

Füstmentes jövő

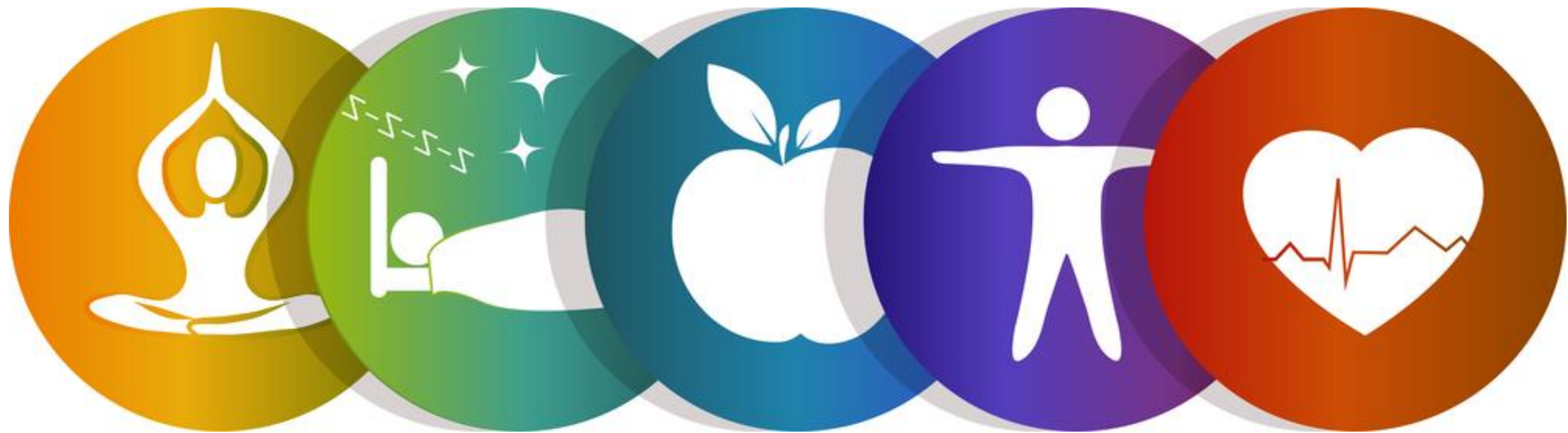
Dohányzás és leszokás támogatása pszichiátriai betegeknél

Kelemen Oguz

SZTE Magatartástudományi Intézet

Bács- Kiskun Vármegyei Kórház Pszich. Oszt.

WAPR



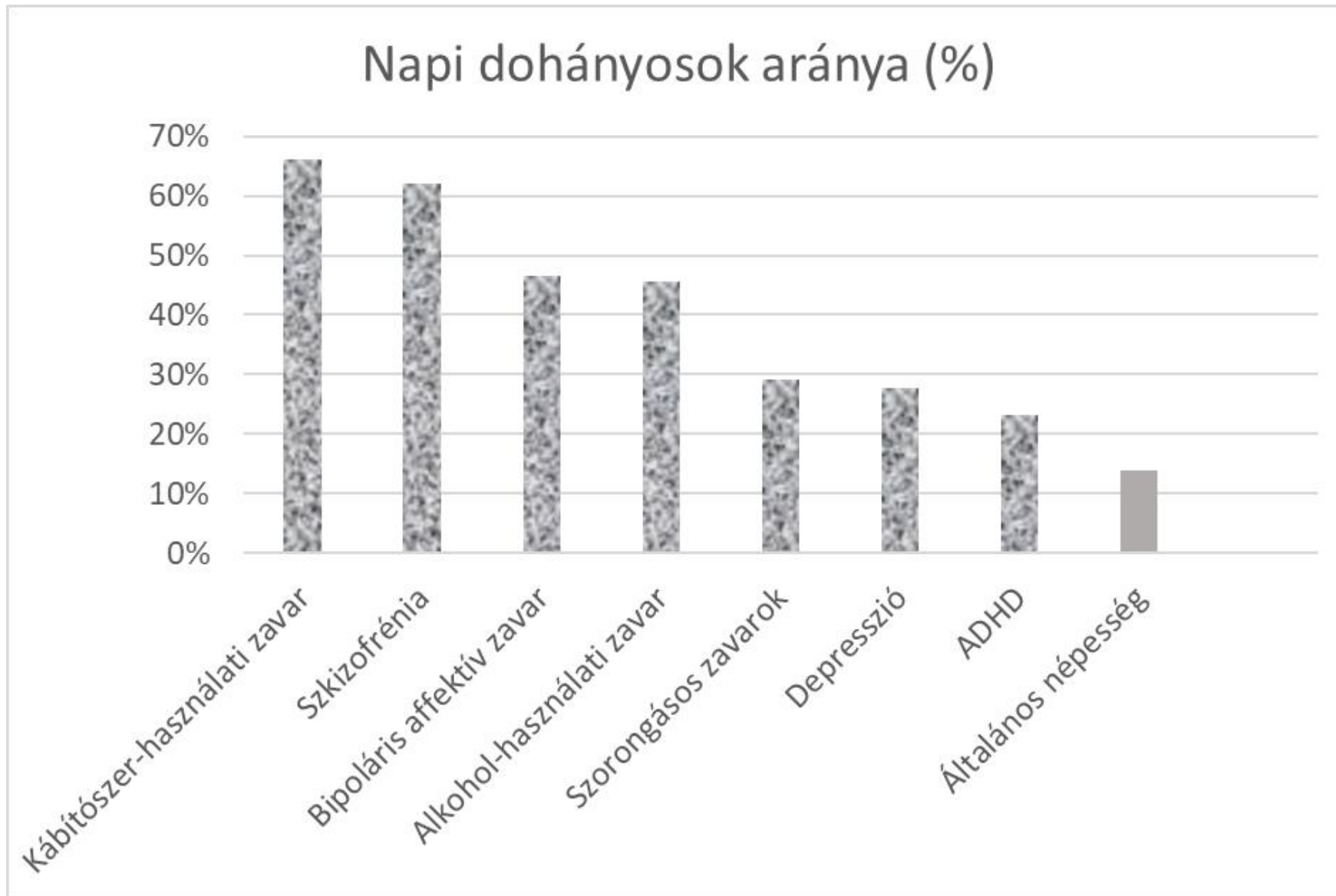


- – A dohányzás kiemelt népegészségügyi probléma
- – Pszichiátriai betegek körében különösen magas arány



Prevalencia adatok

- - Szkizofrénia: 55%-65%
 - - Bipoláris zavar: 40%-46%
- Átlagos népeség: 13%-
19%



Ausztráliai 2017-es felmérés alapján észlelt dohányzási prevalencia az egyes

Miért ilyen
gyakori a
pszich. betegek
körében?



Automedikáció és hipotézis

- - Nikotin és neurotranszmitterek kapcsolata





Depresszió/ Hangulatszabályozás
acetilkolinerg rendszer érintettsége

Szkizofrénia / kognitív tünetek-

P50 auditoros kiváltott válasz,/ finom követő szemmozgás - nikotin normalizáló hatása

ADHD / kognitív-figyelmi funkciók

„öngyógyítás” vagy az impulzusok gátlásának zavarával/
szerhasználati kockázat

Ellene
mond!

Dohányzás negatív következménnyel van a mentális betegségek kialakulására és lefolyására egyaránt.

- **Dohányosok között nem csökken a depressziós megbetegedés számaránya.**
- **Terápiák: nincsen hatékony nikotinerg fejlesztés**
- **Leszokás: a tartós dohánymentesség inkább a depresszív tünetek csökkenésével korrelál hosszútávon**

Dohányzás negatív következménnyel van a mentális betegségek kialakulására és lefolyására egyaránt.

Wootton és mtsai (2020) **statisztika:**

a dohányzás jelentősen növeli

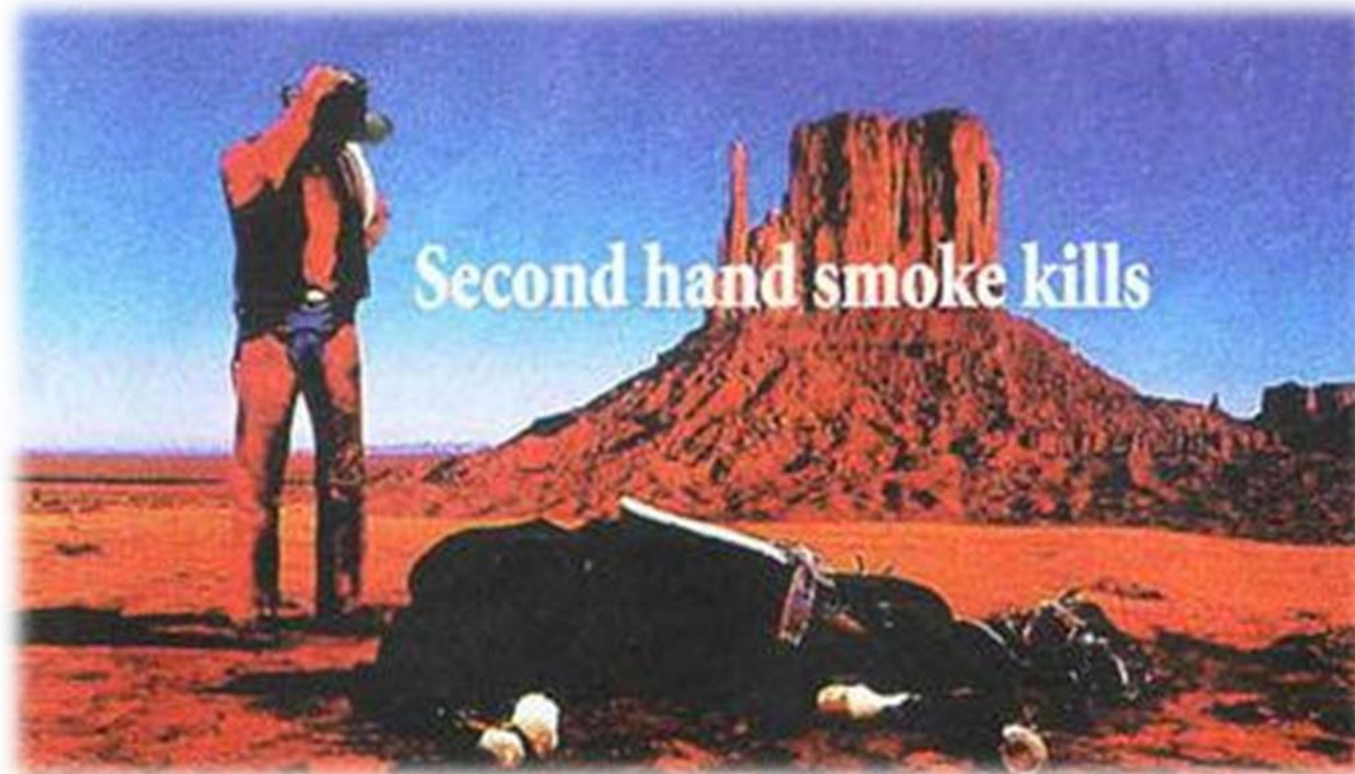
mind a szkizofrénia (OR = 2.27, 95% CI 1.67–3.08),

mind a depresszió (OR = 1.99, 95% CI 1.71–2.32) kockázatát.

Dohányzás negatív következménnyel van a mentális betegségek kialakulására és lefolyására egyaránt.

Hamer és mtsai (2010)

Passzív dohányzásnak való kitettség: összefügg a pszichológiai distresszel (keresztmetszeti) és a jövőbeli pszichiátriai betegség (kórházi felvétel- a hosszmetzeti adatokban) kockázatával



Dohányzás negatív következménnyel van a mentális betegségek kialakulására és lefolyására egyaránt.

Terhesség alatti anyai dohányzás

- közvetlen hatás: pl. a méhlepény leválása, koraszülés, alacsony születési súly, halvaszületés magasabb rizikója
- **hosszú távú, pszichiátriai vonatkozású: pl. az ADHD, a szkizofrénia, valamint a serdülőkori szerhasználat fokozott kockázata**



Tévhiték és hiedelmek

- Dohányzás enyhíti
a szorongást és
depressziót

- Leszokás rontja a
mentális állapotot

SMOKING....

HELPS YOU
RELAX!



Tévhitek

- „Pszichiátriai betegek nem motiváltak a dohányzás abbahagyására”
- Bár tény, hogy a pszichiátriai betegek dohányzásról való leszokási aránya alacsonyabb ugyanakkor **felmérések azt támasztják alá, hogy többségük szeretne leszokni**
- **Észlelik a dohányzás negatív hatásait, de a támogató lehetőségek hiánya, a csökkent önértékelés miatt sokszor reménytelennek érzik a sikeres leszokást**



Hard Yes,

Impossible **No!**

Speciális kihívások

Függőség mértéke

- Nikotinfüggőség erős

- Hosszabb távú és intenzívebb támogatás szükséges

TÜNETEK

Megvonási tünetek
utánozhatják a
relapszus jeleit

Felügyelet,
monitorozás

Első napok	szédülékenység, fejfájás
Első hét	alvászavar, szorongás, ingerlékenység
Első hetek	lehangoltság, koncentrációs nehézség, székrekedés, afták
Hónapok (>10 hét)	sóvárgás, fokozott étvágy, súlygyarapodás

Gyógyszer interakciók

- Dohányfüst és CYP450 enzimrendszer

- Antidepresszívumok és antipszichotikumok plazmaszintjének változása

- Dóziscsökkenés szükségessége leszokás után

- Citokróm P450
- CYP1A1, CYP1A2, CYP2E1

Antidepresszívumok:

fluvoxamin, trazodon, duloxetin

(triciklikus AD, mirtazapin fokozott óvatosság)

Antipszichotikumok:

Típusos AP: klorpromazin, haloperidol

Atípusos AP: clozapin; olanzapin


Anxiolitikumok:

alprazolam ; kevésbé lorazepam.

A hangulatstabilizálók –nem befolyásolja

(CBZ, Li)





- Nem a nikotin

→ tehát az nikotinpótló terápia nem befolyásolja!

- Szorosabb monitorozás!

- 10-25% gyógyszerdózis csökkentés megfontolása

- Ismét dohányzik :

-> szükséges a dózis visszaemelése!

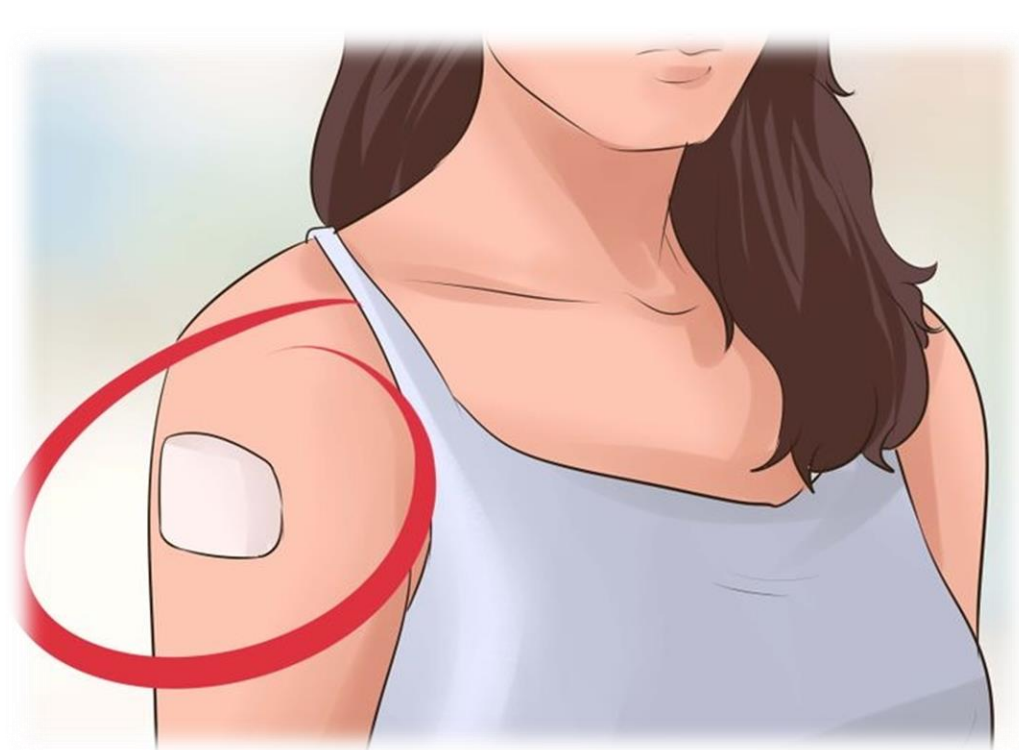
Dohányzás leszokás támogatás





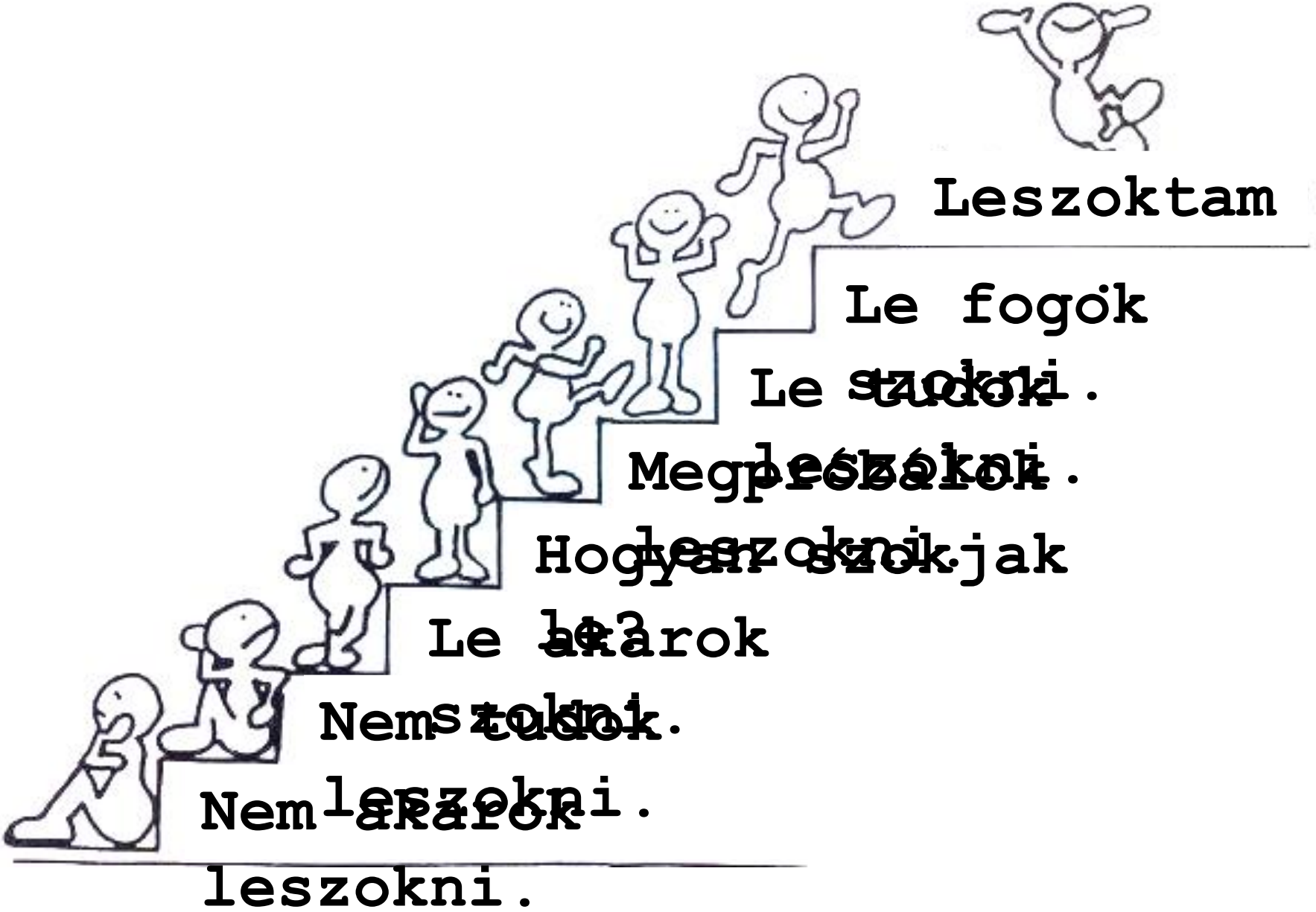
Viselkedés támogatás:

- Motivációs Interjú
- CBT- technikák
- Társas támogatás



Gyógyszeres támogatás:

- Nikotinpótló terápia (NRT)
- Vareniklin
- Bupropion



Motivációs interjú technika

- Dohányzásról nyílt beszélés
- Ambivalencia támogatása
- Elhatározás és magabiztosság erősítése





	Jó oldala	Nem jó oldala
Dohányzás	1.	2.
Leszokás	4.	3.

Kognitív-viselkedési terápia

- Trigger helyzetek azonosítása és kezelése
- Érzelémszabályozás és stresszkezelés
- Megküzdési stratégiák fejlesztése



Társas támogatás

- Partner és család szerepe
- Támogató programok és csoportok
- Digitális platformok és applikációk vonása



LESZOKÁST SEGÍTŐ KÖZÖSSÉG

A CigiSzűnet tagjaihoz hasonló gondolkodású emberek csatlakoznak, akik le szeretnék szokni a dohánytermékek és más nikotinos termékek használatáról.

CSATLAKOZOM



Új vagyok itt. Hol kezdjem?

<https://cigiszunet.hu/leszokast-segito-programok/> társainkat a **Tagság** menüpontban



Érdekel a honlap. Kipróbálhatom?

Persze. Egv hónapos, ingyenes tesztidőszakot



Leszoknék. Hogyan kezdjem?

Indítsd el a leszokást segítő programunkat a



Nikotinpótló terápia (NRT)

- Tapaszok, rágógumik, sprayk
- Hosszabb távú alkalmazás pszichiátriai betegeknek
- Kombinált terápia hatékonysága



Függőség

NRT

enyhe

(<10

cigaretta/nap)

tapasz: 14mg /24 óra

VAGY rágó: 1-2 mg /5-6x (max
15x) naponta

kp súlyos/súlyos

(>10

cigaretta/nap)

kombináció

tapasz: 21mg/ 24 óra **ÉS** rágó:
1-4 mg /5-6x; (4mg-> max10; 1-2
mg -> max15x) naponta

Vareniklin

Three-step increase in dose:



Az egyik leghatékonyabb

Mellékhatások és biztonságosság

Jövőbeli generikus készítmények várhatóak

Számos félelem

- Mellékhatások: hányinger (dózis titrálásával csökkenthető), diszpepszia, szájszárazság, székrekedés, hányás, álmatlanság, fejfájás, szédülés, rendellenes álmok és álmoság.
- **2009-ben / 2011-ben FDA figyelmeztetés:**
 - **hangulati vagy viselkedésbeli változások/ öngyilkosság**
 - **görcsrohamok és az alkohollal szembeni csökkent tolerancia kockázata**
- Ezek a lehetséges mellékhatások azonban esettanulmányokon alapulnak!!!!
- Mára már számos metaanalízis áll a rendelkezésünkre, amelyek hangsúlyozzák a vareniklin biztonságosságát.
- a gyógyszerinterakció tekintetében is biztonságosnak tekinthető

Bupropion alkalmazása

Antidepresszív
hatás

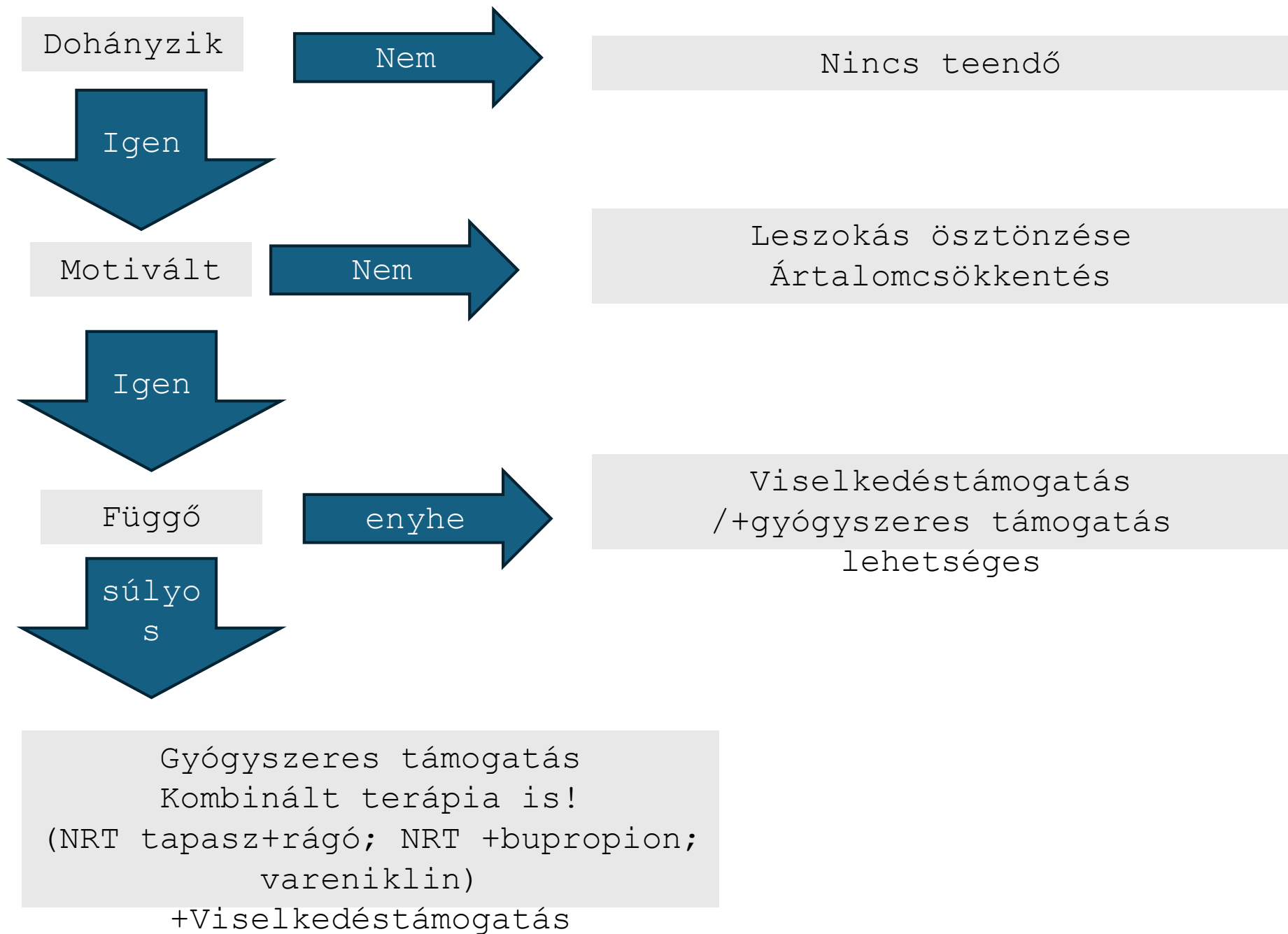
Negatív
tünetek és
ADHD kezelése

Kombinált
terápia NRT-
vel



Gyógyszeres támogatás kombinációi

- NRT-k
- NRT és bupropion
- NRT és vareniklin



- Leállítás:
 - Gyakoribb vizitek
 - Monitorozzuk: Pszichés státusz;
dohányzás
 - Pszichofarmakonok dózisának esetleges
csökkentése
-

Visszaesés:

- a. Fontoljuk motivációs interjúban jártas szakember és/vagy pszichoterapeuta / addiktológus bevonását
- b. Pszichofarmakonok dózisának esetleges visszaemelése

Pszichiáterek szerepe

- Dohányzási
szokások
feltárása

- Egyéni
kezelési
terv
kialakítása

-
Gyógyszeres
kezelés
monitorozása

A large orange circle is positioned on the left side of the slide, partially overlapping the text.

Leszokás előtti felkészü- lés

- Stabil pszichés állapot biztosítása

- Pszichiátriai gyógyszerek dózisának optimalizálása

- Beteg edukáció és motiváció

Gyógyszer
interakció
k kezelése

Plazmaszint
monitorozása

Dózisok
finomhangolása

Gyakori
kontroll

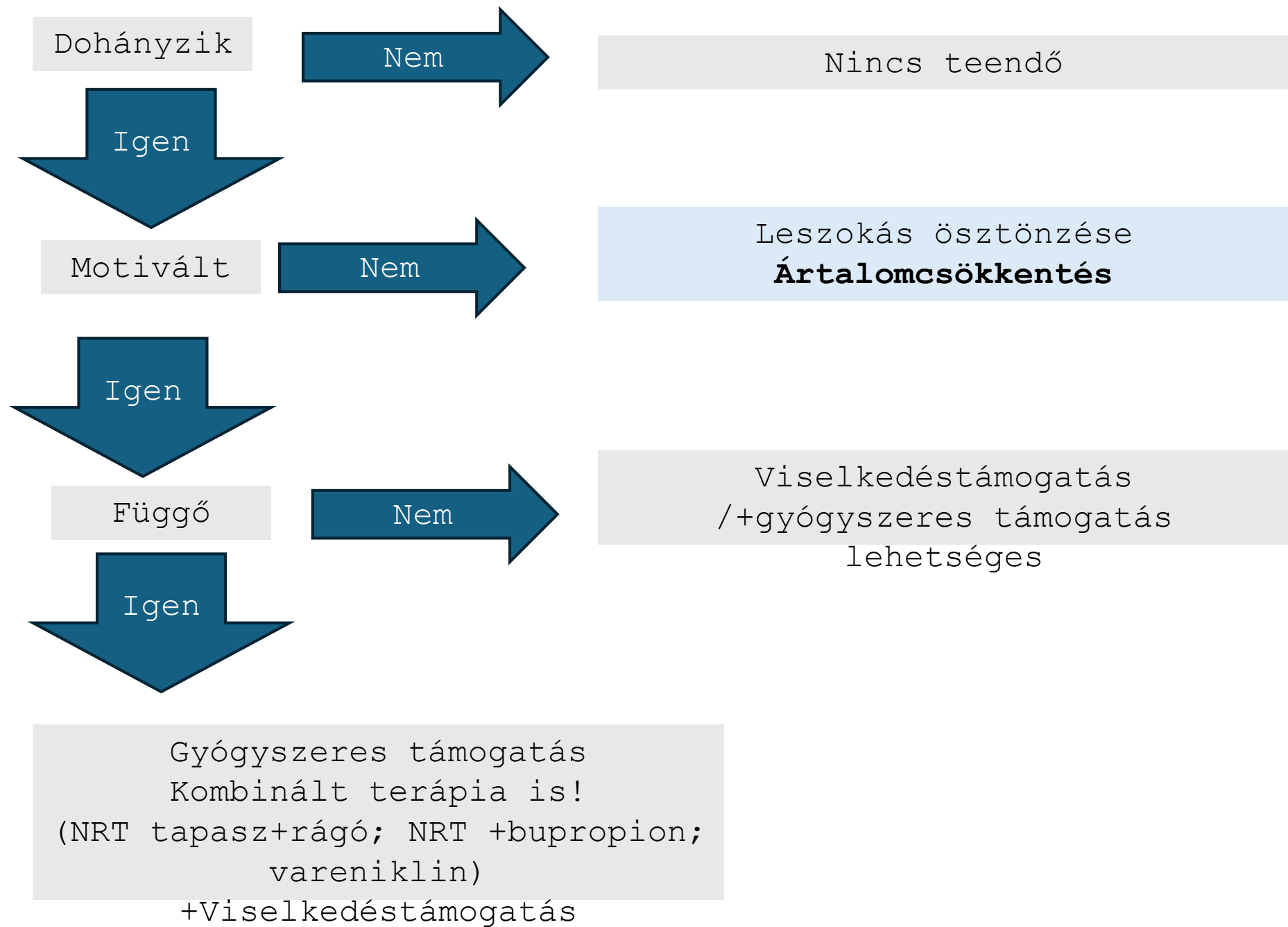


Stressz és szorongás kezelése

- Stressz és
megvonási tünetek
differenciálása
- Alternatív
stresszkezelési
technikák
- Relaxáció és
mindfulness



Speciális
kérdés



E-cigaretta és ártalomcsökkentés

- Potenciális előnyök
és kockázatok



Ártalomcsökkentés

- Európai leszokástámogató irányelv ajánlása:
„REDUCE TO QUIT”
a csökkentett dohányzás +NRT
- kliens lefelezi a dohánytermékek adagját
 - (pl. napi 10 szál cigiről 5 szálra),
- leszokáskor előírt nikotinpótló terápia (NRT) dózis felét kell indítani
 - (pl. 10mg/16h tapasz helyett 5mg/16h nikotinos tapasz
/+ gyors hatású készítmény).



Köszönöm a
figyelmet!

