

ΙΑΤΡΕΙΑ ΔΙΑΚΟΠΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ

Το κάπνισμα πήρε διαστάσεις πανδημίας τον 20ο αιώνα, που συνεχίζεται μέχρι και σήμερα. Υπολογίζεται ότι υπάρχουν 1 δισεκατομμύριο καπνιστές παγκοσμίως, ενώ έως το 2025 ο αριθμός των καπνιστών θα φθάσει το 1,6 δισεκατομμύρια.

Τα νοσήματα που σχετίζονται με το κάπνισμα, όπως είναι τα καρδιαγγειακά, η Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια και ο καρκίνος του πνεύμονα, κρατούν τα σκήπτρα της θνησιμότητας. Οι θάνατοι που αποδίδονται στο κάπνισμα είναι 6.000.000 περίπου ετησίως.

Κατά τα επόμενα 10-20 χρόνια η εξαρτώμενη από το κάπνισμα νοσηρότητα και θνησιμότητα θα μειωθεί με τη διακοπή του καπνίσματος. Οι παρεμβάσεις που αποσκοπούν στη διακοπή του είναι αφ' ενός αποτελεσματικές και αφ' ετέρου αποδεικνύονται με χαμηλό κόστος σε σχέση με το τεράστιο όφελος ως προς θνησιμότητα και νοσηρότητα των καπνιστών.

Εκπαίδευση Πνευμονολόγων και λοιπών επαγγελματιών υγείας

Οι πνευμονολόγοι εξ ορισμού διαδραματίζουν ενεργό και συνεχή ρόλο προς κάθε καπνιστή είτε αυτό αφορά στην κινητοποίησή του προκειμένου να σταματήσει το κάπνισμα, είτε στην παροχή της κατάλληλης στρατηγικής και θεραπευτικής αγωγής για την επίτευξη της διακοπής καπνίσματος. Εξίσου σημαντικός είναι ο ρόλος του στην παρακολούθηση του καπνιστή για όσο χρονικό διάστημα χρειαστεί ώστε να αντιμετωπισθούν τόσο τα συμπτώματα στέρησης όσο και οι υποτροπές αν και όταν αυτές προκύπτουν. Προκειμένου να είναι αποτελεσματικοί οι πνευμονολόγοι πρέπει να έχουν εκπαιδευτεί τόσο σε θεωρητικό επίπεδο όσο και στην υιοθέτηση νοοτροπίας και δεξιοτήτων προσέγγισης, επικοινωνίας και παρακολούθησης των καπνιστών. Αυτό απαιτεί συνεχή ιατρική ενημέρωση και επιμόρφωση η οποία θα είναι σύμφωνη με τα διεθνή εκπαιδευτικά πρότυπα και η οποία θα πιστοποιείται.

Η πρακτική άσκηση και παρακολούθηση Πρότυπων Ιατρικών Διακοπής Καπνίσματος θεωρείται ότι συμπληρώνει τις επικοινωνιακές δεξιότητες και θεωρητικές γνώσεις και θεωρείται απαραίτητη.

Στη διαδικασία διακοπής καπνίσματος είναι επίσης σημαντικό να συμμετέχουν και ιατρικές ειδικότητες όπως παθολόγοι, καρδιολόγοι κλπ αφού πολλοί καπνιστές συμβουλευονται συχνότερα αυτούς.

Στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Στρατηγικής για τον Έλεγχο του Καπνίσματος και του Εθνικού Σχεδίου Δράσης, η Ομάδα Διακοπής Καπνίσματος και Προαγωγής Υγείας της ΕΠΕ συνεχίζει τις εκπαιδευτικές προσπάθειες που άρχισαν από το 2001 και επαναλαμβάνονται μία ή δύο φορές ετησίως. Στόχος των εκπαιδευτικών αυτών σεμιναρίων είναι:

1. Η παροχή γνώσεων και δεδομένων των επιπτώσεων του καπνίσματος στην υγεία, του μηχανισμού της εξάρτησης, των επιπτώσεων του παθητικού καπνίσματος και των επιπτώσεων σε ειδικές ομάδες πληθυσμού.
2. Η ανάπτυξη επικοινωνιακών δεξιοτήτων για στρατηγικές παρέμβασης αλλαγής συμπεριφοράς, κινητοποίησης των καπνιστών και ψυχολογικής στήριξης.
3. Η μεθοδολογία παρεμβάσεων διακοπής καπνίσματος, η δημιουργία ιατρικού φακέλου, η φαρμακευτική αγωγή και η αντιμετώπιση υποτροπών.
4. Η λειτουργία εξειδικευμένου Ιατρείου Διακοπής Καπνίσματος

Όλη η εκπαιδευτική διαδικασία έχει διαδραστική μορφή με άσκηση σε μικρές ομάδες, παίξιμο ρόλων και ανάλυση περιστατικών.

Μέχρι σήμερα έχουν εκπαιδευθεί πέραν των 1.500 λειτουργών υγείας, κατά κύριο λόγο Πνευμονολόγοι, αλλά και παθολόγοι, καρδιολόγοι, ψυχολόγοι, ψυχίατροι, ενδοκρινολόγοι, και νοσηλεύτες.

Οργάνωση Ιατρείων Διακοπής Καπνίσματος

Οι υπηρεσίες διακοπής καπνίσματος στα Νοσοκομεία θα πρέπει να αποτελούν οργανωμένες μονάδες των Πνευμονολογικών Κλινικών (όπως η Μονάδα Βρογχοσκόπησεων, το Αναπνευστικό Εργαστήριο κ.ά) όπου παρέχονται συμβουλές και ολοκληρωμένες στρατηγικές που στοχεύουν σε όλους τους καπνιστές και κυρίως σε εκείνους που ζητούν ή χρειάζονται βοήθεια προκειμένου να κόψουν το κάπνισμα. Η διακοπή του καπνίσματος μπορεί να πραγματοποιηθεί ατομικά ή σε ομάδες, αλλά το ανθρώπινο δυναμικό και ο απαιτούμενος χρόνος πρέπει να ενσωματωθούν στη

στελέχωση της Πνευμονολογικής Κλινικής ενώ πρέπει να υπάρξει μέριμνα για τον προϋπολογισμό της φαρμακοθεραπείας (κυρίως των νοσηλευόμενων ασθενών).

Απαραίτητες προϋποθέσεις για τη λειτουργία Ιατρείου Διακοπής Καπνίσματος είναι οι ακόλουθες:

1. Ανεξάρτητος χώρος συνεντεύξεων και εξέτασης
2. Ανεξάρτητες ώρες λειτουργίας του Ειδικού Ιατρείου από άλλα (πχ πνευμονολογικό ή παθολογικό)
3. Συστηματική αναγνώριση καπνιστή και καταγραφή φακέλου με δημιουργία ιατρικού και καπνισματικού αρχείου με συστηματική καταγραφή καπνισματικής συμπεριφοράς, κινητοποίησης διακοπής καπνίσματος, βαθμού εξάρτησης στη νικοτίνη, στερητικών συμπτωμάτων.
4. Αξιολόγηση καπνίσματος με χρήση μεθόδων που ανιχνεύουν το κάπνισμα , όπως μέτρηση του εκπνεόμενου μονοξειδίου του άνθρακα (CO) ή της νικοτίνης σιέλου, αίματος ή ούρων.
5. Μέτρηση σωματικού βάρους
6. Εκτίμηση αναπνευστικής λειτουργίας.
7. Διατροφική συμπεριφορά και οδηγίες.
8. Συμβουλευτική υποστήριξη – Παρακολούθηση
9. Δυνατότητα χορήγησης φαρμακευτικής αγωγής

Ως προς το ανθρώπινο δυναμικό απαιτούνται:

1. Εκπαιδευμένος Ιατρός για τη διακοπή καπνίσματος κατά κύριο λόγο Πνευμονολόγος
2. Νοσηλεύτρια ή κοινωνική λειτουργός
3. Γραμματειακή υποστήριξη για τη ρύθμιση των συναντήσεων παρακολούθησης και τηλεφωνικής επικοινωνίας
4. Σύμβουλος διατροφολόγος, κλινικός ψυχολόγος

Βιβλιογραφία

1. Fiore MC Bailey WC Cohen SJ et al. Treating tobacco use and dependence: clinical practice guideline Rockville US Dept of Health and Human Services 2000.
2. Anderson JE, Jorembly DE, Scott WJ, Fiore MC. Treating tobacco use and dependence: an evidence – based clinical practice guidelines for tobacco cessation Chest 2002; 121: 932-41.
3. Heffner JE. The overhanging vhalence Chest 2000; 118: suppl 2 1s-3s
4. Heffner JE, Alberts WM, Irwink, Wunderinh R. Translating guidelines into clinical practice. Recommendations to the American College of Chest Physicians. Chest 2000; 118: Suppl 2 70S – 73S
5. Tonnesen P, Larrozzi L, Fagerstom KO, Gratziou G et al. Smoking cessation in respiratory patients Eur Respin J 2007, 29: 390-417
6. Taylor Hays J, Ebbert J, Sood A. Treating Tobacco Dependence in Light of the 2008 US Department of Health and Human Services Clinical Practice Guidelines Mayo Clinic Proc 2009; 84(8): 730-736

ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΙΑΤΡΕΙΟΥ ΣΤΑ ΔΗΜΟΣΙΑ & ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΑ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑ

Η Ομάδα Διακοπής καπνίσματος και Προαγωγής Υγείας της ΕΠΕ προτείνει ως απαραίτητη τη διαδικασία πιστοποίησης των Ιατρείων Διακοπής πριν την έναρξη νέων Ιατρείων και την τεκμηρίωση της σωστής λειτουργίας των ήδη λειτουργούντων.

Για την πιστοποίηση θα πρέπει να τηρούνται τα ακόλουθα:

1. Οι ανωτέρω προδιαγραφές λειτουργίας (όροι 1-4 απαραίτητα και από ανθρώπινο δυναμικό 1-3 απαραίτητα).
2. Οι υπεύθυνοι των ιατρείων να έχουν οπωσδήποτε εκπαιδευθεί μέσω των σεμιναρίων και με χρόνο παρακολούθησης και συμμετοχής τουλάχιστον 1 μήνα σε ένα από τα ήδη υπάρχοντα εξειδικευμένα ιατρεία διακοπής, όπως το Ειδικό Ιατρείο Πανεπιστημίου Θεσ/κης, Ειδικό Ιατρείο Πανεπιστημίου Αθηνών, Ειδικό Ιατρείο Πανεπιστημίου Κρήτης, Ειδικό Ιατρείο Πανεπιστημίου Λάρισας, Ειδικό Ιατρείο Πανεπιστημίου Αλεξ/λης, Ειδικό Ιατρείο Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, Ειδικό Ιατρείο Νοσοκ. Σισμανόγλειου, Ειδικό Ιατρείο ΓΝΝΘΑ «Η ΣΩΤΗΡΙΑ».
3. Τα ήδη λειτουργούντα τμήματα θα πρέπει να στείλουν στην ομάδα πιστοποίησης μία αναφορά λειτουργίας με το χρόνο έναρξης λειτουργίας, τον αριθμό των

καταγεγραμμένων επισκέψεων και τον αριθμό καπνιστών, υπό παρακολούθηση, το υπεύθυνο προσωπικό και τις ώρες και ημέρες λειτουργίας των Ιατρείων.

Η έγκριση της πιστοποίησης θα γίνεται από επιτροπή που ορίζεται από την ΕΠΕ με την συμβολή μελών της Ομάδας Εργασίας.