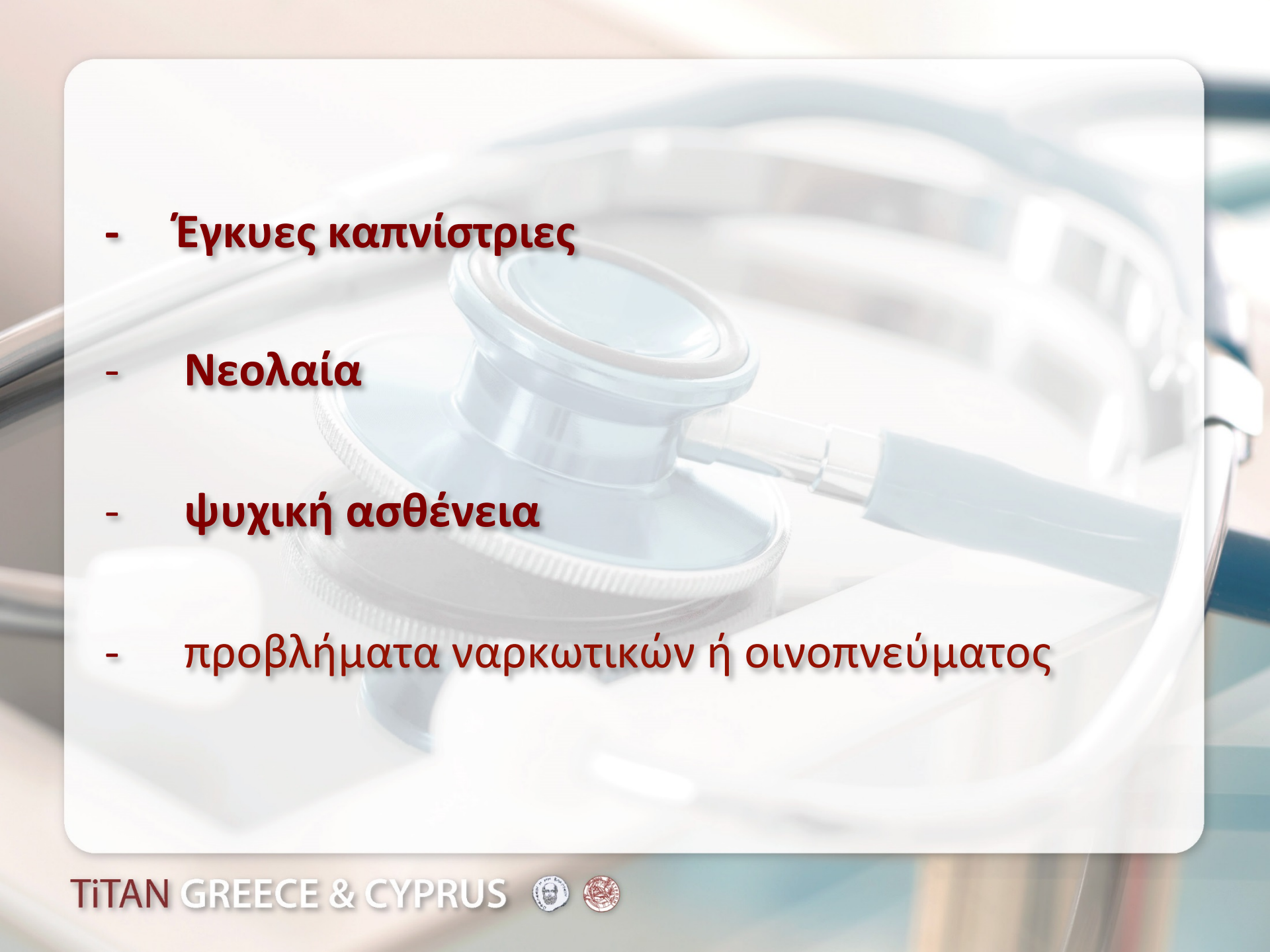


Ειδικοί πληθυσμοί

- 
- Έγκυες καπνίστριες
 - Νεολαία
 - ψυχική ασθένεια
 - προβλήματα ναρκωτικών ή οίνοπνεύματος

Εγκυμοσύνη



Smoking during pregnancy increases the risk of
placental problems (praevia and/or abruptio),
chronic hypertensive



Smoking increases the risk of
low birth weight infants

Obstet Gynecol Clin N Am 2014;41:255-266

Αρνητικές επιδράσεις που σχετίζονται με το κάπνισμα κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του θηλασμού

Επιπλοκές στην εγκυμοσύνη	Επιδράσεις στα νεογνά	Μακροπρόθεσμες επιδράσεις
- Υπογονιμότητα (θηλυκό και αρσενικό) - Έκτοπη κύηση (εκτός της μήτρας) - Αυθόρμητη άμβλωση (αποβολή) - Πρόωρη γέννα - Πρόωρη ρήξη μεμβρανών - Προβλήματα πλακούντα (previa & αποκοπή) - Περιορισμός ανάπτυξης	- Χαμηλό βάρος γέννησης (κατά μέσο όρο $\approx$ 200 γραμμάρια μικρότερο) - Αυξημένη περιγεννητική θνησιμότητα - Αυξημένη είσοδος στη μονάδα εντατικής θεραπείας νεογνών - Σύνδρομο αιφνίδιου βρεφικού θανάτου (SIDS) - Μειωμένος όγκος μητρικού γάλακτος και διάρκεια θηλασμού	- Παιδικές αναπνευστικές νόσοι (άσθμα, πνευμονία, βρογχίτιδα) - Άλλα παιδιατρικά προβλήματα (λοιμώξεις του αυτιού) - Μαθησιακά προβλήματα (ανάγνωση, μαθηματικά, γενική ικανότητα) - Προβλήματα συμπεριφοράς - Διαταραχή διάσπασης προσοχής (ADHD)

Εγκυμοσύνη και κάπνισμα

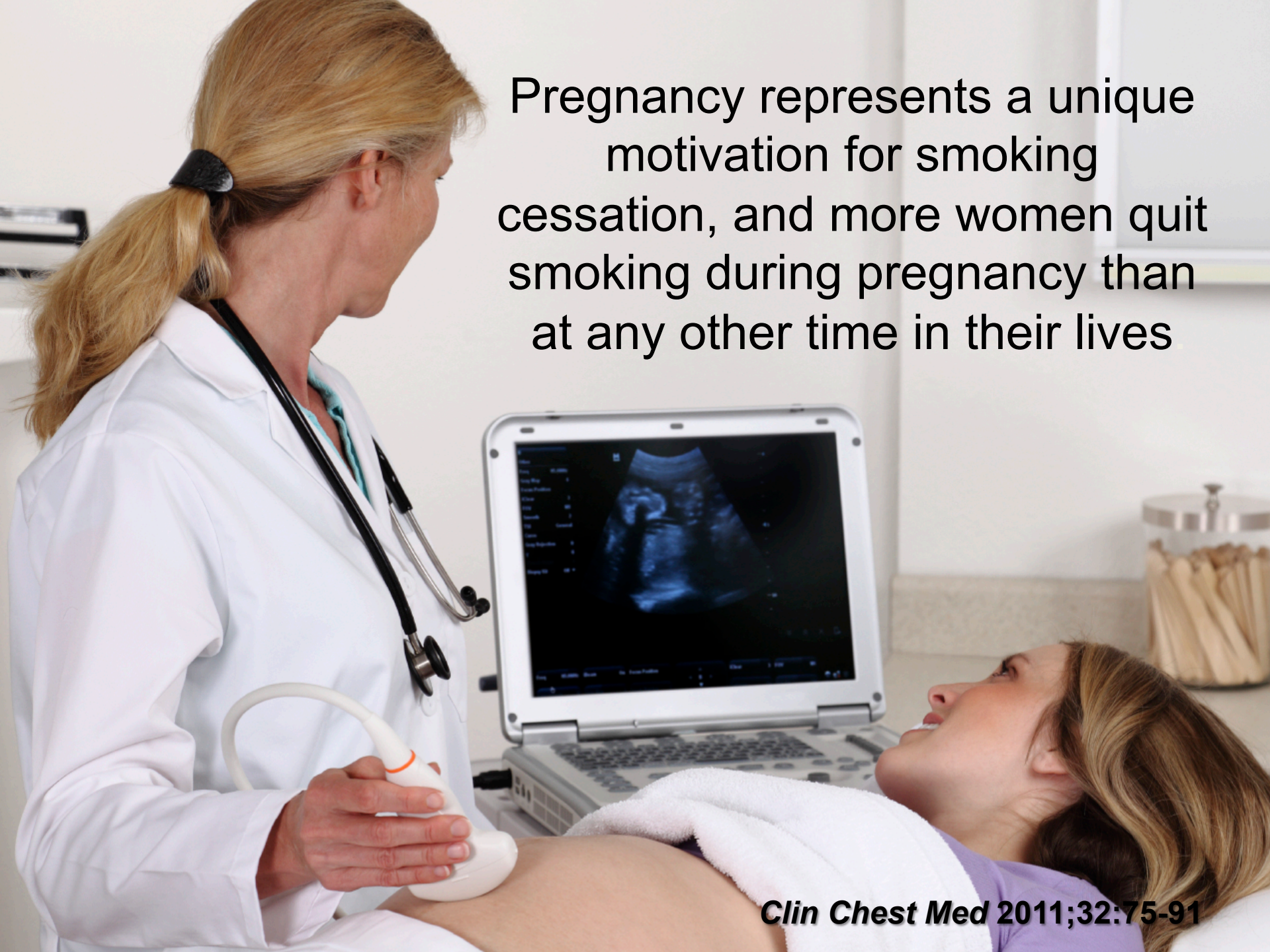
Ένας πολύ ενθαρρυντικός χρόνος για να Σταματήσετε!

- Το **20% -30%** των γυναικών σταματά το κάπνισμα κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης
- Το **80% -85%** αυτών των γυναικών θα παραμείνει απαλλαγμένο από τον καπνό κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης
- Τα ποσοστά υποτροπής ποικίλλουν αλλά είναι περίπου
 - **20%** πριν τον τοκετό
 - **50%** εντός 4 μηνών μετά τον τοκετό
 - **70-90%** κατά 1 χρόνο μετά τον τοκετό



Clark, M. & Nakad, R., 2011

Pregnancy represents a unique motivation for smoking cessation, and more women quit smoking during pregnancy than at any other time in their lives



Γιατί οι έγκυες γυναίκες συνεχίζουν να καπνίζουν;

- Το 50% των εγκυμοσύνων είναι απρογραμματίστες, έτσι το να μείνουν έγκυες και να σταματήσουν το κάπνισμα δεν ήταν αναγκαστικά μέρος του σχεδίου
- Στρες και φόβος κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης
- Παρανοήσεις ότι η διακοπή του καπνίσματος μπορεί να προκαλέσει άγχος της γυναίκας, προκαλώντας έτσι βλάβη στο έμβρυο
- Ντροπή ή ενοχή που τους εμποδίζει να ζητήσουν βοήθεια για να το κόψουν



Ποσοστό Μεταβολισμού Νικοτίνης

- 40% υψηλότερο ποσοστό μεταβολισμού της νικοτίνης
- Περισσότερες από τις συνήθεις δόσεις νικοτίνης μπορεί να είναι απαραίτητες για τη βελτιστοποίηση της αποτελεσματικότητας

Dempsey D, Jacob P 3rd, Benowitz NL. J Pharmacol Exp Ther. 2002 May;301(2):594-8.

Ρώτησε

ΡΩΤΗΣΕ στην πρώτη επίσκεψη στην κύηση και σε όλες τις επόμενες επισκέψεις για
Παρούσα ή παρελθοντική χρήση καπνού (αριθ. Τσιγάρ./ ημέρα)
ΚΑΙ Έκθεση σε παθητικό κάπνισμα
Χρησιμοποίησε το τεστ CO για να επιβεβαιώσεις τις απαντήσεις & κατέγραψε το μαιευτικό ιστορικό

ΡΩΤΗΣΕ

ΡΩΤΗΣΕ στην πρώτη επίσκεψη στην κύηση και σε όλες τις επόμενες επισκέψεις για
Παρούσα ή παρελθοντική χρήση καπνού (αριθ. Τσιγάρ./ ημέρα)
ΚΑΙ Έκθεση σε παθητικό κάπνισμα
Χρησιμοποίησε το τεστ CO για να επιβεβαιώσεις τις απαντήσεις
& κατέγραψε στο μαιευτικό ιστορικό

Καπνίζω τακτικά
τώρα

Καπνίζω, αλλά μείωσα
τον αριθμό των
τσιγάρων στην κύηση

Σταμάτησα να
καπνίζω όταν έμαθα
ότι είμαι έγκυος

Σταμάτησα να
καπνίζω πριν μάθω
ότι είμαι έγκυος

Δεν έχω
καπνίσει ποτέ

Δεν υπάρχει ασφαλής αριθμός τσιγάρων στην εγκυμοσύνη και πρέπει να συστήνεται στις έγκυες να διακόπτουν τελείως το κάπνισμα. (Level of Evidence A)

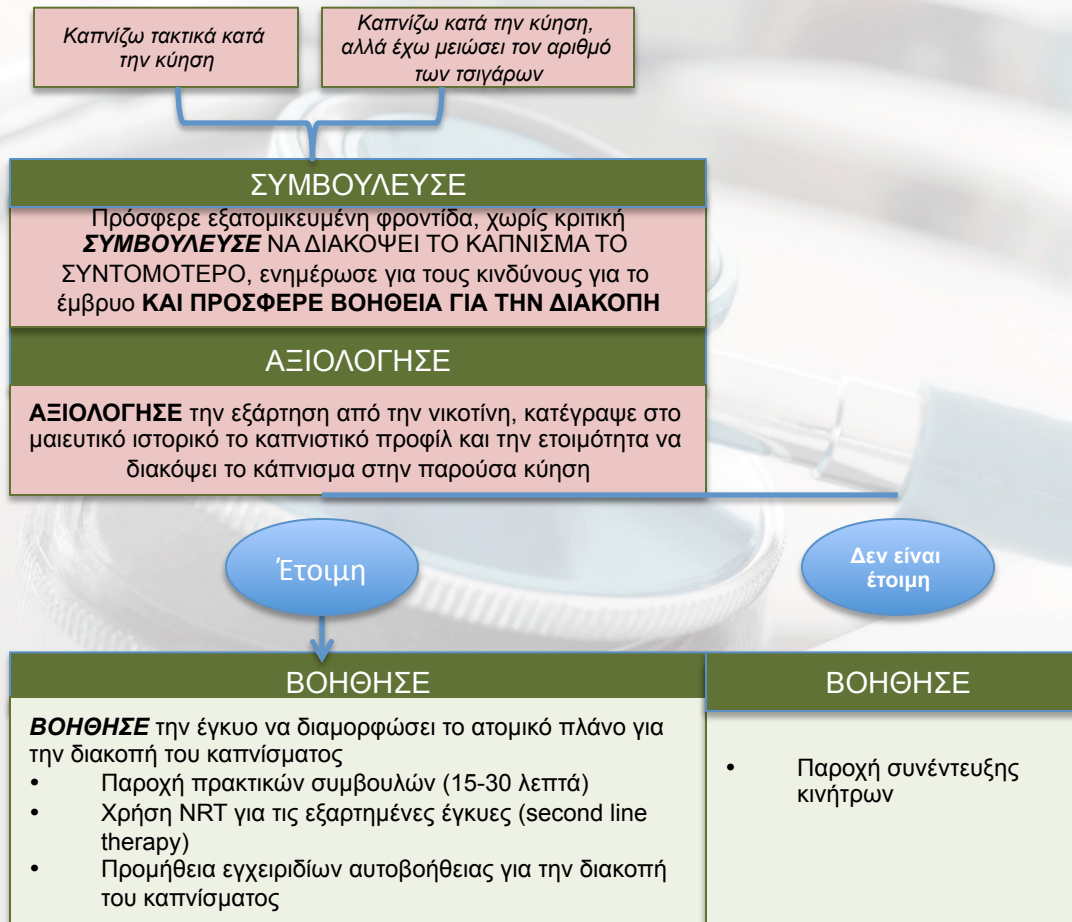
Η έγκυος πρέπει να διακόψει το κάπνισμα όσο το δυνατόν νωρίτερα στο πρώτο τρίμηνο της εγκυμοσύνης και να συνεχίσει να μην καπνίζει μετά τον τοκετό. (Level of Evidence A)

Συμβούλευσε όλες τις έγκυες και τους συντρόφους τους να διασφαλίσουν 100% καθαρό περιβάλλον από καπνό (smoke free environment) στο σπίτι, και σε άλλα μέρη όπως εστιατόρια, κοινωνικές συγκεντρώσεις κ.α.

Συνιστώμενες ερωτήσεις για screening για έκθεση σε παθητικό κάπνισμα (SHS) κατά την κύηση

Σύζυγος ή άλλα σημαντικά άτομα

1. Ο σύζυγος σου καπνίζει; Καπνίζει και παρουσία σου;
2. Υπάρχει κάποιο άλλο σημαντικό άτομο, που έχεις συχνή επαφή μαζί του που καπνίζει Παρουσία σου;



Συμβούλευσε

Καθαρό περιβάλλον

- Επιπτώσεις στην υγεία του εμβρύου
- Δεν υπάρχει ασφαλές όριο για το κάπνισμα
- Με έμφαση
- Προσαρμόζοντας στην κάθε περίπτωση
- Πρόσφερε την βοήθεια σου

“Σαν επαγγελματίας υγείας οφείλω να διασφαλίσω την καλύτερη φροντίδα για εσένα και το έμβρυο σου, ούτως ώστε τόσο η εγκυμοσύνη σου όσο και ο τοκετός σου να είναι ασφαλής. Η διακοπή του καπνίσματος μειώνει τους κινδύνους και τα προβλήματα που μπορεί να προκύψουν τόσο κατά την κύηση όσο και στον τοκετό.”

“Δεν θέλω να σε πιέσω, αλλά κάθε φορά που θα έρχεσαι εδώ κατά την κύηση θα ήθελα να το συζητάμε, γιατί τα οφέλη για το μωρό σου θα είναι πολλά. Εγώ είμαι εδώ να σε βοηθήσω στην διακοπή του καπνίσματος όποτε το αποφασίσεις εσύ”

Σύσταση από τις κατευθυντήριες οδηγίες

Οι παρεμβάσεις συμβουλευτικού τύπου είναι αποτελεσματικές για τη διακοπή καπνίσματος στις έγκυες.

Οι παρεμβάσεις αλλαγής συμπεριφοράς είναι πιο αποτελεσματικές όταν πραγματοποιούνται με τρόπο συστηματικό. Οι έγκυες που δεν μπορούν να κόψουν το κάπνισμα πρέπει να γίνονται δέκτες έντονης συμβουλευτικής υποστήριξης (για 15 λεπτά τουλάχιστον) για να το σταματήσουν όσο πιο νωρίς γίνεται στην εγκυμοσύνη τους. (*Level of Evidence A*).

SC Θεραπεία για έγκυες γυναίκες



Η βουπροπιόνη και η βαρενικλίνη δεν συνιστώνται στις έγκυες γυναίκες

Ελάχιστες ποσότητες νικοτίνης απεκκρίνονται στο μητρικό γάλα. το κάπνισμα και το NRT δεν είναι αντενδείξεις για θηλασμό

Pregnancy and smoking

Counselling is recommended as first line treatment



It is recommended that NRT be considered in pregnancy if efforts to quit without medication are unsuccessful or if the patient will continue to smoke without NRT.

NRT is the pharmacologic treatment of choice in pregnancy, and the risk-benefit ratio for its use is favorable, especially in moderate to heavy smokers (10 cigs+/d) because with smoking, the fetus is exposed to higher doses of nicotine, CO, and multiple other toxins.



>> Recommendation

Όταν η γυναίκα που επιθυμεί να διακόψει το κάπνισμα δεν μπορεί, καλό είναι να παραπέμπεται σε ειδική υπηρεσία διακοπής καπνίσματος. Οι επαγγελματίες υγείας πρέπει να την ρωτήσουν σε επόμενη συνάντηση για να διασφαλίσουν ότι κάνει θεραπεία. (Level of Evidence A).

“ΟΡΓΑΝΩΣΤΕ” Follow-up για υποστήριξη

◆ Δυνατότητες παρέμβασης:

- Follow-up από την μαία
- Οργάνωσε follow-up σε ειδικό κέντρο διακοπής καπνίσματος

◆ Σε τακτά χρονικά διαστήματα Follow-up ειδικά τους πρώτους 6-μήνες αυξάνεται η πιθανότητα της επιτυχίας της διακοπής του καπνίσματος

◆ Πιο εντατικό follow-up με έγκυες που παρουσιάζουν υψηλό κίνδυνο να υποτροπιάσουν

- Έχουν λίγα κίνητρα να το διακόψουν

>> Σύσταση

Οι γονείς πρέπει να ενθαρρύνονται να μην καπνίζουν στην λοχεία. Η μαιευτική φροντίδα σε αυτή την περίοδο πρέπει να προλαμβάνει την υποτροπή και των δύο γονέων. (Level of Evidence A).

Νεολαία

TITAN GREECE & CYPRUS



Νεολαία

- Το 90% των ανθρώπων εθίζονται στο κάπνισμα κατά την εφηβεία τους.
- Οι νέοι βρίσκονται στη διαδικασία απόκτησης καπνιστικών συνηθειών και εθισμού. Η πρόληψη της μετάβασης από το μη καθημερινό κάπνισμα στο τακτικό κάπνισμα είναι σημαντική.²
- Οι νέοι που φτάνουν στην ηλικία των 19 ετών χωρίς να καπνίσουν πιθανότατα δεν θα καπνίσουν ποτέ στη ζωή τους.³

1) Els, Smoking Cessation Rounds. Volume2, Issue 2. 2008 2) CAN ADAPTT 2011. 3) Alberta Alcohol and Drug Abuse Commission, (2003). *Guidelines for Successful Youth Tobacco Reduction Programs*.

Συμβουλευτική νέων / νεαρών ενηλίκων

- Δώστε έμφαση στα βραχυπρόθεσμα οφέλη:

- Αρνητικές επιπτώσεις στην προσωπική υγιεινή

Οσμή, κακή αναπνοή, πρόωρη γήρανση, αλλαγή στο δέρμα (χρώμα)

- Επιπτώσεις στον τρόπο ζωής

 - Σεξουαλική απόδοση

 - Επιδράσεις στην ικανότητα σωματικής άσκησης κ.λπ.

- Η καπνοβιομηχανία παγιδεύει

 - Ειδικά απευθύνεται σε νέους / νέους ενήλικες

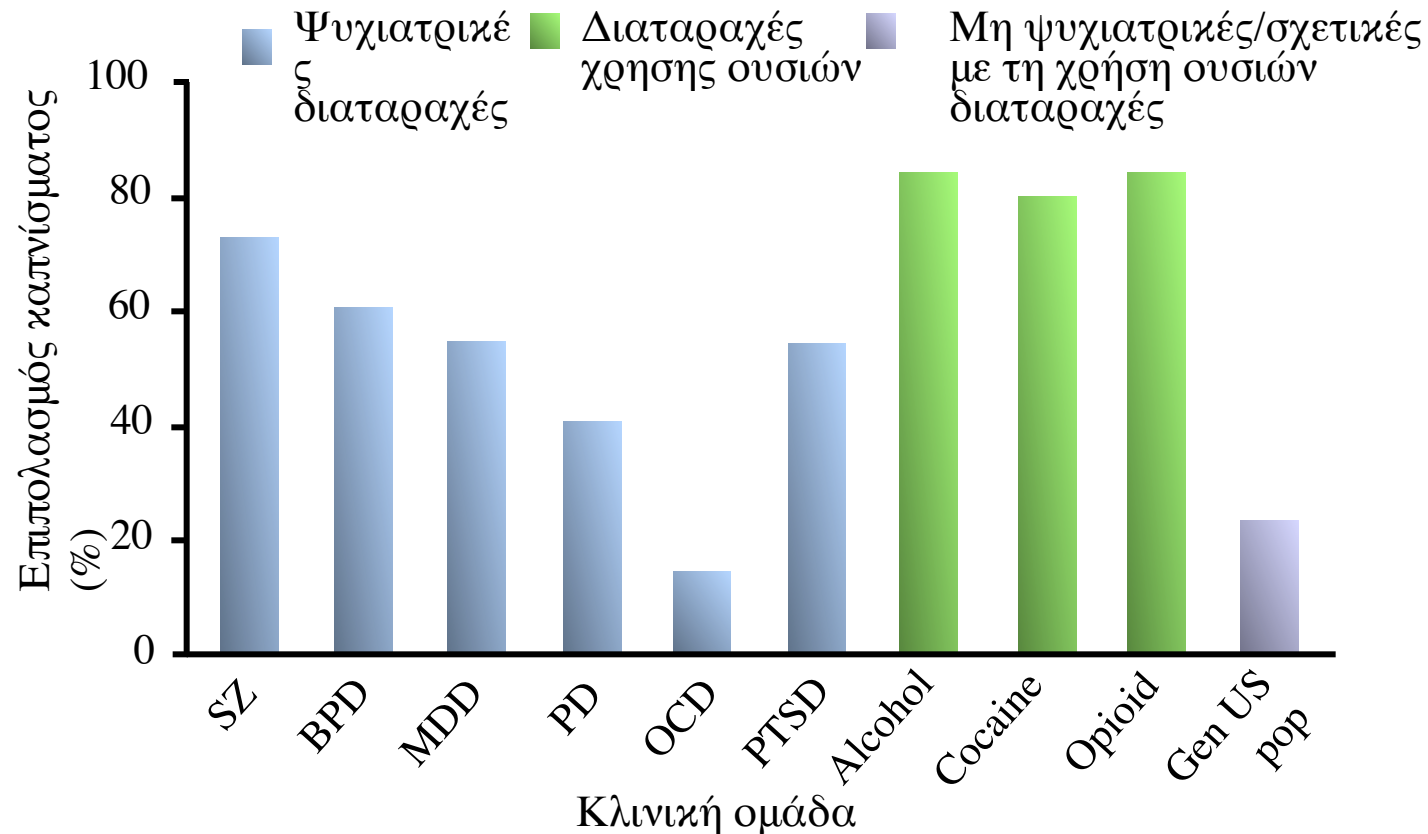
 - Money Grab – Σας παγιδεύουν ώστε να μπορούν να πάρουν τα χρήματά σας

ψυχική ασθένεια

Καπνιστές με προβλήματα ψυχικής υγείας

- Χαμηλότερη πιθανότητα επιτυχίας
- Συχνά ενθαρρύνονται να σταματήσουν
- Η διακοπή δεν θα επιδεινώσει τα συμπτώματα και μπορεί να τα βελτιώσει
- Πιθανό να χρειαστεί περισσότερη εντατική βοήθεια για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα
- Μπορεί να χρησιμοποιήσουν το Champix και το NRT
- Ανάγκη να αναθεωρηθεί η δόση οποιουδήποτε φαρμάκου που μπορεί να χρησιμοποιούν για το πρόβλημα της ψυχικής τους υγείας, ιδιαίτερα αντιψυχωτική φαρμακευτική αγωγή
- Ανάγκη για στενή επαφή με την ομάδα που αντιμετωπίζει το πρόβλημα ψυχικής υγείας

Το κάπνισμα στις ψυχιατρικές διαταραχές και την κατάχρηση ουσιών



SZ, schizophrenia; BPD, bipolar disorder; MDD, major depressive disorder; PD, panic disorder; OCD, obsessive-compulsive disorder; PTSD, post-traumatic stress disorder

Ορισμένες επιπλέον σκέψεις

- Το 44% όλων των τσιγάρων καταναλώνονται από άτομα με ψυχιατρικές συννοσηρότητες
- Το κάπνισμα σκοτώνει 1 στους 2 ψυχικά ασθενείς καπνιστές, περισσότερο από όλες τις άλλες ψυχικές ασθένειες σε συνδυασμό
- Το προσδόκιμο ζωής των ψυχιατρικών ασθενών είναι σχεδόν 25 χρόνια μικρότερο από αυτό των άλλων ατόμων

Προκαλεί η διακοπή του καπνίσματος κατάθλιψη και άγχος;

Η διακοπή του καπνίσματος δε φαίνεται να αυξάνει τον κίνδυνο συμπτωμάτων κατάθλιψης και άγχους σε εκείνους που δεν έχουν συμπτώματα όταν το σταματούν.

Bolam B., West R., & Gunnell D. Does emoking cessation cause depression and anxiety? Findings from the ATTEMPT cohort. Nicotine and Tobacco Research. 2011 13(3): 209-14.

Κάπνισμα & ψυχική ασθένεια

Η ψυχική ασθένεια δεν αποτελεί ούτε αντένδειξη για τη διακοπή του καπνίσματος ούτε για την παροχή φαρμακευτικής αγωγής για τη διακοπή. Τεκμηριωμένα στοιχεία υποστηρίζουν έντονα τη χρήση συμβουλευτικής και φαρμακευτικής αγωγής.

Fiore MC, Bailey WC, Cohen SJ, et al. *Treating Tobacco Use and Dependence. Clinical Practice Guidelines*. Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Service. Public Health Service; 2000. Guideline Update 2008.

Ιδιαίτερες σκέψεις για το κάπνισμα & τις ψυχικές ασθένειες

- Η θεραπεία πρέπει να γίνεται με ανοικτό-κλειστό (open-ended) τρόπο, αποφεύγοντας την πρόωρη εστίαση στη μακροχρόνια αποχή ως προσδοκία στους σοβαρά ψυχικά ασθενείς. Η έμφαση θα πρέπει να δοθεί στην επίτευξη αυξανόμενων περιόδων συνεχούς αποχής.

Φαρμακοθεραπεία, κατάθλιψη και αυτοκτονία

- Μελέτη κοόρτης στο Ηνωμένο Βασίλειο: $n = 80.660$
- Πρωτογενή αποτελέσματα: αυτοτραυματισμός
- Δευτερεύοντα αποτελέσματα: αυτοκτονικές σκέψεις, κατάθλιψη
- Ενδείξεις που δεν υποστηρίζουν τη σύνδεση

Gunnell et al. (2009). Varenicline and suicidal behaviour: a cohort study based on data from the General Practice Research Database. *British Medical Journal*, 339 (b3805), 1-7.

Αποτελεσματικότητα και ασφάλεια της βαρενικλίνης σε ασθενείς με ψυχικές ασθένειες

- Η ισχυρότερη σειρά τεκμηριωμένων στοιχείων που αποδεικνύουν την ασφάλεια και αποτελεσματικότητα της βαρενικλίνης στους ψυχικά ασθενείς είναι μια σύγκριση πριν από τη χρήση της βαρενικλίνης και της NRT σε μία σειρά περιπτώσεων 412 ασθενών με ($n = 111$) ή χωρίς ψυχική ασθένεια.
- Τα αποτελέσματα υποδηλώνουν ότι η βαρενικλίνη είναι ανώτερη από τη NRT (μονοθεραπεία) στους ψυχικά ασθενείς. Είναι τόσο αποτελεσματική για τους ψυχικά ασθενείς όσο και για τους μη ψυχικά ασθενείς και σε αυτό το σημαντικό δείγμα ασθενών, η βαρενικλίνη δεν συσχετίστηκε με επιδείνωση της ψυχικής ασθένειας.

Stapleton J, Watson L, Spirling LI, et al. Varenicline in the routine treatment of tobacco dependence: A pre-post comparison with nicotine replacement therapy and an evaluation in those with mental illness. *Addiction*. 2008;103(1):146-154.

Επίπεδα καπνίσματος και ψυχοτρόπων φαρμάκων

- **Μεταβολίζεται από το CYP 1A2** • **Δεν μεταβολίζεται από το CYP 1A2**

- | | |
|------------------|-----------------|
| - Χλωροπρομαζίνη | - Βουπροπιόνη |
| - Αλοπεριδόλη | - Ρισπεριδόνη |
| - Κλοζαπίνη | - Κουετιαπίνη |
| - Ολανζαπίνη | - Ζιπρασιδόνη |
| - Καφεΐνη | - Α ριπιπραζόλη |

Παρακολουθήστε για παρενέργειες: τα επίπεδα στο αίμα μπορεί να αυξηθούν καθώς ο μεταβολισμός του ήπατος επιβραδύνεται

Σύνοψη των συστάσεων

- Η συμβουλευτική για τη διακοπή του καπνίσματος και η NRT πρέπει να προσφέρονται στους καπνιστές που χρησιμοποιούν υπηρεσίες ψυχικής υγείας
- Κατά τη χρήση της NRT, οι ψυχιατρικές παθήσεις των ασθενών και οι δόσεις φαρμάκων πρέπει να παρακολουθούνται και να προσαρμόζονται ανάλογα με τις ανάγκες
- Πρέπει να λαμβάνονται υπόψη όλες οι επιλογές πρώτης γραμμής, καμία δεν αντενδείκνυται.
- Ειδικές σκέψεις υπό συνθήκες.

CAN-ADAPTT: Dynamic Guidelines for Tobacco Control in Canada, Version 1. August 2008.
Els, 2010 2nd Annual Cessation Conference, Ottawa Heart Institute

προβλήματα ναρκωτικών ή οινοπνεύματος

COMORBID TOBACCO AND CANNABIS USE:

Treatment

- Research into co-treatment of cannabis and tobacco is lacking
- Must decide whether to intervene on both substances simultaneously or sequentially
- Controversial, but most studies suggest that simultaneous treatment does not jeopardize outcomes for treating addiction to alcohol or other illicit drugs
- As many cannabis users smoke a mixture of cannabis and tobacco or chase cannabis with tobacco, and as conditioned cues associated with smoking both substances may trigger use of either substance, a simultaneous cessation approach with cannabis and tobacco may be most beneficial
- No evidence of a negative effect of tobacco-related interventions on outcomes in substance-using patients



TiTAN GREECE & CYPRUS

Tobacco treatment TrAining
Network in Greece & Cyprus

