

De beste manier om nicotinegehalte in sigaretten te verlagen

Lucas Maillette de Buy Wenniger

Het in één klap verlagen van de hoeveelheid nicotine in sigaretten is volgens Amerikaanse onderzoekers de beste aanpak om het nicotinegehalte van rookwaren beleidsmatig te verlagen.

In maart verkondigde de Amerikaanse FDA te werken aan regelgeving om het nicotinegehalte in alle in de Verenigde Staten verkochte sigaretten terug te brengen tot 0,4 mg nicotine per gram tabak, een niveau dat niet of nauwelijks meer tot verslaving leidt. De onderzoeksgroep uit onder andere Minnesota voerde een dubbelblinde, gerandomiseerde studie uit onder 1250 rokers om te onderzoeken of de overheid het nicotinegehalte beter stapsgewijs of juist in één keer kan verlagen ([JAMA. 2018;320:880-91](#)). De rokers die hadden gelooft voor de directe overgang naar sigaretten die maar 0,4 mg nicotine per gram tabak bevatten, hadden na 20 weken significant minder rookgerelateerde biomarkers in hun bloed dan de groep die sigaretten kreeg waarin het nicotinegehalte elke maand werd afgebouwd, tot ze in week 16 uiteindelijk ook een nicotinegehalte van 0,4 mg/g bevatten. De deelnemers die abrupt minder nicotine in hun sigaretten kregen, bleken na 20 weken gemiddeld minder sigaretten per dag te roken (15) dan de deelnemers bij wie het nicotinegehalte geleidelijk omlaag ging (20), hoewel het bij de eerste groep ook wel vaker om sigaretten buiten de verstrekte studiesigaretten ging. Deelnemers uit deze abrupte-overgangsgroep trokken zich ook vaker terug uit de studie (32% vs. 19%; $p < 0,005$) en hadden meer last van onttrekkingsverschijnselen, maar aan het einde van de studie scoorden ze wel ongeveer een punt lager op de 10-puntsschaal voor nicotineafhankelijkheid dan de groep die geleidelijk afbouwde. Volgens de auteurs is het in één keer verlagen van het nicotinegehalte in alle rookwaren dus de beste strategie. Initieel zullen mensen misschien meer sigaretten roken, maar omdat ook deze een laag nicotinegehalte bevatten, zal het voor rokers bijna onmogelijk zijn om dezelfde mate van nicotineverslaving in stand te houden.

Lucas Maillette de Buy Wenniger, ntvg.nl/C4056