

# Evaluering af rejsehold for rygeforebyggelse

Folkesundhed  
*Center for Sundhed og Ældre,  
Slagelse Kommune*



Januar 2017

## 1. Baggrund og formål

Tobaksrygning udgør den største trussel mod folkesundheden. Rygning medfører en tidligere død, større risiko for sygdom, forringet livskvalitet foruden dertilhørende samfundsøkonomiske konsekvenser.

Forskning viser, at tidlig rygestart øger risikoen for at ende som storryger. Jo tidligere en person starter med at ryge, jo sværere har personen ved at stoppe senere i sit voksenliv. En tidlig forebyggende indsats overfor børn og unge med henblik på at hindre rygestart er derfor vigtig (Sundhed og Trivsel blandt 11-16-årige i Slagelse Kommune, 2014).

I Slagelse Kommune er der en større andel af rygere for alle aldersgrupper end i Region Sjælland og resten af landet. Blandt unge i alderen 11-16 år er andelen dog lavere end i resten af landet. Rapporten Sundhed og Trivsel blandt 11-16-årige i Slagelse Kommune 2014 viser, at der blandt de 11-16 årige er 7,9 pct. daglige eller lejlighedsvis rygere, for hele landet 8 pct. Blandt elever i 7. klasse var der i alt 5,3 pct. daglige og lejlighedsvis rygere i Slagelse Kommune. Det er vigtigt at fastholde de unge i kommunen som ikke-rygere samt hjælpe de som er begyndt at ryge med rygestop (Sundhedsprofil, Region Sjælland, 2012, Sundhed og Trivsel blandt 11-16-årige i Slagelse Kommune, 2014).

Blandt unge opfattes hash i højere grad som et naturligt stof og ufarligt at forbruge. Der er sket en stigning i udbredelsen af det euforiserende stof i perioden fra 2010-2013. 15,3 pct. af unge i Slagelse Kommune har prøvet at ryge hash ved afslutningen af 9. klasse. 10-20 pct. af de unge der har prøvet at ryge hash, ender i et regelmæssigt brug og er i risiko for udvikling af afhængighed. Forskningen viser også, at unge der ryger hash, har større risiko for at ende i misbrug af hårde stoffer (Sundhedsstyrelsen, Statens Institut for Folkesundhed, 2014).

I Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakke - Tobak anbefales det, at der gives systematisk undervisning om tobak og rygning i skolerne i 7.-9. klassetrin. Kommunerne anbefales også at sprede information til borgerne om de effektive nationale rygestoptilbud. Endvidere anbefales det, at der gennemføres målrettede tiltag, der bidrager til at formidle kampagnebudskaber til borgerne, fx via forskellige events. (Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakke – Tobak, 2012).

I Slagelse Kommunes sundhedspolitik for 2015-2025 er fastsat følgende mål indenfor områderne tobak og misbrug:

”Andelen af borgere i Slagelse Kommune, der ryger dagligt, skal reduceres med en tredjedel. Andelen af elever i 9. klasse, der ryger, skal reduceres med en tredjedel... Andelen af elever i 9. klasse, der har prøvet at ryge hash, skal falde med en tredjedel. Andelen af borgere på 16 år eller derover, der har prøvet hash eller andre euforiserende stoffer inden for den sidste måned, skal falde med en tredjedel.” (Sundhedspolitik 2015-2025, Slagelse Kommune).

**Formålet** med rejseholdet for rygeforebyggelse er derfor at fastholde de unge i Slagelse Kommune som ikke-rygere af tobak og hash. Desuden er formålet at flere stopper med at ryge, før de når at blive psykisk, fysisk og socialt afhængige.

Rejseholdet tilbyder rygeforebyggende undervisning til de unge. Rejseholdet tilbyder desuden de unge rygere hjælp til at stoppe ved at introducere rygestoptilbud. I kommunen eksisterer der på nuværende tidspunkt ingen rygestoptilbud målrettet unge under 16 år. Unge rygere under 16 år, som ønsker hjælp til rygestop er henvist til det digitale rygestoptilbud XHALE, udviklet af Kræftens Bekæmpelse.

Målet med rejseholdet indsats er at nå de 13-15-årige med undervisning i 7. og 8. klasse. Desuden vil rejseholdet kunne nå en målgruppe i alderen op til 18 år ved at deltage i relevante events.

## 2. Indsatsen indhold og periode

Perioden for indsatsen: 2014-2017.

Indsatsen består af undervisning i 7. klasser og opfølgende undervisning i 8. klasser omkring konsekvenser ved tobaksrygning og hashmisbrug. Derforuden deltager rejseholdet i events som SUK-festival og GOODLIFE Sundhedsmessen for unge ved Slagelse Kommunes Sundhedsuge 41. Ved at deltage i events når rejseholdet ud til en bredere målgruppe, her unge helt op til 18 år.

Rejseholdet består af to sundhedsplejersker fra Sundhedstjenesten, Center for Børn og Familie, Slagelse Kommune.

## 3. Udvikling af indsatsen

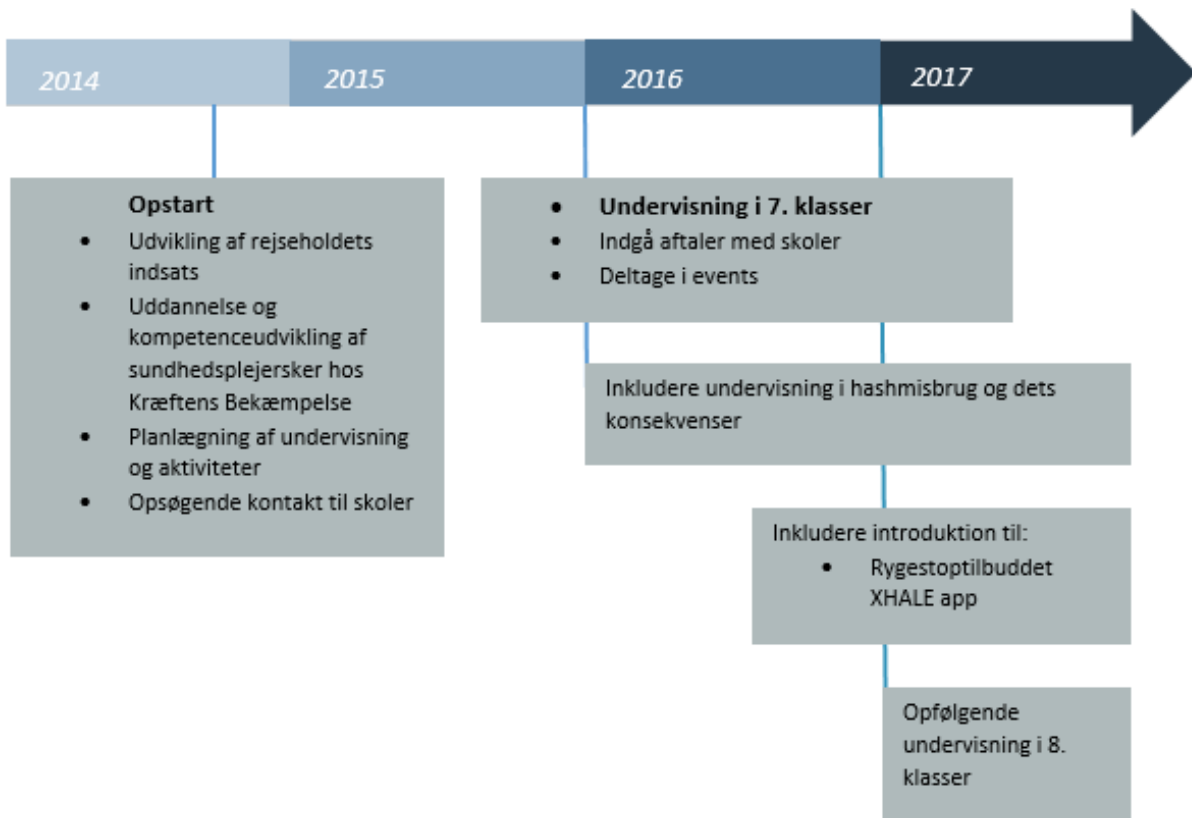
Indsatsens målgruppe har indtil nu, været koncentreret omkring elever i 7. klasser, med det mål at nå de unge i en tidlig alder. Efter en midtvejsevaluering i januar 2016 blev det besluttet at udvide indsatsens målgruppe til også at omfatte 8. klasser, med planlagt opstart i januar 2017. Derved vil 7. klasserne blive tilbudt opfølgende undervisning i 8. klasse.

Undervisningen havde i indsatsens start primært fokus på cigaretrygning, men der blev efter midtvejsevalueringen i januar 2016 tilføjet undervisning om hashmisbrug, da underviserne oplevede et stigende behov for også at italesætte dette område.

Kræftens Bekæmpelse lancerede i 2015 XHALE appen, et digitalt rygestoptilbud for unge, som har vist sig at være brugbar for unge rygere. Det blev besluttet at inkludere introduktion til XHALE app i rejseholdets undervisning med opstart i aug. 2016 for at anvise et rygestoptilbud til de unge rygere i den aktuelle aldersgruppe.

## Tidslinje

Indsatsens tidsforløb i perioden 2014-2017



Figur 1: Indsatsens tidsforløb

## 4. Organisatoriske rammer - tidsfordeling for indsatsen

Rejseholdets indsats består foruden afholdelse af undervisning også af opsøgende kontakt til skoler, planlægning og forberedelse samt videreformidling af rejseholdets eksistens og indsats til interne og eksterne samarbejdspartnere. Der er afsat 7,5 t. pr. uge til rejseholdets indsats for hver af de to sundhedsplejersker. Undervisningen udgør 1,5 t. pr. klasse. I enkelte tilfælde har to klasser været slået sammen. Her har undervisningen været 2 t.

Tidsfordelingen for rejseholdet arbejde er ligeligt fordelt imellem: Opsøgende arbejde til skoler, forberedelse, planlægning samt afholdelse af undervisning.

## 5. Evaluering

Evalueringen har til formål at dokumentere rejseholdets aktiviteter i forbindelse med indsatsen samt at undersøge elevernes tilfredshed og udbytte af rejseholdets undervisning. Evalueringen har fokus på proces fremfor effekt af rejseholdets indsats, da det kan være svært på nuværende tidspunkt at dokumentere en effekt i forhold til målgruppens rygeadfærd. Der er derfor i evalueringen hovedsagelig fokus på metode og udbredelse af rejseholdets indsats. Evalueringen vil desuden lægge vægt på områderne viden og refleksion hos eleverne i forbindelse med undervisningen. Den kommende rapport, Sundhed og Trivsel blandt 11-16-årige i Slagelse Kommune 2018, vil kunne give en indikation af, hvilken effekt rejseholdets indsats har i forhold til andelen af rygere i den aktuelle aldersgruppe.

### Datagrundlag

Evalueringsdesignet er mixed method og inkluderer både kvantitativt og kvalitativt datamateriale:

**Tabel 1: Indsamling af data**

<b>Kvantitativt datamateriale</b> (indsamlet aug. 2015-nov. 2016)	<b>Kvalitativt datamateriale</b> (indsamlet okt.-dec-2016)
Spørgeskemaundersøgelse hos elever og lærere	Observation af undervisning
	Fokusgruppeinterview af elever
	Evaluering fra rejseholdets sundhedsplejersker

Spørgeskemaundersøgelsen er udført hos elever og enkelte klasselærere omkring undervisningen samt elevernes udbytte heraf. Hver spørgeskemaundersøgelse er udført umiddelbart efter undervisningens afholdelse i perioden aug. 2015-okt. 2016. 11 klasselærere fra 7. klasser har foretaget evaluering i perioden for skoleåret 2015-2016. I alt 410 elever er inkluderet i spørgeskemaundersøgelsen for hele perioden. Fokusgruppeinterviewet inkluderer fem elever, der er interviewet efter en af rejseholdets undervisningslektioner.

## 6. Antal besøgte skoler

Målet er at rejseholdet afholder undervisning i alle 7. klasser i Slagelse Kommune. I Slagelse Kommune findes der i alt 21 skoler, som tilbyder undervisning i 7. klasse. Disse er fordelt på: 13 folkeskoler og 8 privatskoler. Hver af disse skoler har et varierende antal 7. klasser. Nedenstående tabel viser antallet af 7. klasser fordelt på henholdsvis folkeskoler og privatskoler:

**Tabel 2: Antal 7. klasser i Slagelse Kommune:**

Antal 7. klasser på folkeskoler	29
Antal 7. klasser på privatskoler	10
<b>I alt antal 7. klasser</b>	<b>39</b>

Rejseholdet har dokumenteret henvendelser til skoler og besøg på skoler samt antallet af 7. klasser, de har afholdt undervisning i, både for skoleåret 2015-2016 og det nye skoleår 2016-2017. De følgende afsnit viser rejseholdets aktiviteter i skoleåret 2015-2016 og skoleåret 2016-2017.

### 6.1 Skoleåret 2015-2016:

Rejseholdet har kontaktet alle skoler med 7. klasser i Slagelse Kommune.

Nedenstående tabeller viser antallet af skoler, hvor det er lykkedes rejseholdet at lave aftale om undervisning i skoleåret 2015-2016:

**Tabel 3: Antal besøgte skoler**

Folkeskoler	12
Privatskoler	8
<b>I alt antal skoler besøgt</b>	<b>20</b>

Næste tabel viser antallet af 7. klasser, hvor der er afholdt undervisning i skoleåret 2015-2016. Tabellen viser også den procentandel 7. klasser, hvor der er afholdt undervisning set i forhold til det samlede antal 7. klasser i Slagelse Kommune:

**Tabel 4: Antal besøgte 7. klasser**

Antal 7. klasser i Slagelse Kommune	39
Antal 7. klasser besøgt	38
<b>Procentandel 7. klasser besøgt</b>	<b>97 %</b>

Det vil sige, at det i skoleåret 2015-2016 er lykkedes rejseholdet at indgå aftaler med langt de fleste 7. klasser i Slagelse Kommune. Rejseholdet har således afholdt undervisning i alle 7. klasser i Slagelse Kommune på nær én 7. klasse grundet manglende interesse (7. klasse idrætslinje).

### 6.2 Skoleåret 2016-2017 (indtil nov. 2016):

Planen er at afholde undervisning i de nye 7. klasser i skoleåret 2016-2017. Da skoleåret endnu ikke er udløbet, er rejseholdet ikke nået ud til alle de nye 7. klasser. Nedenstående tabel viser rejseholdets

aktiviteter indtil videre i dette skoleår. Tabellen viser rejseholdets opsøgende arbejde i form af kontakt til skoler, desuden antallet af skoler samt antallet af 7. klasser, hvor der indtil videre er afholdt undervisning.

**Tabel 5: Antal skoler kontaktet og besøgt i 1. halvår af skoleåret 2016-2017:**

Antal skoler kontaktet	20
Antal skoler besøgt	5
Antal 7. klasser hvor der er afholdt undervisning	13

3 skoler har ikke været interesseret i undervisning. Planen er at lave opfølgende undervisning i 8. klasser, for de elever som var 7. klasser i skoleåret 2015/16. Undervisningen påbegyndes i januar 2017.

### 6.3 Kommunikation om rejseholdets eksistens og kompetencer

Rejseholdet har selv udført det opsøgende arbejde til skoler i hele indsatsens periode indtil nov. 2016 og har ikke fået henvendelser fra skoler. Da rejseholdet ikke er blevet kontaktet af skolerne selv, kræver det at rejseholdet bruger flere ressourcer på det opsøgende arbejde.

## 7. Undervisningens metode og indhold

I undervisningen anvendes metoden: Aktiv Vurdering. Det er en sundhedsfremmende metode med dialogbaseret undervisning. Undervisningen leverer faktaviden, men der anvendes en lyttende tilgang i undervisningen for at involvere eleverne. Formålet er at fremme elevernes refleksion og handlekompetence og påvirke dem til sundere livsstil.

Undervisningen tager udgangspunkt i materiale fra Kræftens Bekæmpelse ang. rygning og dets konsekvenser. Undervisningen har hovedsagelig fokus på tobaksrygning, og inkluderer til dels undervisning i hashmisbrug. I 8. klasserne er målet en mere uddybende undervisning om hashmisbrug, og undervisningen har et mere samfundspræget fokus, inkl. konsekvenser for tobaksarbejdere og børnearbejdere.

Undervisningen i 7. klasse består dels af formidling af faktaviden om rygning og dets konsekvenser, dels af aktiviteter som inddrager eleverne og lægger op til refleksion igennem dialog imellem sundhedsplejerskerne og eleverne. Undervisningen og dialogen styrker desuden elevernes bevidsthed om at fravælge røg, fx i forbindelse med gruppepres, så eleverne bliver understøttet i deres ønske om en fremtid uden røg.

Klasselærere har deltaget i undervisningen i ca. 90 % af tilfældene.

### Undervisningen indhold

- Quiz i grupper om rygning og dets konsekvenser
- Faktaviden om rygning - korte film og billeder (fx rygelunger, tjæreglas)
- Fysiske aktiviteter bl.a. med scenarier om, hvad eleverne ville gøre i forbindelse med gruppepres og en sugerørsøvelse hvor de mærker på egne krop hvordan det er, at have rygelunger
- Faktaviden – økonomiske fordele ved ingen rygning
- Introduktion til det digitale rygestoptilbud XHALE (fra aug. 2016)
- Introduktion til åben Facebookprofil og lukket Facebookgruppe med hjælp til rygestop (fra aug. 2016)

Figur 3: Undervisningens indhold

## 8. Tilfredshed med undervisningen

I løbet af rejseholdets indsats er der efter hver undervisning foretaget spørgeskemaundersøgelse af elevernes tilfredshed og udbytte af rejseholdets undervisning i forhold til viden og refleksion. Følgende tabeller viser resultatet fra spørgeskemaundersøgelsen fra henholdsvis elever og klasselærere omkring deres tilfredshed med sundhedsplejerskernes kompetencer til at undervise i rygning og dets konsekvenser.

**Tabel 6: Elevers tilfredshed med undervisningen** (periode: aug. 2015-okt. 2016)

Elever som mener, rejseholdet var gode til at fortælle om rygningens konsekvenser	<b>96,6 %</b>
Elever som ikke mener, rejseholdet var gode til at fortælle om rygningens konsekvenser	0,5 %

**Tabel 7: Klasselæreres tilfredshed med undervisningen** (periode: aug. 2015-juni 2016)

Klasselærere der vurderer, at rejseholdets undervisning fangede eleverne	<b>100 %</b>
Klasselærere der mener, at rejseholdet var gode til at møde og se eleverne, der hvor de er	<b>100 %</b>

Spørgeskemaundersøgelsen tyder derfor på stor tilfredshed med rejseholdets undervisning både blandt elever og klasselærere. I fritekstbesvarelse fra klasselærernes evaluering fremhæves der fx om god fordeling mellem teori og praksis.



I fokusgruppelinterviewet udtrykte to elever, at det at få nye undervisere fungerede som en afveksling fra den normale undervisning og fangede elevernes opmærksomhed.

## 9. Viden om rygning og dets konsekvenser

Et af målene for indsatsen er, at eleverne opnår større viden om rygning og dets konsekvenser. Den følgende tabel viser, elevernes egen vurdering af deres tilegnelse af ny viden i undervisningen.

**Tabel 8: Ny viden hos elever** (periode: aug. 2015-okt. 2016)

Andel elever der mener, de har fået ny viden	<b>74,1 %</b>
Andel elever der mener, de ikke har fået ny viden	10 %

Spørgeskemaundersøgelsen viser, at en stor andel af eleverne har fået ny viden. Da rygning generelt er et omtalt emne i medier m.m., er det ikke usandsynligt, at en mindre del af eleverne tilkendegiver, at undervisningens indhold var dem bekendt.

## 10. Refleksion over egen sundhed

Et delmål i indsatsen er, at rejseholdets undervisning får eleverne til at reflektere over deres egen sundhed både under og efter undervisningen. Undervisningsmetoden Aktiv Vurdering skaber et godt udgangspunkt for at inddrage eleverne i undervisningen og få dem til at tale om rygning og dets skadevirkninger og uddybe deres tanker og holdninger om emnet. Følgende tabel angiver andelen af elever, der har fået lyst til at dele deres holdning omkring rygning med klassen.

**Tabel 9: Elevers motivation til at deltage i dialog om rygning** (periode aug. 2015-juni 2016)

Andel elever, der har lyst til at dele deres holdning med klassen	<b>43,6 %</b>
Andel elever, der er i tvivl om eller uenige i, at de har lyst til at dele deres holdning med klassen	56,4 %

De fleste elever svarede, at de var i tvivl om eller uenige i, at de havde lyst til at dele deres holdning med klassen. En mindre del af eleverne havde lyst til at dele deres holdning. Af spørgeskemaundersøgelsen af alle eleverne fremgår det derfor, at det i en vis grad er lykkedes at motivere eleverne til at deltage i undervisningen omkring rygning og dets konsekvenser.

## 10.1 Observation af undervisning

Ved observation af undervisningen blev det klart, at undervisningen i stor udtrækning var tilrettelagt, så den lagde op til, at eleverne deltog med deres holdninger og kommentarer. Sundhedsplejerskerne var gode til at lytte, engagere og involvere eleverne med øvelser og gruppearbejde. Det tydede på, at øvelserne vækkede elevernes interesse og fastholdt deres opmærksomhed igennem hele undervisningen. En del elever bidrog motiveret med relevante kommentarer, og det virkede som om, at undervisningen gjorde et indtryk på eleverne. Sundhedsplejerskerne fortæller selv, at der generelt kan være forskel på lydhørhed og engagementet i de forskellige klasser, hvilket til dels afhænger af kulturen i klassen. Sundhedsplejerskerne oplever dog, at eleverne oftest er aktive i undervisningen og deltager via dialog og bevægelser med kroppen.

## 10.2 Elevers tilbagemeldinger om undervisningen

I fokusgruppeinterviewet udtrykte flere interviewpersoner, at de forskellige øvelser i undervisningen tiltrak deres opmærksomhed og gjorde undervisningen spændende. Øvelserne fik dem til at tænke nærmere over rygningens konsekvenser. Ligeledes gjorde de viste billeder i undervisningen ang. rygningens konsekvenser også et indtryk på eleverne. Fx blev der vist billede og film af rygelunger kontra sunde lunger. Her følger nogle udsagn fra eleverne selv:

### **Elevers refleksioner omkring undervisningen**

*"Det er rart, at vi fik nogle forskellige øvelser at lave." (Dreng fra 7. klasse)*

*"Man får et indtryk af, hvordan folk de har det, når man ryger, for eksempel det med sugerøret, som vi skulle trække vejret igennem. Man får et indtryk af, hvordan de trækker vejret." (Pige fra 7. klasse)*

*"Altså det får en til at tænke lidt mere over det... Nej, jeg har ikke tænkt over det, at det ser så slemt ud." (Pige fra 7. klasse)*

*"Det bedste var nok, at vi lærte lidt om det, og hvad der kunne ske i virkeligheden." (Dreng fra 7. klasse)*

Kilde: fokusgruppeinterview af elever fra en 7. klasse

Figur 4: Elevers udtalelser om undervisningen

Det tyder derfor på, at rejseholdets undervisning satte nogle tanker i gang hos eleverne omkring rygning og dets konsekvenser. Faktaviden, dialog i klassen samt øvelserne gjorde dem opmærksom på, hvad der sker med kroppen, når man ryger og tydeliggjorde derved rygningens konsekvenser på en letforståelig måde.

## 11. Rygestoptilbud

### 11.1 Rejseholdets Facebookprofil og gruppe

Et af indsatsens mål er, at de unge får et målrettet rygestoptilbud. De unge bliver i undervisningen introduceret til en åben Facebookprofil og en lukket Facebookgruppe som hjælp til rygestop, samt introduktion til det digitale rygestoptilbud XHALE.

Som venner af den åbne Facebookprofil kan man tilmelde sig en lukket gruppe, hvor medlemmer modtager hjælp og rådgivning til rygestop af de to sundhedsplejersker.

I perioden fra aug. 2016 blev elevernes rygevaner ligeledes undersøgt i spørgeskemaundersøgelsen af eleverne efter undervisningen (antal respondenter: 61). Undersøgelsen viste, at der var en andel af daglige eller ugentlige rygere på 9,8 pct. En stor del ville gerne have hjælp til at holde op med at ryge.

## 12. Opsummering

Rejseholdet har besøgt størstedelen af Slagelse Kommunes 7. klasser, og undervisningen er derfor nået ud til langt de fleste i 7. klasse.

Undervisningen giver en betydelig del af eleverne (74,1 %) større viden om rygning og dets konsekvenser, og langt den overvejende del af eleverne er tilfredse med undervisningen (96,6 %). Alle klasselærere er fuldt ud tilfredse med undervisningen, hvilket gælder både sundhedsplejerskernes kompetencer til at undervise og undervisningens indhold.

Indholdet af rejseholdets undervisning samt metode giver som udgangspunkt god mulighed for dialog eleverne imellem samt refleksion. Sundhedsplejerskerne fortæller, at engagement og deltagelse generelt er stor hos størstedelen af eleverne i de besøgte 7. klasser. Det tyder på, at undervisningen gør indtryk på eleverne og i en vis udstrækning igangsætter en refleksion om rygningens konsekvenser, da 43,6 % af eleverne har været motiveret til at dele deres holdning omkring rygning med klassen.

Der kan med fordel arbejdes videre med, at finde frem til en effektiv metode der kan nå ud til de unge som gerne vil stoppe med at ryge i Slagelse kommune, det kan f.eks. være et tættere samarbejde med ungdomsuddannelserne.

## 13. Refleksioner og anbefalinger

### Kommunikation om rejseholdets eksistens og udbredelse af indsatsen

Det kunne være en fordel at arbejde på at skabe et samarbejde med Center for Uddannelse med henblik på at gøre undervisningen i rygeforebyggelse obligatorisk på skolerne. Et samarbejde med Center for

Uddannelse samt andre aktører som SSP kunne bidrage til at udbrede rejseholdets aktiviteter endnu mere. Det ville potentielt også kunne mindske rejseholdets opsøgende arbejde til skoler og dermed frigive mere tid til undervisning på skolerne.

### Rygestop tilbud

Det anbefales, at der fortsat arbejdes på at finde en metode, som kan få de unge til at tilmelde sig et rygestoptilbud. Man kunne med fordel overveje, hvordan man i højere grad kunne motivere unge rygere fra 7. og 8. klasse til at tilmelde sig XHALE. Evt. kunne man lade introduktionen til XHALE app fylde mere i undervisningen og bede eleverne downloade appen i undervisningen. Kræftens bekæmpelse anbefaler dog at XHALE appen kombineres med gruppeforløb, hvilke på nuværende tidspunkt ikke har været en mulighed pga. for få rygere i 7. klasse fordelt med stor geografisk spredning.

## 14. Afrunding

På baggrund af rejseholdets evne til at nå bredt ud til næsten alle kommunens 7. klasser og 8. klasser samt deres evne til at oplyse og sætte gang i elevernes refleksioner omkring tobaksrygning og hash, anbefales det at der fortsat tilbydes et rejsehold i rygeforebyggelse og rygestop af sundhedsplejen i Slagelse kommune. Det er dog vigtigt med en fortsat udvikling af rygestoptilbuddet, så det når ud til målgruppen, og at indgå forpligtende samarbejder med de samarbejdspartnere, vi ved der typisk har unge rygere, eller udfordringer med hash (erhvervsuddannelser, ungdomsuddannelser). I den forbindelse er det fordelagtigt at indgå et samarbejde med misbrugscentret for at forebygge brugen af hash.