

Stoppen met roken loont ook na infarct

Bèr Pleumeekers

Patiënten die blijven roken na een acuut coronair syndroom (ACS) hebben een beduidend hogere kans om hieraan te overlijden dan patiënten die stoppen. Als het lukt om te stoppen, zijn de overlevingskansen na vier jaar gelijk aan die van patiënten die nooit hebben gerookt.

In een Australisch cohortonderzoek werd aan bijna 10.000 patiënten – dertig dagen na een ACS – gevraagd of zij ooit hadden gerookt, inmiddels waren gestopt of nog steeds rookten. Van alle patiënten met een ACS had 29% nooit gerookt, 40% was ooit gestopt, 17% was na het infarct gestopt en 14% rookte nog steeds. Na een gemiddelde follow-up van vier jaar hadden patiënten die nog steeds rookten 80% meer kans om te overlijden dan patiënten die nooit hadden gerookt (HR 1,78; 95%-BI 1,36 tot 2,32; $p < 0,001$). De sterfte onder de patiënten die nooit hadden gerookt, was het laagst met 5,3% en het hoogst bij hen die bleven roken (12,1%). De overlevingskansen van recente en reeds lang gestopte rokers waren wel lager dan van patiënten die nooit hadden gerookt (respectievelijk 8,2% en 9,6%), maar het verschil tussen stoppers en patiënten die nooit hadden gerookt was statistisch niet significant. Opvallend is dat nog veel patiënten blijven roken als ze recent een ACS hebben dooremaakt, ondanks de ernst van de aandoening. Aangezien het risico om te overlijden bijna kan halveren bij degenen die er wel in slagen om te stoppen met roken, is hier een dankbare taak voor de huisarts en praktijkondersteuner weggelegd. ■

Van Braak M, et al. Workshop HAG ErasmusMC.

Yudi, MB et al. The prognostic significance of smoking cessation after acute coronary syndromes: an observational, multicentre study from the Melbourne interventional group registry. BMJ Open 2017;7:e016874.

Stomen helpt niet tegen verkoudheid

Bèr Pleumeekers

Stomen met hete, vochtige lucht om een eenvoudige verkoudheid te bestrijden, heeft geen aantoonbaar effect op het klinisch beeld of de subjectieve beleving van de klachten. Een recente Cochrane-review rekent af met het idee dat stomen verlichting geeft.

Deze Cochrane-review is een update van eerder verschenen reviews. De auteurs beschrijven zes onderzoeken met in totaal 387 patiënten die allemaal met een standaard vernevelapparaat werden behandeld of een placebobehandeling kregen. Het klinisch beeld liet in sommige onderzoeken een statistisch significante verbetering zien, maar in andere onderzoeken was dit effect niet aantoonbaar. Vanwege de matige kwaliteit van alle onderzoeken konden de auteurs hieruit geen definitieve conclusies trekken. De auteurs gingen ook na of de behandeling wel of niet had geholpen. Zij vonden daarbij evenmin een statistisch significant verschil tussen de patiënten die een placebobehandeling kregen en de patiënten die hadden gestoomd. Ernstige bijwerkingen werden niet gemeld.

De NHG-Standaard Acute rhinosinusitis geeft aan dat stomen bij verkoudheid de klachten kan verminderen. Dit advies is gebaseerd op een eerdere versie van deze Cochrane-review, maar de standaard houdt wel de nodige slagen om de arm gezien de matige kwaliteit van de onderzoeken en de tegenstellingen tussen de verschillende onderzoeken. De NHG-Standaard waarschuwt verder voor het optreden van ernstige brandwonden, zeker bij jonge kinderen. In de onderzoeken is echter steeds gebruikgemaakt van een speciale vernevelaar met waterdamp van maximaal 43 graden, dus daarbij is het risico op verbranding minder hoog. Stomen met warme, vochtige lucht helpt niet bij de bestrijding van klachten van een eenvoudige verkoudheid. Sommige patiënten geven aan er toch baat bij te hebben, voor hen is het waarschijnlijk een onschuldige doch onbewezen placebobehandeling. ■

Singh M, et al. Heated, humidified air for the common cold. Cochrane Database Syst Rev 2017;8:CD001728.



Stomen met warme, vochtige lucht helpt niet bij de bestrijding van klachten van een eenvoudige verkoudheid.

Foto: Gettyimages