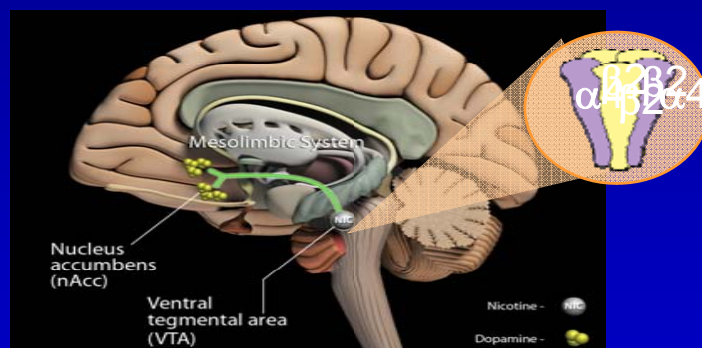


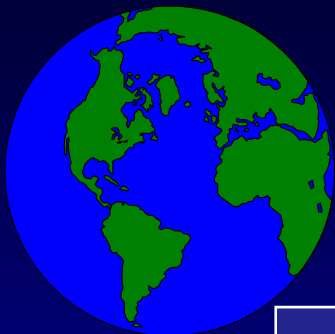
LIEČBA TABAKOVEJ ZÁVISLOSTI AKO AKTUÁLNY A SILNÝ FAKTOR PREVENČIE OCHORENÍ

ODPORÚČANÝ POSTUP PRE VŠEOBECNÝCH LEKÁROV



Elena Kavcová

Klinika TaPCH, UK JLF a MFN, Martin



WHO:

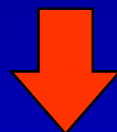
Vo svete fajčí 1,6 miliardy ľudí



Svetová fajčiarska pandémia



zdravie



ekonomika

zomiera ročne 4,5 milióna osôb

RÁMCOVÝ DOHOVOR NA KONTROLU TABAKU

**FAJČENIE: VEDÚCA PRÍČINA OCHORENÍ A ÚMRTÍ,
KTORÝM SA DÁ PREDCHÁDZAŤ**

FAJČENIE ZABÍJA

**Dlhoroční ťažkí fajčiari
strácajú priemerne**

14 rokov života



F zomierajú mladší!

**Rakovina pľúc
CHOCHP
Ischemická choroba srdca**

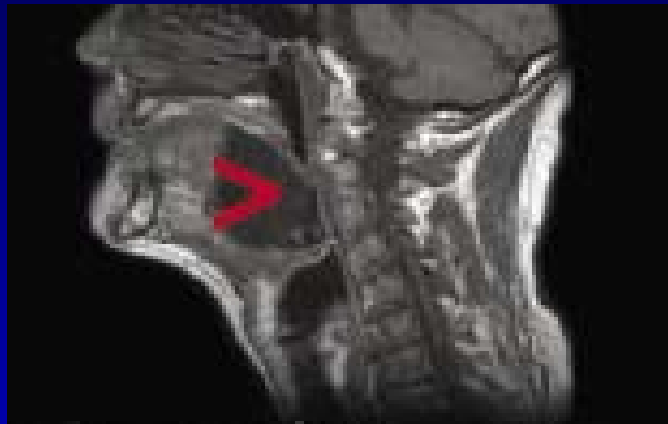
**Riziko akútnej cievnej príhody je približne
o 50% väčšie u F ako u N**



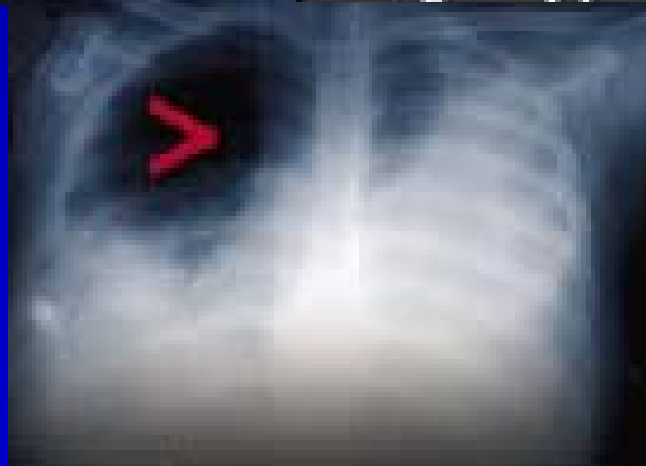
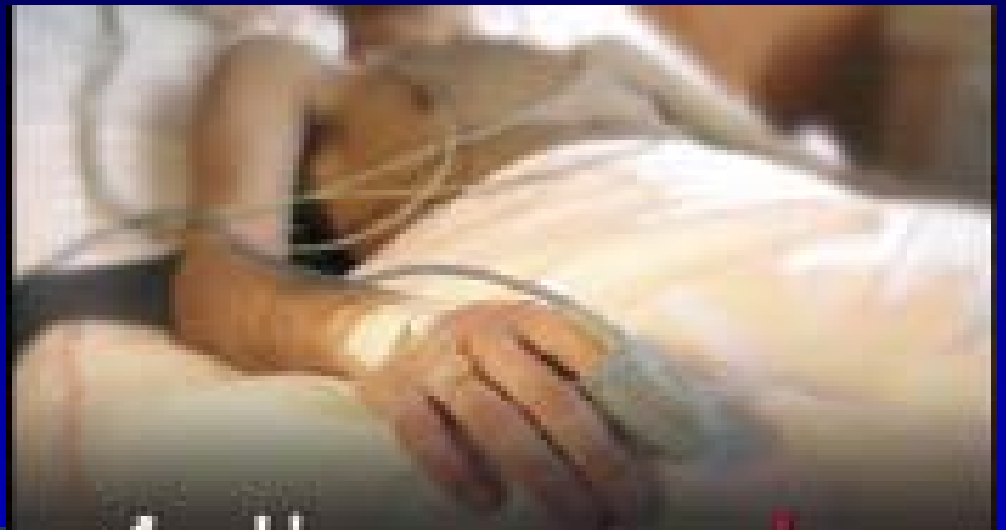
**Fajčenie upcháva artérie:
ICHS, infarkt myokardu,
NCMP, ischemie DK**



Dym z cigarety obsahuje
benzén, nitrozamíny, formaldehyd, kyanovodík.....

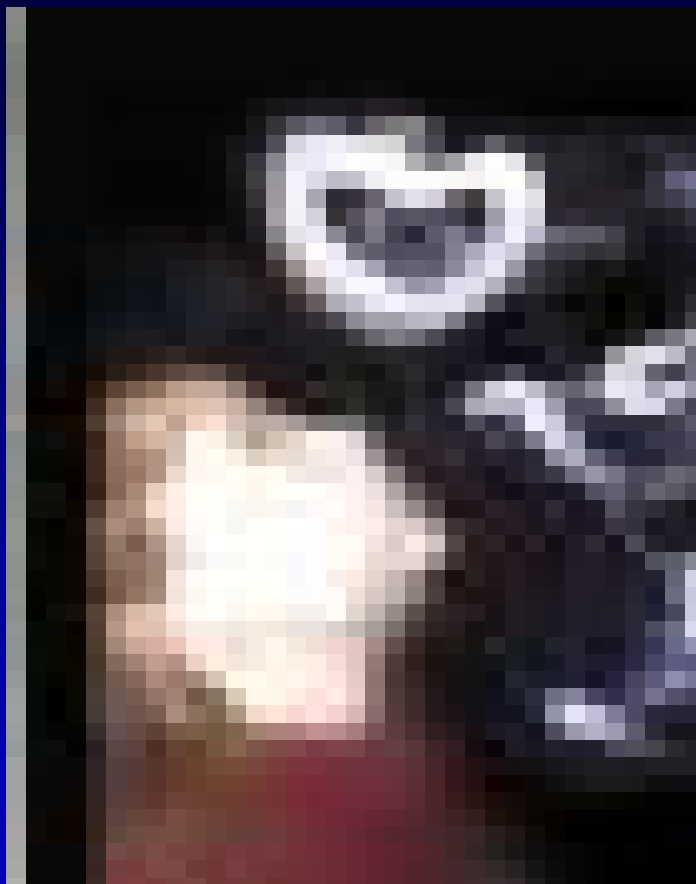
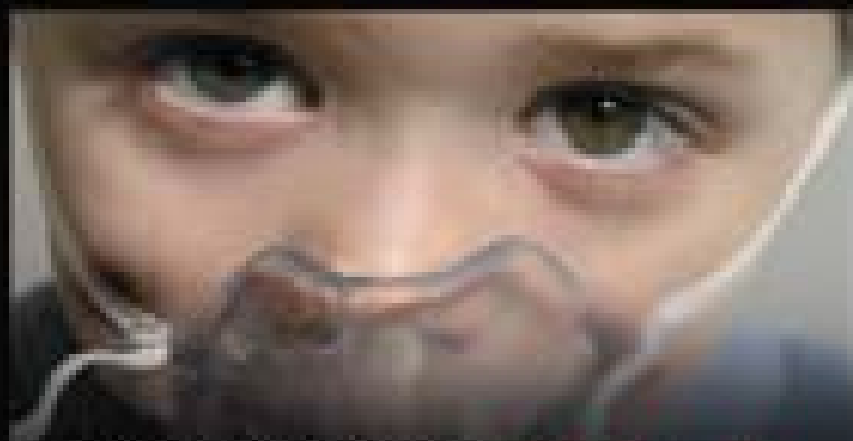


Fajčenie môže zapríčiniť pomalú a bolestivú smrť





**Fajčenie
zapríčiňuje
smrteľné ochorenie
pľúc**

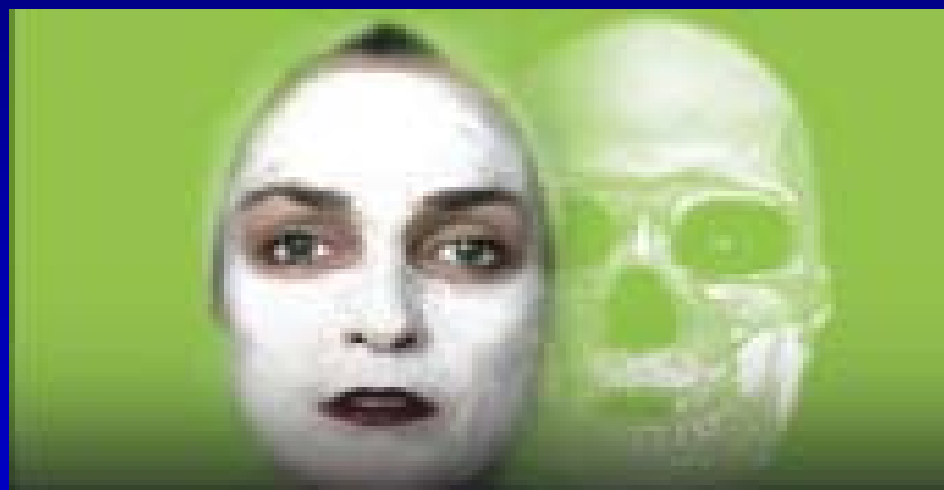


CHRÁŇ DETI

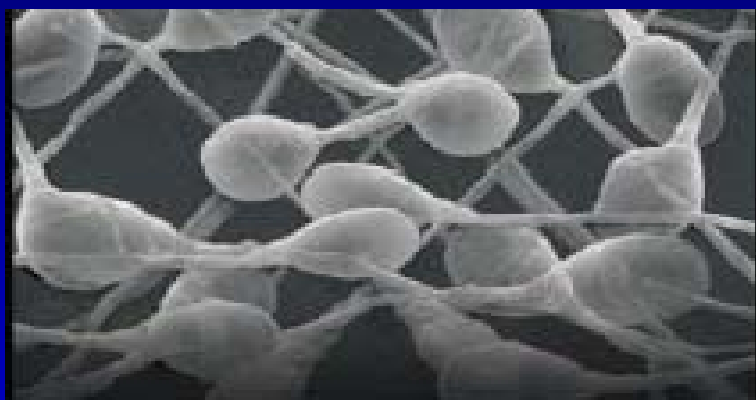
Nenechaj ich dýchať tvoj dym!

Fajčenie zapríčiňuje

včasnejšie starnutie kože



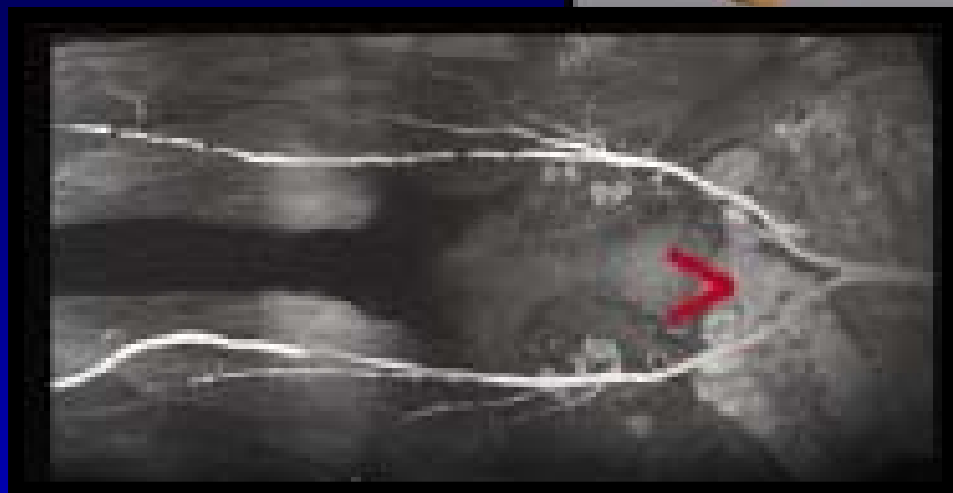
Fajčenie
môže poškodiť spermie
a znížiť plodnosť



**Riziko
ischemickej
choroby srdca
je redukované
o 50%
po 1 roku
zanechania
fajčenia !**



**Zanechaním fajčenia
znižuješ riziko
smrteľného ochorenia
srdca a pľúc**



Fajčenie

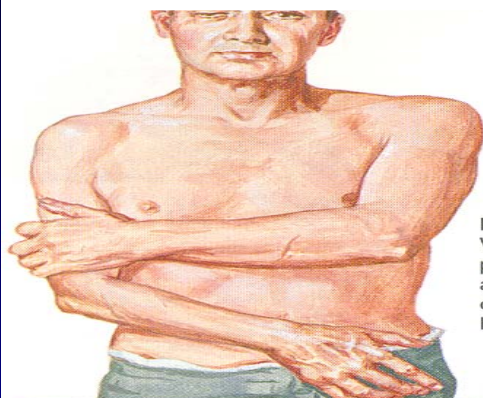
môže znížiť prietok krvi a zapríčiniť
impotenciu



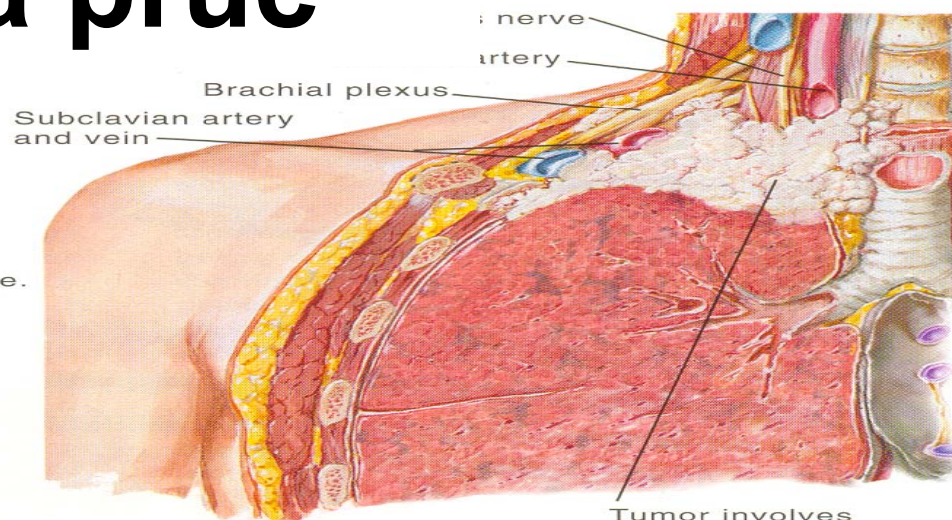
**Fajčenie počas tehotenstva
poškodzuje dieťa**



Rakovina pľúc



Horner syndrome. Wasting, pain, paresthesias, and paresis of arm and hand



Tumor involves



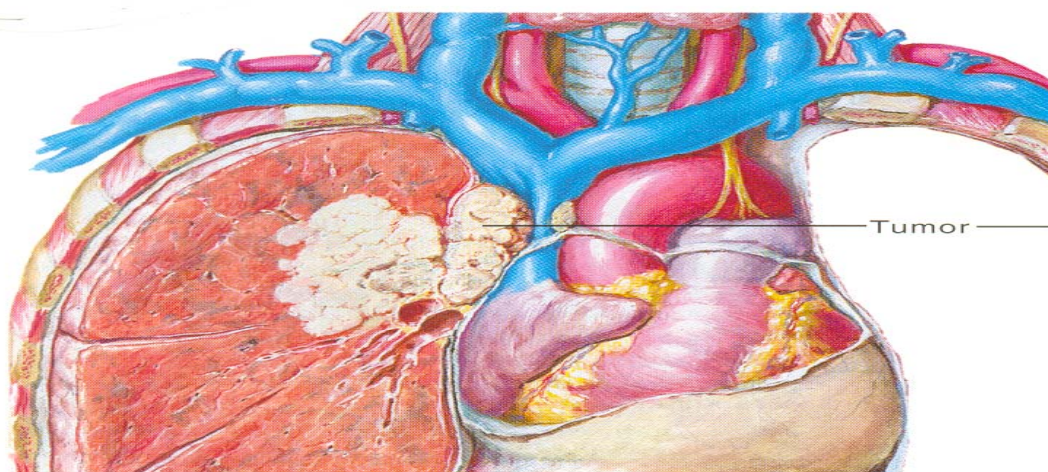
MRI. Tumor involves superior sulcus

**PREŽITIE 5 A VIAC ROKOV OD Dg:
9-14% PACIENTOV**

cava syndrome



Edema and rubor



Tumor



Radiograph. Tumor causes superior vena cava syndrome

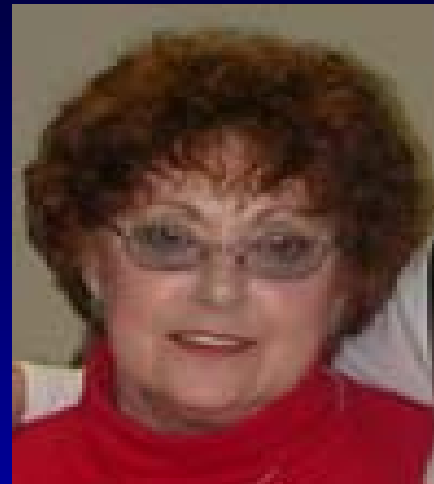
Tváre CHOCHP-2004

DDOT



[www.br-online.de/umwelt-gesundheit/
thema/copd/behandlungen.shtml](http://www.br-online.de/umwelt-gesundheit/thema/copd/behandlungen.shtml)

Viac žien



[www.weku.fm/sp/ DiseasesCOPD.htm](http://www.weku.fm/sp/DiseasesCOPD.htm)

**Viac
mladších**

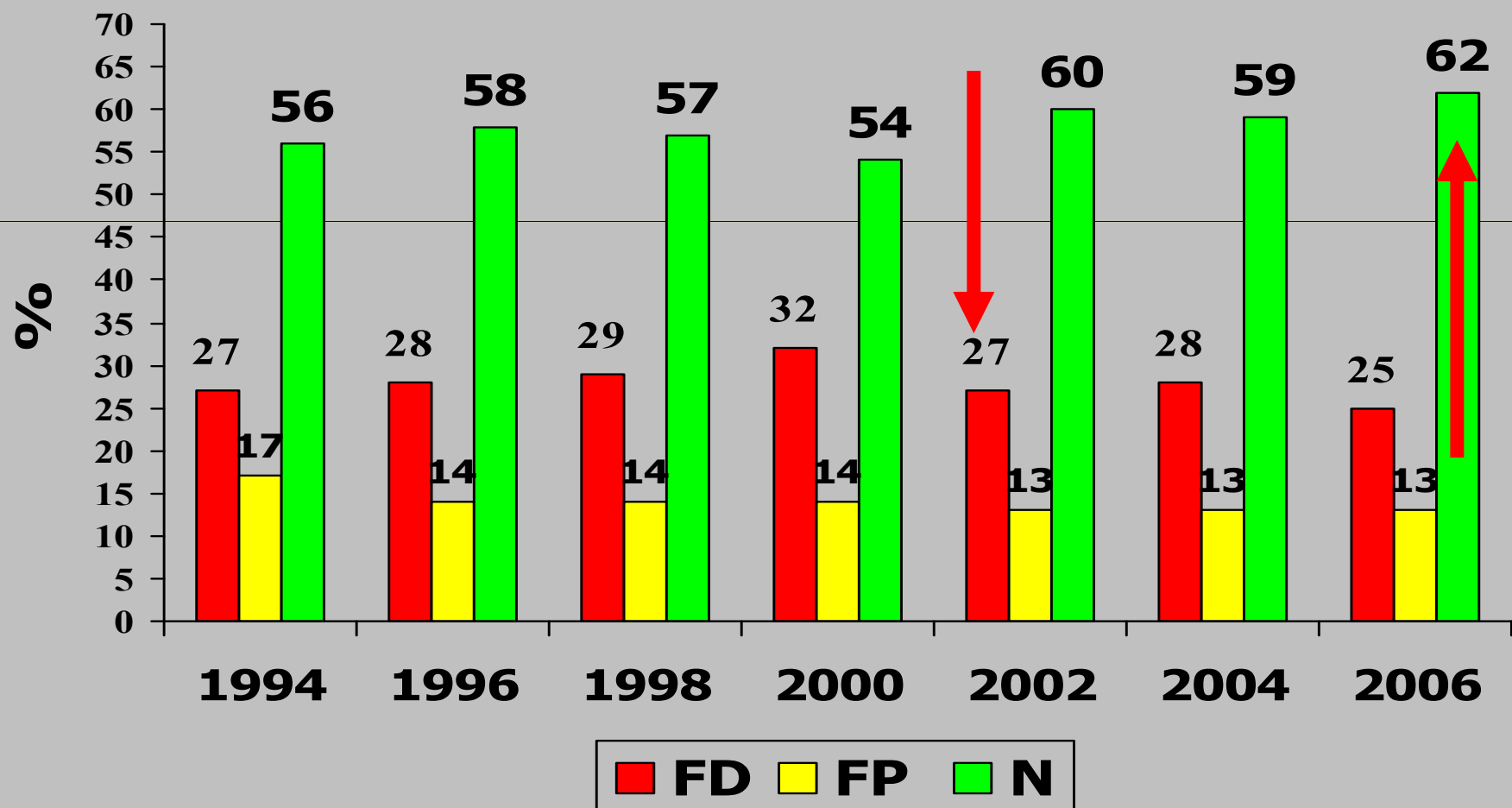


[www.umm.edu/thoracic/ lvrs_success.html](http://www.umm.edu/thoracic/lvrs_success.html)



[www.mc.vanderbilt.edu/ reporter/?ID=457](http://www.mc.vanderbilt.edu/reporter/?ID=457)

PREVALENCIA FAJČENIA V SR



A
d
o
l
e
s
c
e
n
c
i
a

D
o
s
p
e
l
o
s
ť

PERMISÍVNE

Reklama

Inzercia

Dostupnosť cigariet

Tlak spolužiakov,
kamarátov, rodiny

Ceny cigariet

Negatívne príklady

Fajčiari v rodine

Fajčiari kamaráti

Pracovné prostredie

Psycholog. a soc. f.

Farmakologický
účinek nikotínu

NEFAJČIAR

Rozmýšľanie o fajčení

Experimentovanie

Pravidelný fajčiar

Závislý fajčiar

AVERZÍVNE

Kontrareklama

Legislatívne opatrenia:

- predaj cig. mladistvým
- fajčenie na pracoviskách
- verejných priestoroch
- školách

Masmédiá

Edukáčne programy

Ochrana nefajčiarov, detí

N e f a j č i a r

Reštrinkčné opatrenia

Programy a poradne pre
odvykanie od fajčenia

Krátko trvajúci úspech

A k c i a

self-help + poradne

Dlhotrvajúci úspech

Uvažovanie

ČO JE NIKOTÍN?



- **Prírodný alkaloid, psychoaktívna látka v rastline tabaku, v dyme (chráni pred hmyzom)**
- **Podobná štruktúra ako acetylcholín², viaže sa na nACH receptory v mozgu³**
- **Nikotín ľahko prechádza cez hematoencefalickú bariéru
-už po jednom vdýchnutí cig. dymu, ovplyvňuje mnohé biologické funkcie³**
- **Nikotín spĺňa štandardné kritériá definície drogy:**

WHO: Droga - akákoľvek látka, ktorá, ak je vpravená do živého organizmu, môže pozmeniť jednu alebo viac funkcií

1. Steppuhn A. Nicotine's defensive function in nature. Biol. 2004; 2: E217. Epub 2004 Aug 17.

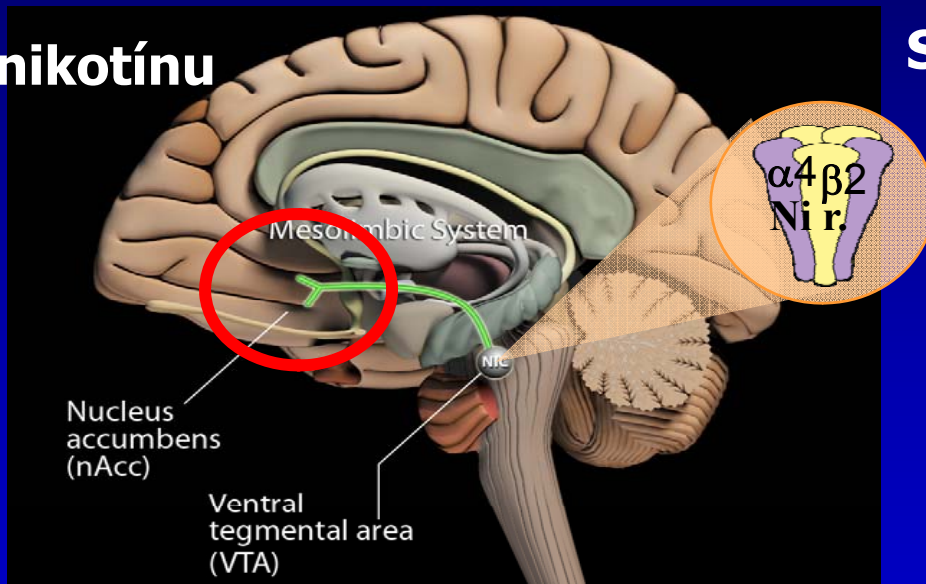
2. Domino E. Tobacco smoking and nicotine neuropsychopharmacology: some future research directions. Neuropsychopharmacology 1998;18:456-468.

3. Yildiz D. Nicotine, its metabolism and an overview of its biological effects. Toxicon 2004;43:619-632.

MECHANIZMUS ÚČINKU NIKOTÍNU V CNS

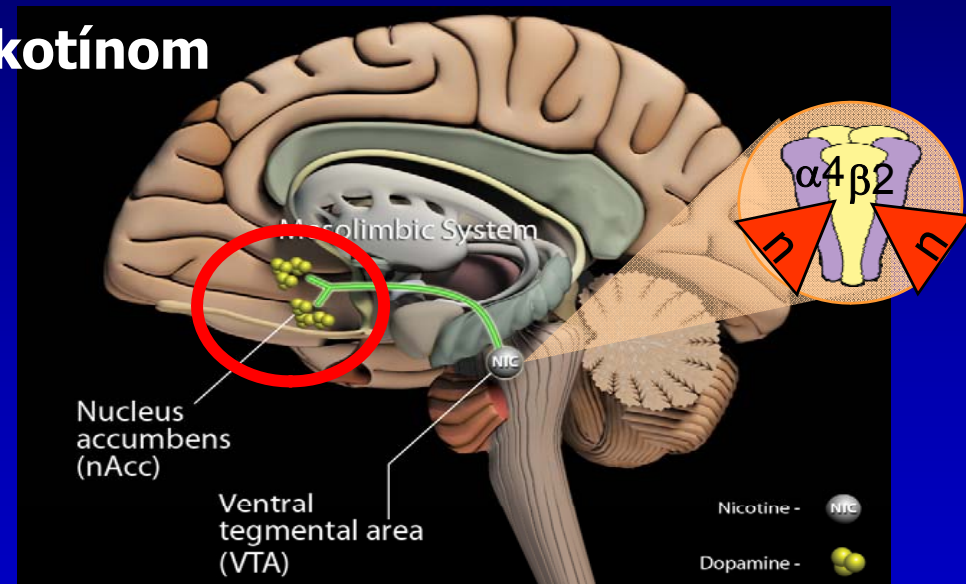
Väzba Ni preferenčne na nACh receptory; primárny je $\alpha 4 \beta 2$ Ni rec. vo ventrálnej tegmentálnej oblasti - uvoľnenie **DOPAMÍNU** v Nucleus Accumbens **pocit odmeny, blaha, slasti..**

Bez nikotínu



bez dopamínu: nervozita, podráždenie, ASy

S nikotínom



veľa dopamínu: pocit uspokojenia, blaha, vyššia sústredenosť, ...

ABSTINENČNÉ PRÍZNAKY

Subjektívne

- neschopnosť koncentrácie
- neschopnosť odpočívať
- depresia, úzkosť
- podráždenosť až agresivita
- poruchy spánku
- nutkavá túžba po cigarete
- zvýšená chuť k jedlu
- ľahké bolesti hlavy
- napätie, nepokoj, nervozita

Objektívne

- zmeny EEG
- aj v spánku
- < konc. kortizolu
- < konc. katecholamínov
- pokles srdcovej frekvencie
- spomalenie metabolizmu
- prírastok teles. hmotnosti
- zvýšená teplota kože
- < metabolizmus kofeinu

- **Najhoršie: 3 týždne - 3 mesiace**
- ***Túžba po cigarete aj niekoľko rokov***

FAJČENIE = PSYCHO-SOCIÁLNA +DROGOVÁ ZÁVISLOSŤ

Drogová závislosť (WHO): neodolateľná túžba po prijímaní, získaní drogy, tendencia ku zvyšovaniu dávky, psychická, väčšinou aj fyzická závislosť na účinku drogy, škodlivosť pre jedinca a spoločnosť.

Sociálna závislosť - Ťnou tabaková závislosť začína, Prvé experimentovanie spôsobuje ponuka od: kamarátov, tlak partie, spolužiakov, negatívny príklad rodičov

Psychická závislosť - ide o zvláštne ladenie psychiky, ktoré núti človeka k sústavnému požívaniu drogy, nikotínu z cigarety a teda pravidelnému fajčeniu. Jediniec tak robí preto, aby si privodil príjemný stav alebo, aby zabránil vzniku nepríjemných pocitov

Fyzická- drogová závislosť - adaptáciu organizmu na požívanú látku, v prípade fajčenia na nikotín. Ak sa táto adaptácia naruší vynechaním dávky, objavajú sa abstinenčné príznaky.

ICD - 10

Kategória F 17 :

F 17.0 - Akútna intoxikácia

F 17.1 - Zneužívanie (abúzus) a poškodenie z F.
(somatické, psychické)

F 17.2 - **Nikotínová závislosť**

F 17.3 - Abstinenčný syndróm, stav po zanechaní F.

Kategória Z :

Z 71.6 - poradenstvo pri abúze tabaku

Z 72.0 - problémy súvisiace s fajčením – poradenstvo

Z 50.8 - rehabilitácia pri abúze tabaku

FAGERSTRÖMOV TEST NIKOTÍNOVEJ ZÁVISLOSTI

1. Ako skoro po zobudení si zapalujete svoju prvú cigaretu?

Do 5m.=3 b. do 30m.=2 b. do 60 m.=1 b. po 60 m.= 0 b.

2. Je pre Vás ťažké nefajčiť v miestach, kde je fajčenie zakázané

Áno = 1 b. Nie = 0 b.

3. Ktorá cigareta Vás najviac uspokojuje?

prvá ráno = 1 b., ktorákoľvek iná = 0 b.

4. Koľko cigariet vyfajčíte za deň?

10 a <=0 b., 11-20 = 1 b., 21-30 = 2 b., 31 a viac=3 b.

5. Fajčíte počas dopoludnia viac ako v ostatnom dennom čase?

Áno = 1 b, Nie = 2 b.

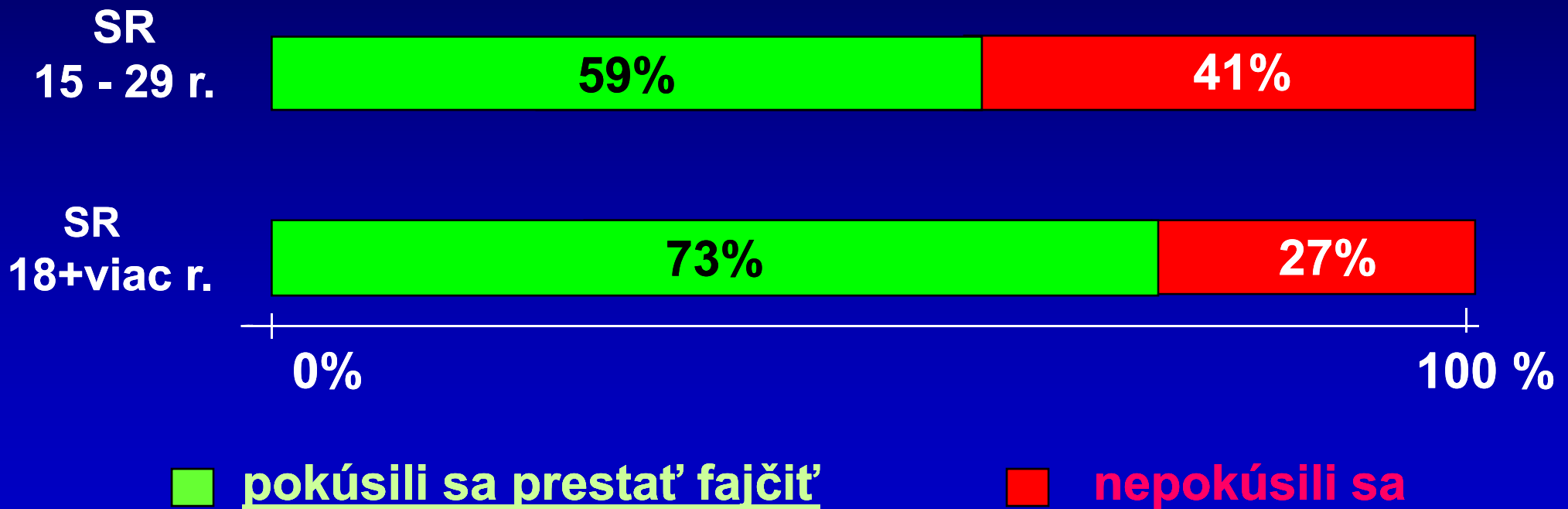
6. Fajčíte, aj keď ste chorý a väčšinu dňa ležíte?

Áno=1 b., Nie = 0 b.

H O D N O T E N I E:

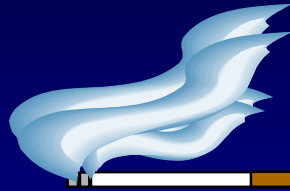
FTQ 7 A VIAC BODOV = ZÁVISLOSŤ OD NIKOTÍNU

POKUSY FAJČIAROV PRESTAŤ FAJČIŤ



F a j č í t e ?

ÁNO



NIE

Chcete prestať?

Fajčili ste niekedy?

AK ÁNO

AK NIE

**Poskytnite
liečbu**

„Evidence Base Treatment“

**Podporte
motiváciu
prestať f.**

AK ÁNO

AK NIE

**Prevenčia
relapsu**

**Pochváľte
abstinenciu**

INTERVENCIA LEKÁRA – 5 P

- 1P **Pýtaj sa** vždy, či pacient fajčí. **Ak fajčí** doplň podrobnosti v dokumentácii a
- 2P **Porad'** presvedčivo a cielene vzhľadom na ochorenie a budúcnosť i rodinu, aby prestal
- 3P **Posúd'** vôľu prestať, zhodnot' motiváciu: **nie: 5 R**, áno:
- 4P **Pomôž** s liečbou sám alebo odošli do poradne - deň D, → podpora priateľov+rodiny....
- 5P **Pokračuj** v sledovaní - kontroly, pochváľ a vždy podpor liečenie relapsu-kontrola + ☎

Lekár prvého kontaktu - kľúčová úloha v iniciácii a motivácii.
> 80% populácie ho navštívi aspoň 1x / rok, F aj viac.

MOTIVAČNÁ INTERVENCIA- 5 R

- 1R** **Relevancia** - nájsť motiváciu relevantnú: k zdravotnému stavu, rodine, veku, zamestnaniu,...
Relevance
- 2R** **Riziká** - potencionálne riziká F.: akútne, dlhodobé, ETS,..
Risks
- 3R** **Prospech** - vysvetli prospech zo zanechania F.
Rewards zdravotný, ekonomický, vzhľad, rodina, iné
- 4R** **Prekážky** - identifikuj bariéry, strach z abstinenčných
Roadblocks sympt., zo zlyhania, pribratia na váhe, depresie
- 5R** **Opakovanie** - motivačnej intervencie podľa potreby
Repetition

KONCEPCIA LIEČBY FAJČENIA



F - psycho-sociálna + fyzická (drogová) závislosť

Nefarmakologická terapia

ovplyvnenie sociálno-psychologických väzieb,
behaviorálne postupy



Farmakologická terapia

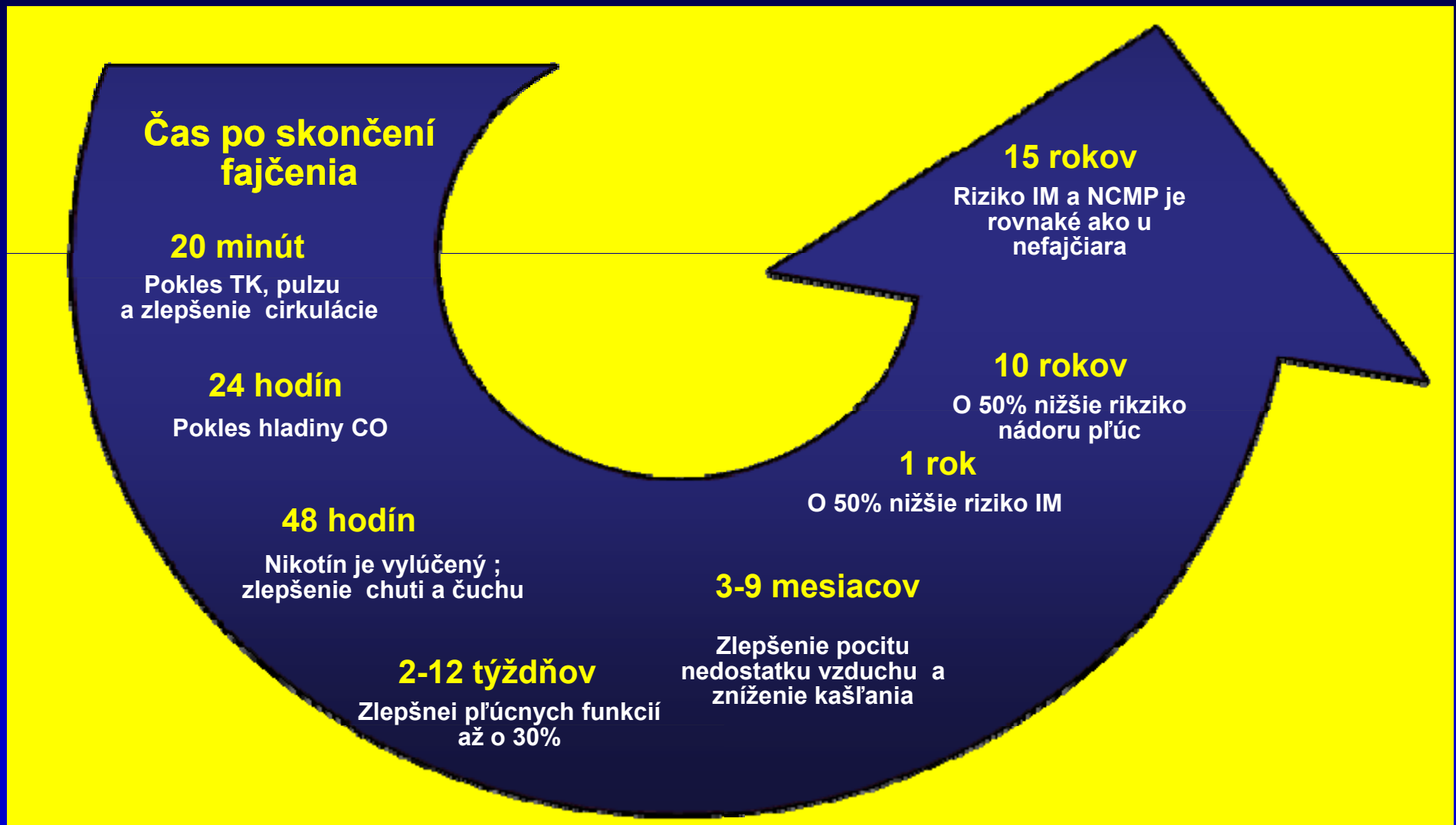
**SÚČASNE A
DOSTATOČNE
DLHO**

Edukačný blok....Liečebný blok.....Udržiavací blok

NEFARMAKOLOGICKÁ LIEČBA

- Rada lekára - časovo krátka, intervencia 5P+ Motivačná i.
- Individuálne poradenstvo - časovo dlhšie
- Skupinové poradenstvo najúčinnějšía z behaviorálnych foriem
- Proaktívne telefonické poradenstvo
Quitline: 0850111682
- Radikálne skoncovanie s fajčením bez liečby (cold – turke)

UKONČENIE FAJČENIA - ZDRAVOTNÉ BENEFITY



Nefarmakologická liečba – účinnosť

Porovnanie	N Štúdií	N Probandov	Poolované OR* (95% CI)
Rada lekára¹			
Krátka vs žiadna rada (obvyklá starostlivosť)	17	>13,000	1.74 (1.48–2.05)
Intenzívna vs minimálna rada	15	>9,000	1.44 (1.24–1.67)
Individuálne poradenstvo²			
Vs minimálna behaviorálna intervencia	18	>6,000	1.56 (1.32–1.84)
Skupinové poradenstvo³			
Vs svojpomoc	16	>4,000	2.04 (1.60–2.60)
Vs žiadna intervencia	7	815	2.17 (1.37–3.45)
Proaktívne telefonické poradenstvo⁴			
Vs menej intenzívne intervencie	13	>16,000	1.56 (1.38–1.77)
Svojpomoc⁵			
Vs žiadna intervencia	11	>13,000	1.24 (1.07–1.45)

*Abstinence assessed at least 6-months following intervention

1. Lancaster T, Stead LF. *Cochrane Database Syst Rev.* 2004;(4):CD000165. 2. Lancaster T, Stead LF. *Cochrane Database Syst Rev.* 2005;(2):CD001292. 3. Stead LF, Lancaster T. *Cochrane Database Syst Rev.* 2005;(4):CD001007. 4. Stead LF et al. *Cochrane Database Syst Rev.* 2005;(4):CD002850. 5. Lancaster T, Stead LF. *Cochrane Database Syst Rev.* 2005;(3):CD001118.

KRÁTKA RADA LEKÁRA

Intervencia	Cieľová skupina	% účinku	95% konfidenčný interval
Krátka príležitostná rada lekára prestať fajčiť	Fajčiari navštevujúci obvodných lekárov alebo iné ambulancie	2%	1% - 3%

ÚČINOK PORADNE

Intervencia	Skupina	Účinok
Intenzívna behaviorálna podpora + doterajšia terapia	Strední alebo ťažkí fajčiari hľadajúci pomoc v poradniach	13-19%

INÁ PODPORA

Intervencia	Cieľová skupina	Účinok	CI
Rady pomocou telefónnych liniek	Fajčiari, ktorí chcú pomoc , ale nie „face to face“	2%	1% - 4%
Písomný materiál (self-help)	Fajčiari požadujúci pomoc	1%	0% - 2%

FARMAKOLOGICKÁ LIEČBA

Náhradná nikotínová liečba ¹

Mechanizmus účinku:

Potlačenie abstinenčných príznakov alternatívnym prísunom nikotínu

Nikotínové náplaste (5,10,15mg)

Nikotínové žuvačky (2mg, 4 mg)

Nikotínové inhalery, nazálne spraye, sublinguálne tablety

Kontraindikácie

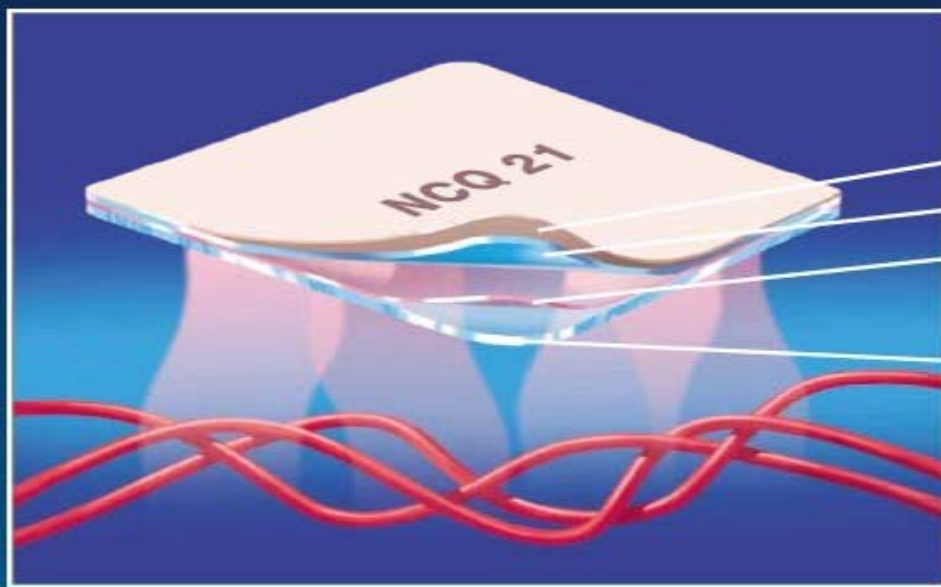
KVCH ch.: do 4 t. po IM, vážne arytmie, ťažká angina pectoris, CMP,
Tehotenstvo, detský vek...náplaste: kožné, ochorenia generalizované,alergie
žuvačky: alergie



WHO = World Health Organization.

1. Henningfield JE et al. CA Cancer J Clin. 2005;55:281-299. 2. Hughes JR et al. Nicotine Tob Res. 2005;7:491-499.

NiQuitinCQ- transdermálna náplast'



Vnější ochranná vrstva
Nikotinový rezervoár
Membrána,
kontrolující rychlost
uvolňování nikotinu
Adhezivní vrstva

1 x/deň (v rovnaký čas) na čisté, suché miesto na kožu; Po 24 hod.sa nová náplast' nalepí na iné miesto (na rovnaké miesto najskôr za 7 dní)

dávky

1.fáza :	prvých 6 týždňov	21 mg
2.fáza :	d'alšie 2 týždne	14 mg
3.fáza :	posledné 2 týždne	7 mg



**Nie kombinovať
s inou NNT
V čase odvykania
sa nesmie fajčiť**

+ behaviorálna časť programu

BUPROPION

pôsobí na neurotransmitery spôsobujúce nikotínovú závislosť
(amfebutamoni hydrochloridum-Zyban)

Modifikuje
uvolňovanie
dopamínu

Ovplyvňuje
noradrenergnú
aktivitu

redukcia abstinenčných príznakov



1. - 7. deň	1x denne Zyban 150 mg
od 8. dňa	2x denne Zyban 150 mg

BUPROPION

(150 mg amfebutamoni hydrochloridum/tbl. s predĺženým uvoľňovaním)

1 x 150 mg/deň, 7 dní, ak žiadne v. ú. - 2 x 150mg/deň
prestáť f. do 2 týždňov užívania Z., ak do 7. t. nie - ukončiť th

Kontraindikácie: hypersenzitivita, epileptické a iné záchvaty
krčv a náchylnosť k nim aj v minulosti, súčasná/minulá bulímia,
anorexia nervosa, cirhóza pečene, manicko-depresívny syndróm,
užívanie inhibítorov MAO (až po 14 dňoch), známy tumor CNS.

Rel. kontraindikácie: Th znižujúca prah epileptoidných záchvatov:
antipsychotiká, antidepresíva, teofylíny, systémové steroidy, tramadol,
antimalariká, chinolóny, antihistaminiká so sedatívnym účinkom.

Opatrnosť: poranenia hlavy v minulosti, abúzus alkoholu a jeho
náhle prerušenie alebo benzodiazepínov, sedatív, D. mellitus liečený
hypoglykemikami/inzulínom, použitie stimulancií a anorektík.

!! > hladiny lieku pri poškodeniach pečene a obličiek.

CHAMPIX

Účinná látka: vareniklín (ako tartrát)



CHAMPIX 0,5 mg filmom obalené tablety

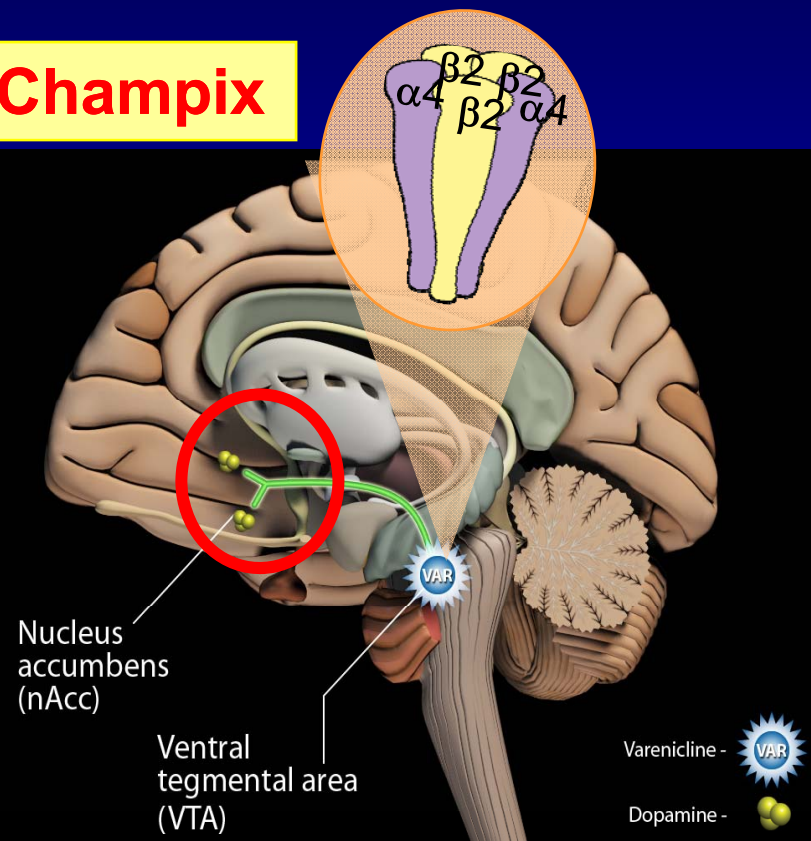
CHAMPIX 1,0 mg filmom obalené tablety



CHAMPIX™ (VARENICLINE):

vysoko selektívny parciálny agonista nikotínových $\alpha 4\beta 2$ receptorov

Champix



Champix má duálny mechanizmus účinku na $\alpha 4\beta 2$ nikotínových receptoch v mozgu :

Agonizmus –naviaže sa na $\alpha 4\beta 2$ nikotínové receptory, **čiastočne stimuluje uvoľňovanie dopamínu- znižuje túžbu po cigarete a abstinenčné príznaky**

Antagonizmus – obsadzuje prednostne nikotínové $\alpha 4\beta 2$ receptory a bráni tým nikotínu stimulovať uvoľňovanie dopamínu - **podporuje vyhasínanie okruhu odmeny (po zapálení cigarety nedochádza k pocitu pôžitku, spokojnosti)**

CHAMPIX -SÚHRN FARMAKOKINETICKÝCH VLASTNOSTÍ

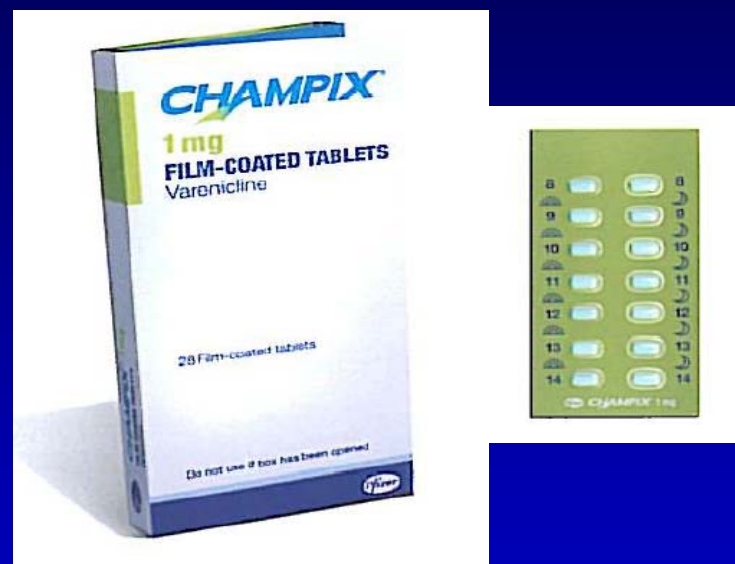
- **Absorpcia** - prakticky úplná s vysokou systémovou dostupnosťou, jedlo /denná doba ju neovplyvňuje
- **V pečeni sa minimálne metabolizuje**
 - 91% sa dostáva v nezmenenej forme do krvi
- **Vylučuje sa obličkami v 91% nezmenený, zbytok metabolity**
- **Neinhibuje enzýmy cytochrómu P 450**
 - 1A5 ,2A6,2B6,2C8,2C9,2C19,2D6,2E13A4/5
- **Neindukuje aktivitu enzýmov 1A2 a 3A4 cytochr. P 450**
 - **Nemení farmakokinetiku látok metabolizovaných týmito enzýmami**
 - **Minimálne riziko interakcií**

CHAMPIX - DÁVKOVANIE

Štartovacie balenie 1. – 2. týždeň :



Udržiavacie balenie 3. - 12. týždeň :



1. - 3. deň : 1 x 0,5 mg denne

4. - 7. deň : 2 x 0,5 mg denne

8- 14. deň: 2 x 1,0 mg denne

3. – 12. týždeň : 2 x 1,0 mg denne

DÁVKOVANIE A SPÔSOB PODÁVANIA

- Pacient si určí dátum, odkedy prestane fajčiť.
- CHAMPIX: 1 - 2 týždne pred týmto dátumom
- **Liečba trvá 12 týždňov**
- CHAMPIX sa môže užívať s jedlom alebo bez jedla.

**Dátum začiatku
th Champixom**



Sun.	Mon.	Tues.	Wed.	Thurs.	Fri.	Sat.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Dátum zanechania fajčenia o 7 dní neskôr

CHAMPIX

Neužívat' u:

- U hemodialyzovaných F.
- **mladistvých <18 rokov**
- počas gravidity a laktácie.

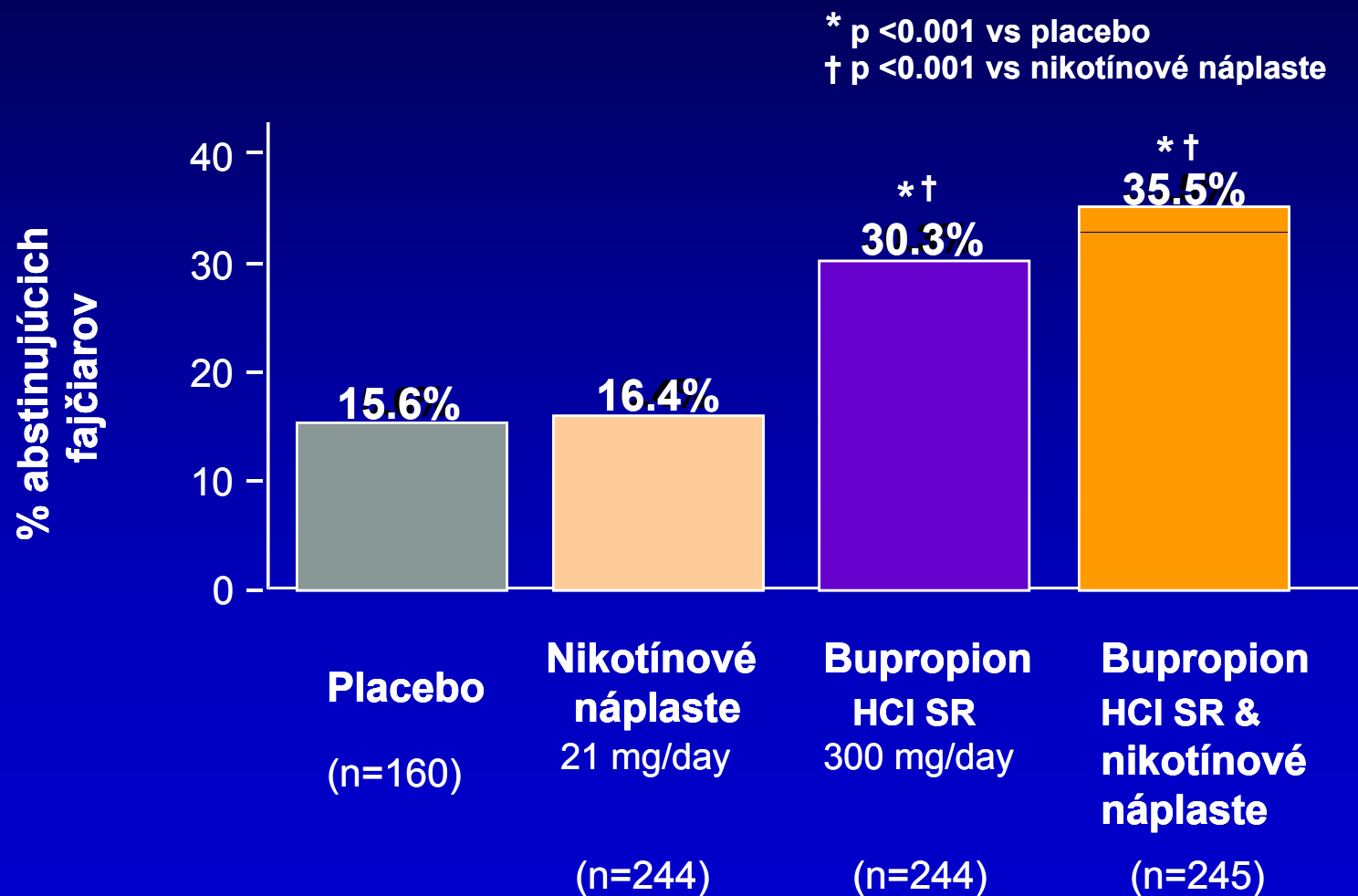


ÚSPECH LIEČBY FAJČENIA

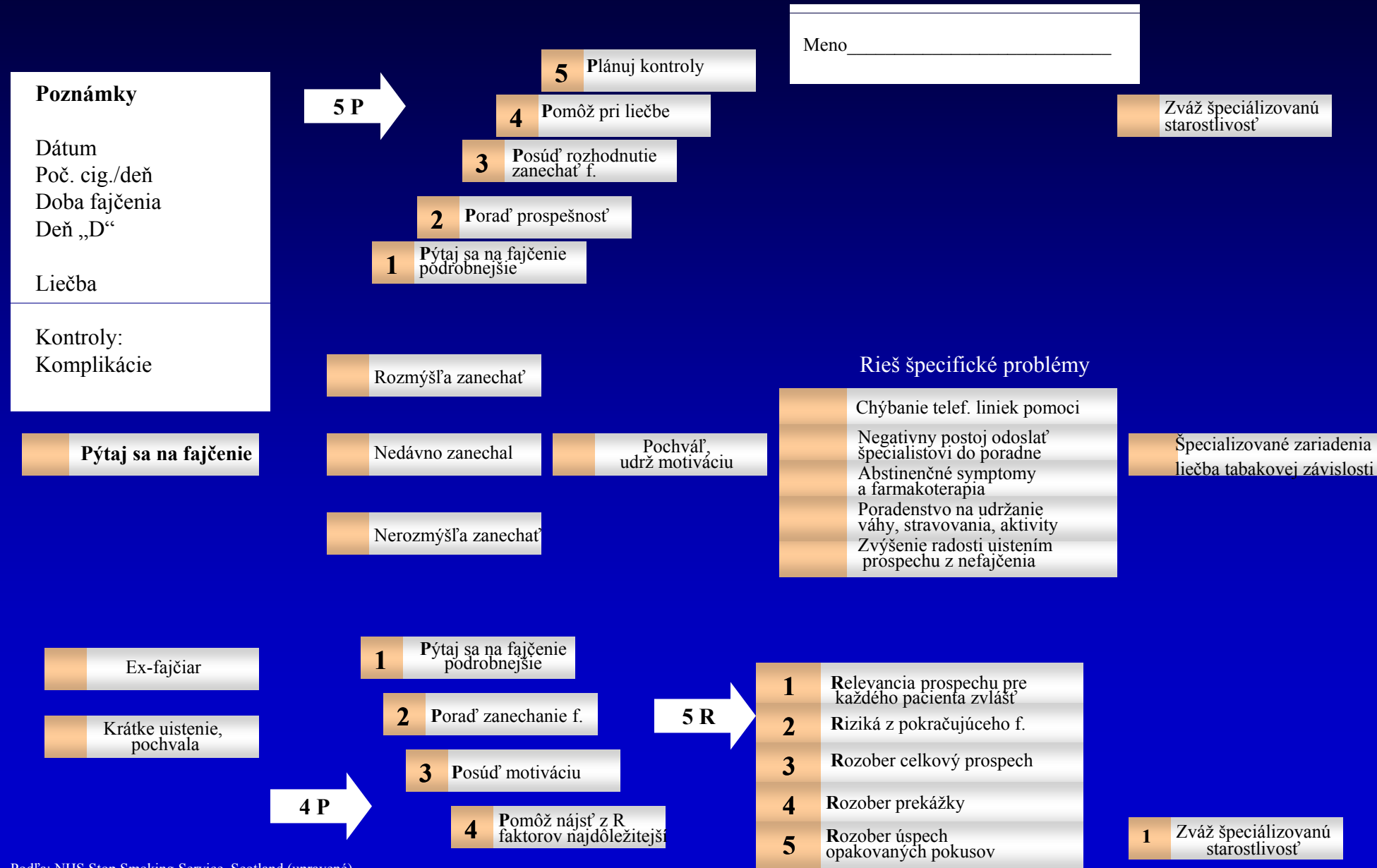
Trvalá dlhodobá abstinencia 6, lepšie 12 mesiacov
biochemicky overená (CO, kotinin) závisí od :

- 😊 **stupňa motivácie**
- 😊 **úrovne závislosti na nikotíne**
- 😊 **zmeny spôsobu správania sa**
- 😊 **skúsenosti terapeuta**

ÚSPEŠNOST TERAPIE PO 1 ROKU (komparatívna štúdia)



ALGORITMUS INTERVENCIÍ V PRAXI LEKÁRA



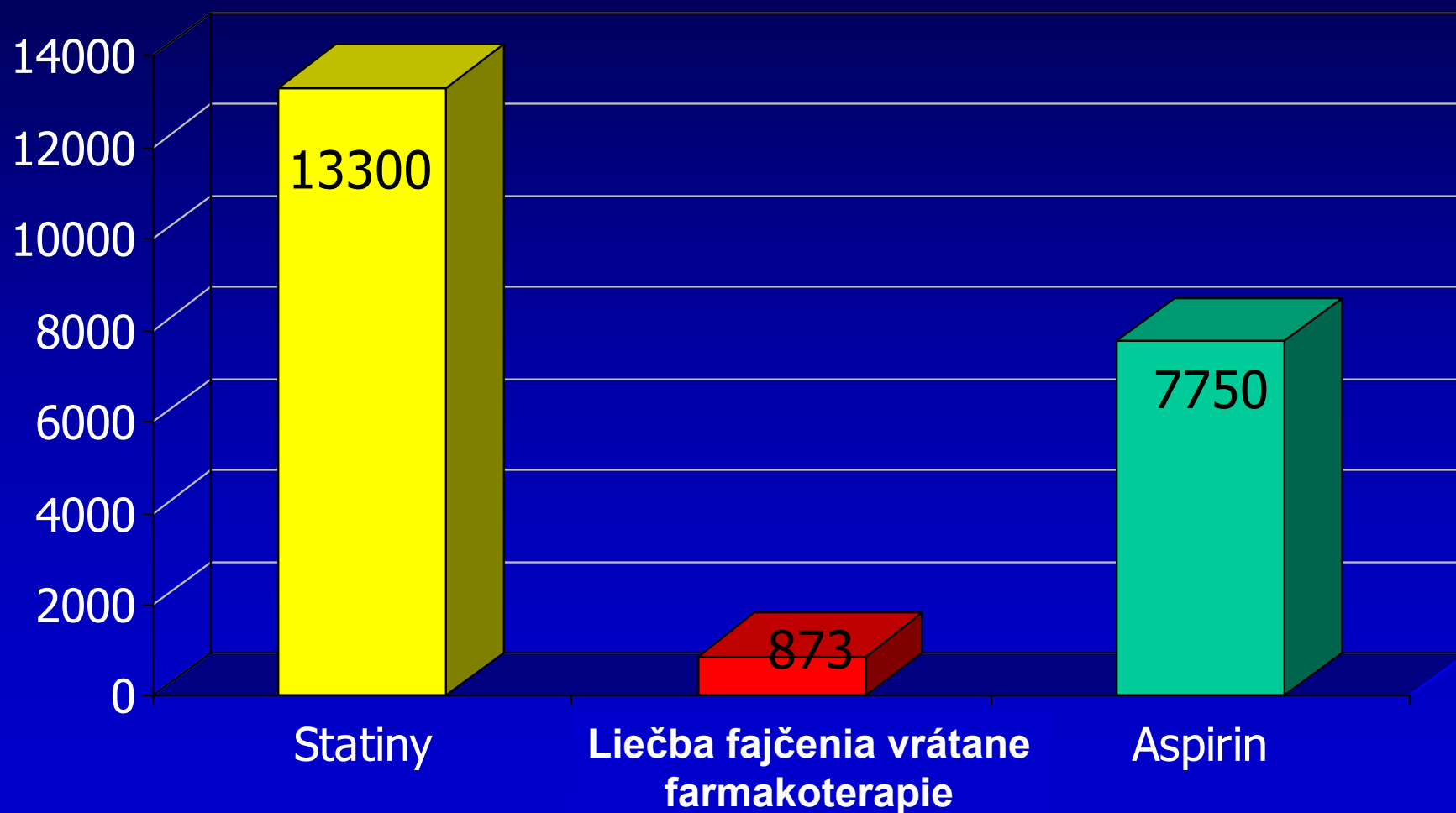
OPTIMÁLNE SLUŽBY PRE LIEČBU FAJČENIA

inštitucionálne zmeny v systéme zdravotníctva

- smernice prevencie a liečby tabakovej závislosti
 - stanovenie minimálneho štandardu služieb
 - monitorovanie a hodnotenie
 - úhrady poisťovňami (čas a úkony)
- školenie lekárov v základoch prevencie a liečby
- nemocničná liečba pre relapsujúcich fajčiarov
- edukačný materiál: Internet, letáky, video, knihy

WHO: rutinná liečba by mala byť dostupná

Rentabilita nákladov na záchranu roku života (£)



Gaspoz, NEJM (2002); Parrott & Godfrey, Thorax (1998); Muir et al, BJGP (1999)

ZÁVER I.



- Fajčenie je tabaková závislosť!
- Môžeme liečiť kombináciou metód farmako- a nefarmakologických
- Väčšina fajčiarov sa opakovane pokúša prestať, zaslúžia si pomoc svojho lekára

ODKAZ PRE PACIENTA FAJČIARA:

Neobávaj sa a požiadaj o pomoc!

Tvoj doktor Ti pomôže prestať fajčiť !

Môžeš prestať fajčiť, pomôžeme Ti!



Pomôžeme vám prestať fajčiť: sieť poradní RÚ VZ

Quitline



Podpora nefajčenia: www.jfmed.uniba.sk/internet/nefajc/

PODNET: <http://podnet.szm.sk>

Pozitívne Orientované Dobrovoľné Nefajčiarske Elektronické Teritórium

STOP FAJČENIU: <http://www.stopfajceni.sk/>

ZÁVERII

- implementácia prevencie fajčenia
 - realizácia krátkych intervencií
- poradenstvo a liečba tabakovej závislosti



**Ovplyvnenie morbidity a mortality,
skvalitnenie a predĺženie života
- denná prax lekárov -**

*2/3 fajčiarov chce prestať fajčiť,
potrebuje, očakáva a zaslúži si pomoc*

PRIORITA A VÝZVA PRE ZDRAVOTNÍCTVO



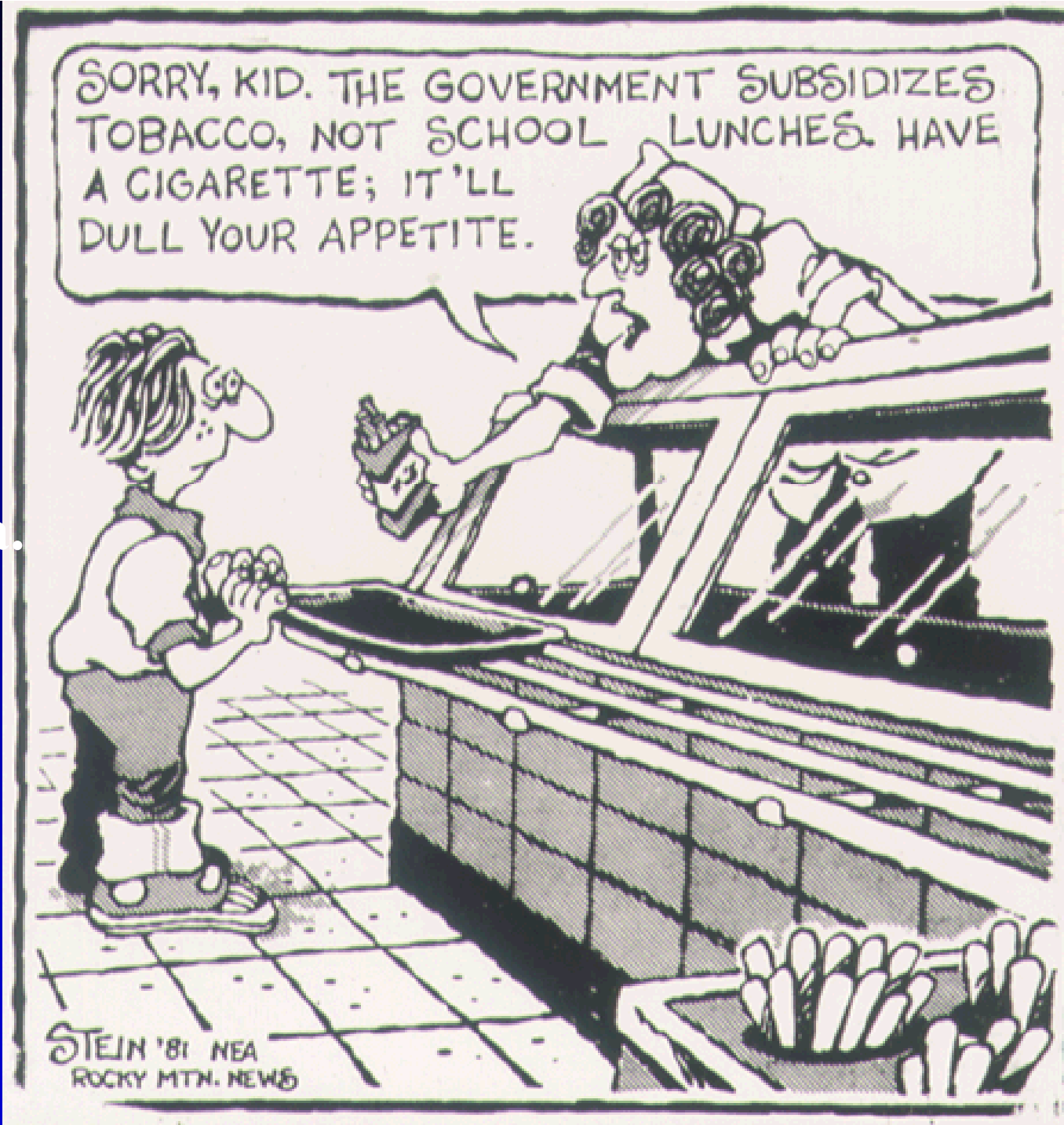
Sir Richard Doll

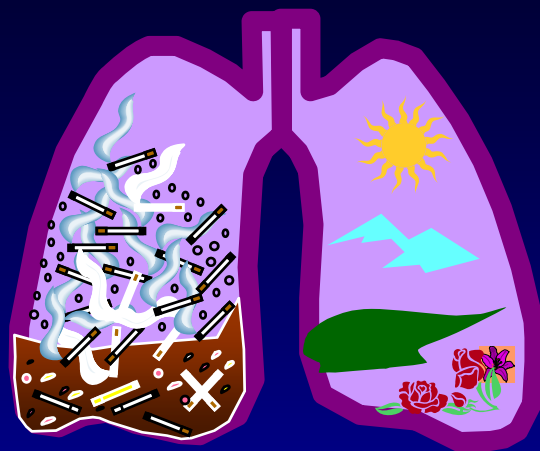
„Najviac fascinujúcim objavom medicíny XX. st. bol fakt, že tak veľa chorôb a utrpenia je spôsobených fajčením.“

Menej je však fascinujúci fakt, že tomu venujeme tak málo pozornosti!

**Ľutujem, prepáč
dieťa, vláda dotuje
pestovanie tabaku,
nie školské obedy.**

**Vezmi si cigaretu,
utlmí ti chuť do jedla.**





**ĎAKUJEM VÁM
ZA POZORNOST**