et al. Helbredskonsekvenser af den elektroniske cigaret er dårlig belyste. *Ugeskr Læger* 2014;176:V03140160.
2. Tøttenborg SS, Holm AL, Wibholm NC et al. E-cigaretten indeholder også skadelige stoffer. *Ugeskr Læger* 2014;176:V03140161.
3. Caponnetto P, Campagna D, Cibella F et al. Efficiency and safety of an electronic cigarette (ECLAT) as tobacco cigarettes substitute: a prospective 12-month randomized control design study. *PLoS One* 2013;8:e66317.
4. Brown J, Beard E, Kotz D et al. Real-world effectiveness of e-cigarettes when used to aid smoking cessation: a cross-sectional population study. *Addiction* 2014 May 20. doi:10.1111/add.12623 (e-pub ahead of print).
5. Berg CJ, Haardoerfer R, Escoffery C et al. Cigarette users' interest in using or switching to electronic nicotine delivery systems or smokeless tobacco for harm reduction, cessation, or novelty: a cross-sectional survey of U.S. adults. *Nicotine Tob Res* 2014 Jun 20. pii:ntu103 (e-pub ahead of print).

KORRESPONDANCE:

Philip Tønnesen,
Dansk Center for Søvnm
medicin, Klinisk Neuro-
fysiologisk Afdeling,
Glostrup Hospital,
Nordre Ringvej 57,
2600 Glostrup.
E-mail: philipt@dadlnet.dk

INTERESSEKONFLIKT:

Forfatterens ICMJE-formular er tilgængelig sammen med lederen på Ugeskriftet.dk