

ΘΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΘΕΣΕΙΣ

ΟΜΑΔΙΚΗ – ΑΤΟΜΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

ΟΜΑΔΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

- Τεχνικές συμπεριφοράς
- Αμοιβαία κατανόηση
- Παροχή αλληλοβοήθειας
- COST EFFECTIVE

- Διαταραχές συμπεριφοράς
- Αδυναμία επικοινωνίας με την ομάδα
- Αδυναμία παρουσίας λόγω υποχρεώσεων
- Αίσθημα ντροπής παρουσία άλλων

- 2 οι υπεύθυνοι
- 2 οι προσεγγίσεις
ο “διδασκτικός” και αυτός με την ανάληψη
ρόλων

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΤΩΝ ΣΥΝΕΔΡΙΩΝ

- 1 εβδομάδα πριν την ημερ/νια διακοπής
- 2 ώρες
- Γνωριμία των μελών, παροχή πληροφοριών
- Καθορισμός ημερ/νιας διακοπής
- Επεξήγηση του συνδρόμου στέρησης
- Υπολογισμός του βαθμού εξάρτησης
- Υπολογισμός του εκπνεόμενου CO

2^η ΣΥΝΕΔΡΙΑ

- 1 ημέρα μετά την ημερ/νία διακοπής
- 1.5-2.0 ώρες
- Επεξήγηση της σημασίας της πλήρους διακοπής
- Συζήτηση της φαρμακευτικής αγωγής
- Εργασία κατά δυάδες
- Υπολογισμός του εκπνεόμενου CO

ΕΠΟΜΕΝΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΕΣ

- 5-12 φορές έπειτα από την ημερ/νια διακοπής
- 1-1.5 ώρα
- Συζήτηση για την προηγούμενη περίοδο
- Έλεγχος φαρμακευτικής αγωγής
- Έλεγχος συμπτωμάτων στέρησης
- Συζήτηση των στόχων για την επόμενη περίοδο
- Υπολογισμός του εκπνεόμενου CO

ΤΕΛΙΚΗ ΣΥΝΕΔΡΙΑ

- 10-12 εβδομάδες μετά την ημερ/νια διακοπής
- 2 ώρες
- Συζήτηση για την πιθανότητα υποτροπής
- Συμβουλές για την αντιμετώπιση δύσκολων καταστάσεων
- Συζήτηση για συνεχιζόμενη αλληλοβοήθεια μεταξύ των μελών

ΜΕΛΕΤΕΣ

- Moller, Tonessen. 1999
- Stead LF, Lancaster T. Cochrane Database Syst Rev 2002, 2003, 2009

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Η ομαδική θεραπεία είναι σαφώς πιο αποτελεσματική από τη μη παρέμβαση
- Δεν υπάρχουν ενδείξεις ότι η ομαδική θεραπεία είναι περισσότερο αποτελεσματική από την ατομική θεραπεία ίδιας έντασης

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Υπάρχουν περιορισμένες ενδείξεις ότι η προσθήκη ομαδικής θεραπείας σε άλλες μορφές θεραπείας όπως η παροχή συμβουλών από επαγγελματία υγείας ή η χρήση NRT προσφέρει πρόσθετο κέρδος
- Δεν υπάρχουν ενδείξεις που να υποστηρίζουν τη χρήση κάποιων ιδιαίτερων ψυχολογικών στοιχείων σε ένα πρόγραμμα ομαδικής θεραπείας πέραν των συνηθισμένων τεχνικών συμπεριφοράς που αναπτύσσονται στην συνεδρία

ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ - ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ

ΕΞΑΡΤΗΣΗ

- Το κάπνισμα είναι η πιο διαδεδομένη εξάρτηση και η νικοτίνη η πιο διαδεδομένη εξαρτησιογόνος ουσία
- $\alpha 4\beta 2$ ακετυλοχολινεργικούς υποδοχείς



ντοπαμίνη



αίσθημα ανταμοιβής και ευχαρίστησης

- Η νικοτίνη αυξάνει τον αριθμό των υποδοχέων —————> **σύνδρομο στέρησης**
- Επαγωγή από εξωγενείς κοινωνικοοικονομικούς παράγοντες
- Ειδικό στοματοφαρυγγικό υποδοχείς
Rose et al Pharmacol Biochem Behav 2000

ΜΕΛΕΤΕΣ

- Silagy 2004 Cochrane Database Syst Rev (NRT)
- Herrera 1995 Chest (NRT)
- Paoletti 1996 Eur Resp J (NRT)
- Jimenez-Ruiz 2002 Respiration (NRT)
- Hughes JR 2007 Cochrane Database Syst Rev (ZYBAN)
- Piper ME 2007 Nicotine Tob Res (ZYBAN)
- Cahill K 2007 Cochrane Database Syst Rev (CHAMPIX)
- Fagerstrom 2007 SRNT (CHAMPIX)
- Gonzales 2007 SNRT (CHAMPIX)

ΜΕΛΕΤΕΣ

- Ashish M 2005 Medscape G.M.
- Wu P 2006 BMC Public Health
- Walter W 2008 Can Fam Physician
- J Taylor H 2009 Mayo Clinic
- Gonzales 2007 SNRT

- Ισχυρότατες ενδείξεις για τη χρήση φαρμάκων
- Η μη χρήση τους θεωρείται ως κακή παροχή υγείας
- Από το 1990
- Αντιμετώπιση του σ. στέρησης

NRT

- Τσίχλες 2-4mg, Γεύση μέντας, 1 τσίχλα / ώρα.
Προκαλούν εξάρτηση
- Patch 5-10-15mg, Το πιο ασφαλές, Καλή συμμόρφωση
- Nasal spray Το ταχύτερο δρων, 1-2 δόσεις/ώρα.
Ερεθισμό μύτης και οφθαλμών στο 90%
- Inhaler 10mg, Δεν παρέχει υψηλά επίπεδα νικοτίνης, Αρέσει η συσκευή
- Υπογλώσσια δισκία 2mg, 6-30 δισκία, 12 εβδομάδες
- Lozenge 1-2-4mg, Υποκατάστατο του 1^{ου} τσιγάρου

BUPROPION

- Άγνωστος τρόπος δράσης
- Μειώνει τον καταβολισμό και την επαναπρόσληψη ντοπαμίνης από τους νευρώνες
- Κάποιες ανεπιθύμητες δράσεις και κάποιες αντενδείξεις
- ΠΟΛΥ ΚΑΛΟ ΦΑΡΜΑΚΟ

VARENICLINE

- Αγωνιστής και ανταγωνιστής των νικοτινικών υποδοχέων → μείωση στερητικών και έλεγχος της επιθυμίας για νικοτίνη
- Το πιο αποτελεσματικό
- Ασφαλές προφίλ
- *Varenicline vs NRT*

ΕΜΒΟΛΙΟ

- Υπό κατασκευήν !
- Φαση I και II
- Δημιουργία αντισωμάτων έναντι νικοτίνης, δέσμευσή τους με αυτήν



αδυναμία διέλευσης από τον αιματοεγκεφαλικό φραγμό

ΜΕΙΩΣΗ – ΠΛΗΡΗΣ
ΔΙΑΚΟΠΗ

- Αίσθημα μετάνοιας
- Συνεχή εσωτερική πάλη που του προκαλεί άγχος και ένταση → κάπνισμα
- Οι καπνοβιομηχανίες το γνωρίζουν → διαφημίσεις με τα “light” τσιγάρα με τα ωραία πρόσωπα και....πόδια
- Υιοθέτηση διαφόρων πιστεύω από τους καπνιστές για τυχόν οφέλη από αυτό που τους καταδυναστεύει (ελάττωση του βάρους, μείωση του άγχους κ.λ.π.)

ΤΟ ΠΙΟ ΣΟΒΑΡΟ ΚΙΝΗΤΡΟ

- Ο εθισμός στην νικοτίνη μπορεί να παραμένει αξεπέραστος
- Τα ποσοστά διακοπής σε κάποιες κατηγορίες καπνιστών παραμένουν χαμηλά παρόλα τα μέσα που έχουμε σήμερα
- Για αυτούς τους καπνιστές η διακοπή αποτυγχάνει και ο αριθμός των τσιγάρων παραμένει ο ίδιος



άλλες στρατηγικές προσέγγισης


ΧΡΗΣΗ NRT ΣΕ ΧΡΟΝΙΚΕΣ
ΠΕΡΙΟΔΟΥΣ ΠΡΟΣΩΡΙΝΗΣ
ΑΠΟΧΗΣ

ΧΡΗΣΗ NRT ΩΣ ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΤΗΝ
ΠΡΟΣΠΑΘΕΙΑ ΜΕΙΩΣΗΣ ΤΟΥ
ΑΡΙΘΜΟΥ ΤΩΝ ΤΣΙΓΑΡΩΝ

ΠΡΟΣΩΡΙΝΗ ΑΠΟΧΗ

- Υποχρεωτική
 - Εθελοντική
- Σύνδρομο στέρησης → διαλείμματα για τσιγάρα, που είναι πολύ περισσότερα από το συνηθισμένο
- Η λήψη NRT μετριάζει τα στερητικά και βοηθά στην αντιμετώπιση καταστάσεων που εκλαμβάνονται από τον καπνιστή ως υποχρεωτικές ή εθελοντικές (π.χ. βάρδια εργασίας, μέσα μεταφοράς)

ΜΕΙΩΣΗ ΤΩΝ ΤΣΙΓΑΡΩΝ

- Μειώνει και δεν διακόπτει τελείως
- Λήψη NRT και αύξηση έτσι των επιπέδων νικοτίνης 

Chris Bolliger BMJ 2000

David Moore BMJ 2009

- **ΑΛΛΑ** τα NRT θεωρητικά **δεν** χορηγούνται μαζί με τα τσιγάρα

ΟΠΟΤΕ ΤΙ ΚΑΝΟΥΜΕ???

ΑΛΛΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ ΤΟΒΑССΟ

- SNUS
- Παροχή νικοτίνης
- Λιγότερο βλαβερά
- Χαμηλότερο κόστος
- Ποικιλία γεύσεων και αρωμάτων
- Ποικιλία συσκευασιών
- ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΕΛΚΥΣΤΙΚΑ

- Τελικά θα λέμε στους καπνιστές να συνεχίζουν να καπνίζουν???
- Απώλεια ίσως του σημαντικότερου κινήτρου για την διακοπή. Αυτό δεν επιθυμούν οι καπνοβιομηχανίες?
- Ο καπνιστής θα συνεχίσει να νιώθει στιγματισμένος, δεν θα έχει αυτοέλεγχο, η εσωτερική πάλη θα κρατά καλά.....

ΗΘΙΚΟ ΘΕΜΑ

- Koslowski Tob Control 2001

Koslowski Tob Control (in press)

“Ανθρώπινα δικαιώματα των καπνιστών, περιορισμός του ρόλου της κοινότητας που προσπαθεί να λύσει το πρόβλημα χωρίς τη γνώμη των άμεσα ενδιαφερομένων, λήψη δράσης από τους ίδιους τους καπνιστές που θα έχουν δικαίωμα στην επιλογή κάποιας στρατηγικής”

Η ΕΠΙΛΟΓΗ ΕΙΝΑΙ ΔΙΚΗ ΣΑΣ