

Zusammenfassung des Schlussberichts - Entwicklung und Machbarkeitsüberprüfung eines integrativen Gruppenrauchstopp-Programms für erwachsene Tabakabhängige die auch regelmässig Cannabis konsumieren

Hintergrund

Da eine Vorstudie zum vorliegenden Projekt sowie die Fachliteratur einen Bedarf für eine Rauchstopp-Intervention, die auf Co-Rauchende von Tabak und Cannabis ausgerichtet ist, sieht, wurde im Rahmen dieses Projekts das erste Programm für diese spezielle Zielgruppe entwickelt und auf seine Machbarkeit hin untersucht. Gemäss den Ergebnissen der Vorstudie ist bei der Zielpopulation nur eine moderate Bereitschaft zum gleichzeitigen Tabak- und Cannabis-Stopp zu erwarten, die auch mit dem mangelnden Bewusstsein über den Zusammenhang von Tabak- und Cannabiskonsum zusammenhängen könnte.

Das Programm i-cut

i-cut (integrativer Cannabis- und Tabak-Rauchstoppkurs) ist ein Gruppen-Rauchstoppkurs für Personen, die sowohl täglich Zigaretten oder vergleichbare Tabakprodukte rauchen als auch regelmässig Cannabis konsumieren. Das Kursmanual wurde in einem interdisziplinären Team in Anlehnung an ein bestehendes Rauchstopp-Programm (Queer Quit), ergänzt durch Cannabis-spezifische Elemente, entwickelt. Es bestand in seiner ersten Version aus 5 wöchentlich abgehaltenen Kursabenden von jeweils 2 h Dauer und wurde nach einer ersten Testphase auf 6 Kursabende erweitert (siehe auch Abbildung 1). Den Kurssitzungen geht ein unverbindlicher Informationsabend voraus. Einige Wochen nach Abschluss der Kurse wird ein Nachtreffen ohne eigentliches Kursprogramm durchgeführt. Die Gruppengrösse war für die Machbarkeitsstudie auf ein Minimum von 7 Teilnehmenden (TN) festgelegt. Das Manual ist (bisher) nur für erwachsene TN ausgerichtet. Die Kursleitung wird jeweils zu zweit vorgenommen, wobei mindestens eine Person Arzt/Ärztin sein soll. Einige Mitglieder des Programmentwicklungs-Teams übernahmen selbst die Leitung von Kursen. Das primäre Kursziel ist Abstinenz von Tabak und Cannabis, alle TN sollen an Kursabend 3 (dem sogenannten Quit Day) gemeinsam einen gleichzeitigen Tabak- und Cannabis-Rauchstoppversuch unternehmen.

Um die aufgrund der Ergebnisse der Vorstudie erwarteten Rekrutierungsprobleme zu vermeiden, wurde zusammen mit dem Kursmanual eine ausführliche Rekrutierungsstrategie entwickelt. Zum einen wurde eine Internetseite aufgebaut, die einerseits über den Kurs informiert und andererseits drei kurze Interventionen enthält, die für den Zusammenhang zwischen Tabak- und Cannabis-Konsum sensibilisieren sollen. Zum anderen wurden die Information über das bestehende Kursangebot sowie der Link zur Internetseite möglichst breit gestreut (Flyer, Broschüren, Pressemitteilung).

Methodik der Machbarkeitsstudie

Im Rahmen der Machbarkeitsstudie traten 77 Personen einen Kurs an, wovon 62.3% den Kurs vollständig besuchten. Informationen über die Machbarkeit und Hinweise auf die Wirksamkeit von i-cut wurden mit verschiedenen Methoden gewonnen (siehe Abbildung 1). Die TN mussten am Informationsabend (T1), am letzten Kursabend (T2) sowie bei einer postalischen Nachbefragung 6 Monate nach dem vom Kurs festgelegten Quit Day (T3) Fragebögen ausfüllen. Zudem mussten sie am ersten und am letzten Kursabend sowie bei der Nachbefragung Speichelproben zur Messung des Cotinin-Werts abgeben. Während der Kursabende wurden jeweils der Wochenkonsum von Tabak und Cannabis sowie der Kohlenstoffmonoxid-Wert erhoben. Die Kursleitenden (KL) evaluierten i-cut nach Abschluss aller Kurse mit einem Fragebogen sowie in Leitfadengestützten Interviews.

Ergebnisse

Die Machbarkeit von i-cut wurde bestätigt. Es war möglich, genügend Personen für die Teilnahme am Kurs zu rekrutieren und die Kurse konnten ohne Zwischenfälle durchgeführt werden. Einen kombinierten Rauchstoppversuch von Tabak und Cannabis haben aber nur 36% aller TN, die den Kurs begonnen haben, unternommen. Insgesamt haben 53% aller TN sowohl ihren Tabak- als auch ihren Cannabis-Konsum während des Kurses zumindest unterbrochen, wobei manche mit beiden Substanzen gleichzeitig und andere versetzt aufgehört haben. In den 7 Tagen vor der Nachbefragung berichteten insgesamt 23.4% Abstinenz von Tabak, Cannabis oder beiden Substanzen. 10.4% waren Tabak-abstinent und 19.5% Cannabis-abstinent. Einige, insgesamt 6 TN (7.8%), waren sowohl Tabak- als auch Cannabis-abstinent. Die nicht-abstinenten TN hatten jeweils ihren Konsum von Tabak respektive Cannabis signifikant reduziert, ohne dass der Konsum der jeweils anderen Substanz sich vergrösserte.

Schlussfolgerungen und Empfehlungen

Der integrative Tabak- und Cannabis-Rauchstoppkurs erwies sich als machbar und wurde von den Kursleitenden als sinnvoll erachtet. Ausserdem stiess er bei der Zielgruppe auf grosse Akzeptanz. Es empfiehlt sich deshalb, diesen Ansatz weiterzuverfolgen und in einer randomisiert kontrollierten Studie die Wirksamkeit der Intervention zu überprüfen, um sie bei positivem Wirkungsnachweis in die Regelversorgung zu integrieren.