

Lekarz wobec pacjenta palącego tytoń?




KONSEKWENCJE PALENIA PAPIEROSÓW

- ▶ co 10 zgon na świecie
- ▶ co 100 zgon na świecie jest efektem biernego palenia

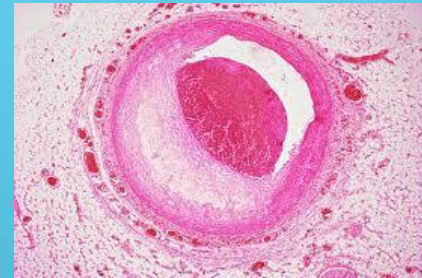
- ▶ W Polsce pali ok. 9 mln osób

Palenie tytoniu jest czynnikiem ryzyka rozwoju nowotworów:

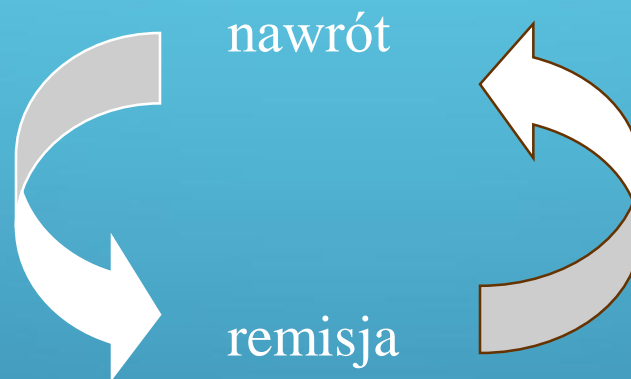
- płuc
 - krtani
 - gardła
 - przełyku
 - jamy ustnej
 - trzustki
 - żołądka
 - pęcherza moczowego
 - miedniczek nerkowych
 - mięszu nerek
 - nosa
 - wargi
 - wątroby
- 

CHOROBY NIENOWOTWOROWE SPOWODOWANE PRZEZ PALENIE TYTONIU

- miażdżyca
- POCHP
- osteoporoza
- zaburzenia płodności
 - ▶ AMD
 - ▶ infekcje

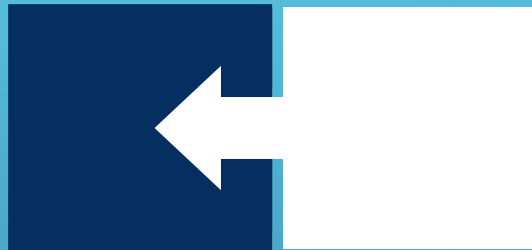


Palenie tytoniu jest chorobą przewlekłą

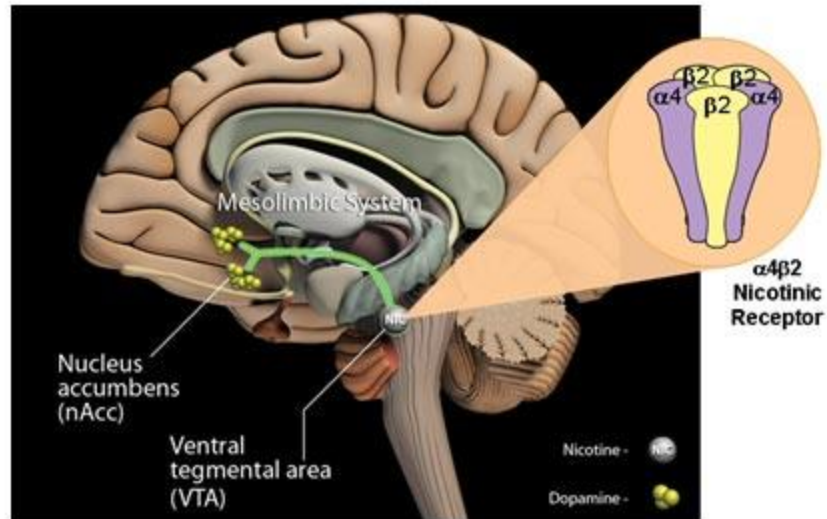


UZALEŻNIENIE OD NIKOTYNY

oddziaływanie farmakologiczne



uwarunkowania behawioralne




- Nicotine binds predominantly to nicotinic acetylcholine (nACh) receptors in the CNS; the primary is the $\alpha 4 \beta 2$ nicotinic receptor in the Ventral Tegmental Area (VTA)
- After nicotine binds to the $\alpha 4 \beta 2$ nicotinic receptor in the VTA, it results in a release of dopamine in the Nucleus Accumbens (nAcc) which is linked to reward

NAJSKUTECZNIEJSZA METODĄ POMOCY PALACZOM W WALCE Z NAŁOGIEM

JEST POŁĄCZENIE FARMAKOTERAPII Z PORADĄ I WSPARCIEM
BEHAWIORALNYM.

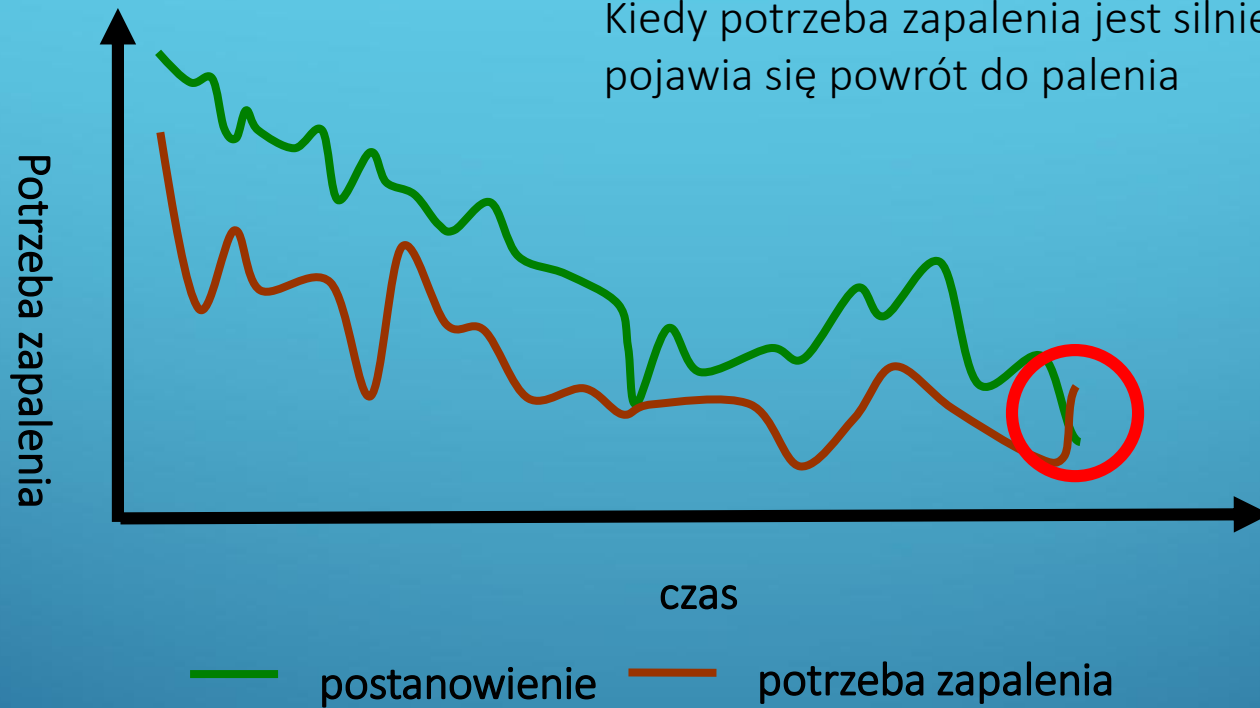
Coleman T. / BMJ Books, 2004

GŁÓWNA MOTYWACJA DO ZAPRZESTANIA PALENIA TO STAN ZDROWIA

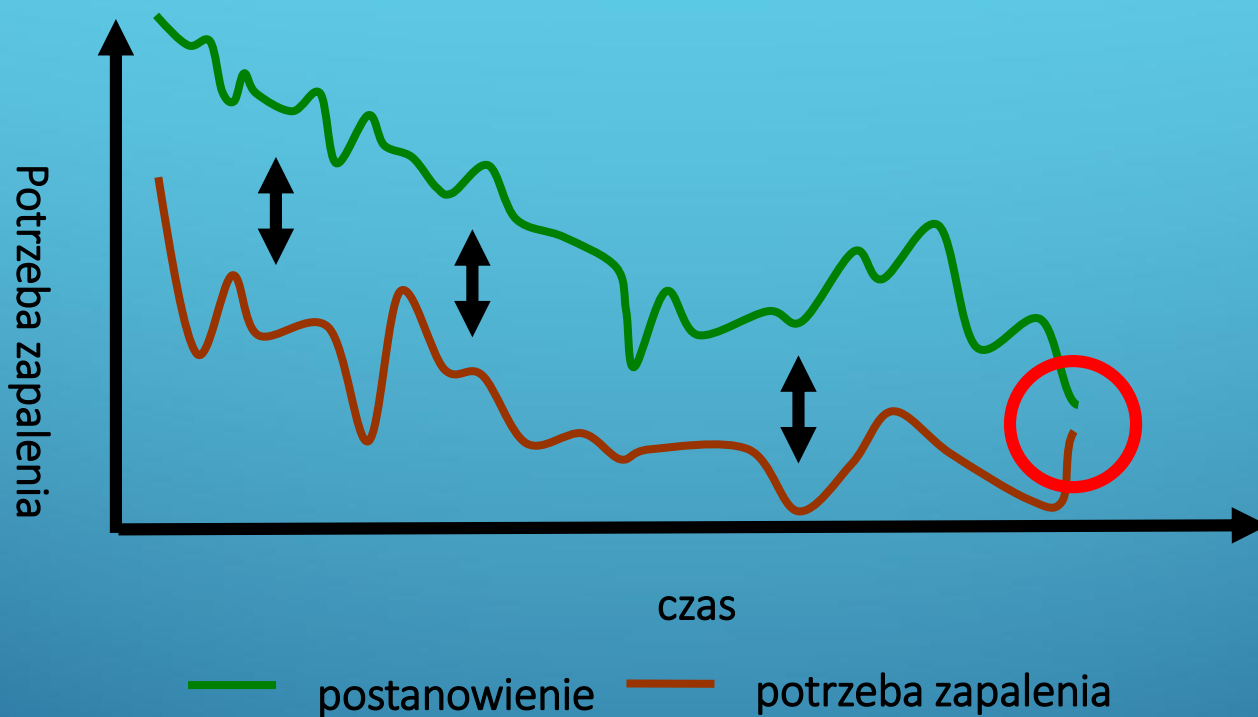
- ▶ choroba odtytoniowa
 - ▶ choroba w stadium bezobjawowym (spirometria)
 - ▶ ryzyko rozwoju choroby/zgonu (SCORE2)
- 

POTRZEBA ZAPALENIA I POSTANOWIENIE RZUCENIA NA PRZESTRZENI CZASU


Kiedy potrzeba zapalenia jest silniejsza niż postanowienie
pojawia się powrót do palenia



CELEM LECZENIA JEST UTRZYMANIE TYCH LINII JAK
NAJDALEJ OD SIEBIE



Farmakoterapia:

- nikotyna
 - chlorowodorek bupropionu
 - wardeniklina
 - cytyzyna
- 

Mechanizm działania leków:


- nikotynowa terapia zastępcza – redukuje objawy zespołu abstynencyjnego
- bupropion – inhibitor zwrotnego wychwytu dopaminy i noradrenaliny
- wareniklina, cytyzyna – częściowy agonista nikotynowego receptora acetylocholiny $\alpha 4 \beta 2$

TEST FAGERSTRÖMA


(stopień uzależnienia od nikotyny)

Pytania	Odpowiedzi	Punkty
1. Kiedy po przebudzeniu zapalasz pierwszego papierosa?	do 5 min	3
	po 6–30 min	2
	po 31–60 min	1
	po 60 min	0
2. Czy powstrzymanie się od palenia w miejscach, gdzie palić nie wolno, jest dla Ciebie problemem?	tak	1
	nie	0
3. Z którego papierosa najtrudniej Ci zrezygnować?	z pierwszego rano	1
	z każdego innego	0
4. Ile papierosów wypalasz dziennie?	≤10	0
	11–20	1
	21–30	2
	≥31	3
5. Czy rano palisz więcej papierosów niż w ciągu dnia?	tak	1
	nie	0
6. Czy nie możesz się powstrzymać od palenia nawet podczas choroby, gdy musisz leżeć w łóżku?	tak	1
	nie	0

NIKOTYNOWA TERAPIA ZASTĘPCZA - FORMY

- gumy
 - plastry
 - tabletki
 - inhalator
 - rozpylacz do nosa
- 

NIKOTYNOWA TERAPIA ZASTĘPCZA – DZIAŁANIA UBOCZNE

- gumy - dyspepsja
- bolesność jamy ustnej
 - tabletki - nudności
- zaburzenia snu
 - plastry - podrażnienie skóry
- zaburzenia snu
- 


CHLOROWODOREK BUPROPIONU

TABLETKI O POWOLNYM UWALNIANIU PO 150MG




CHLOROWODOREK BUPROPIONU

DZIAŁANIA UBOCZNE:

- ▶ zaburzenia snu
 - ▶ suchość w jamie ustnej
- 

CHLOROWODOREK BUPROPIONU

PRZECIWWSKAZANIA:

- ▶ padaczka
 - ▶ anoreksja/ bulimia
- 

WARENIKLINA


TABLETKI 0,5 MG

1,0 MG



WARENIKLINA

- ▶ Działania uboczne

- zaburzenia snu
 - suchość w jamie ustnej
- 

WARENIKLINA

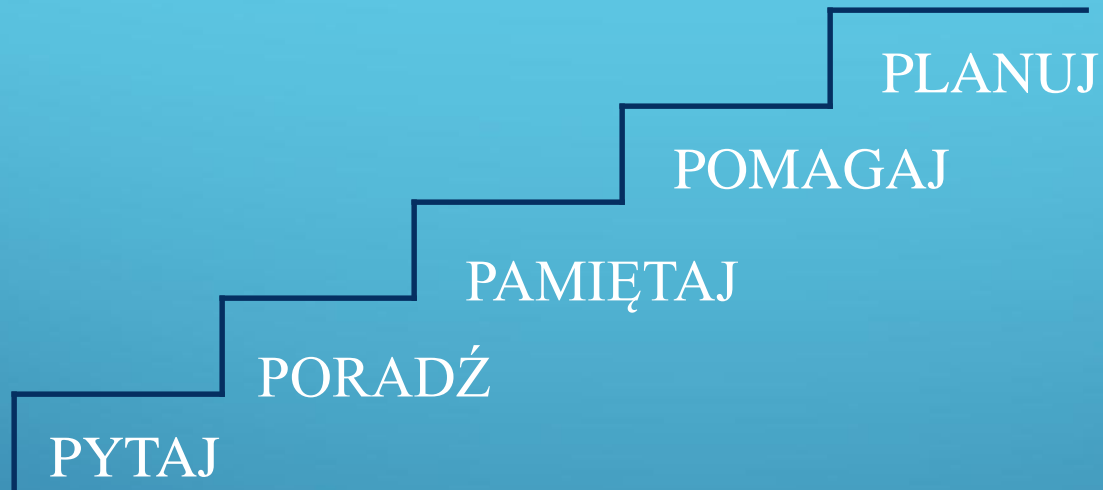
PRZECIWWSKAZANIA - ZAAWANSOWANA PCHN



Minimalna interwencja antynikotynowa to krótkie, kilkuminutowe działanie, podejmowane w trakcie wizyty lekarskiej, polegające na identyfikacji pacjenta palącego tytoń i udzieleniu mu fachowej pomocy w zerwaniu z nałogiem.

W prowadzeniu minimalnej interwencji antynikotynowej przydatna jest zasada 5xP.

Zasada 5 x P




PYTAJ

podczas każdej wizyty lekarz musi wiedzieć czy pacjent pali czy nie



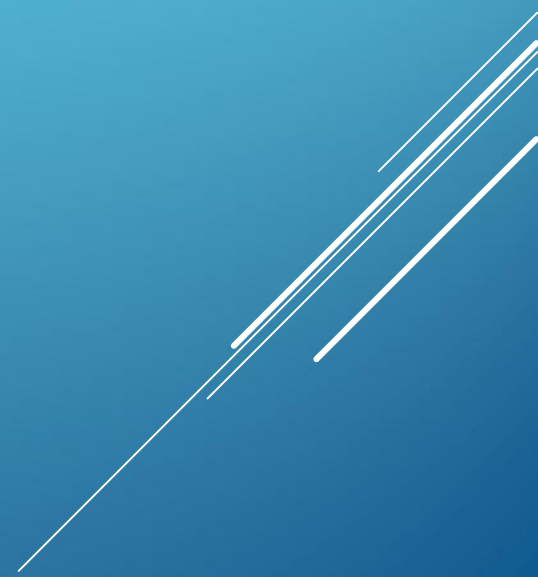
PORADŹ

każdy palacz powinien otrzymać poradę zaprzestania palenia
dostosowaną do jego sytuacji zdrowotnej, rodzinnej, materialnej



PAMIĘTAJ

aby określić gotowość pacjenta do zaprzestania palenia



POMAGAJ PACJENTOWI ZAPRZESTAĆ PALENIA

- ▶ data zaprzestania palenia
- ▶ dotychczasowe doświadczenia w zaprzestaniu palenia
- ▶ rozmowa z rodziną, kolegami, znajomymi
- ▶ omówienie trudności w powstrzymaniu się od palenia
- ▶ usunięcie papierosów z otoczenia
- ▶ zalecenia dietetyczne
- ▶ ograniczenie lub zaprzestanie spożywania alkoholu
- ▶ włączenie leków

Planuj wizyty kontrolne

- podkreśl słuszność decyzji o zaprzestaniu palenia
 - wskaż korzyści wynikające z abstynencji
 - pomóż rozwiązać problemy wynikające z zaprzestania palenia
- 