

# Léčba závislosti na tabáku v ordinaci praktického lékaře

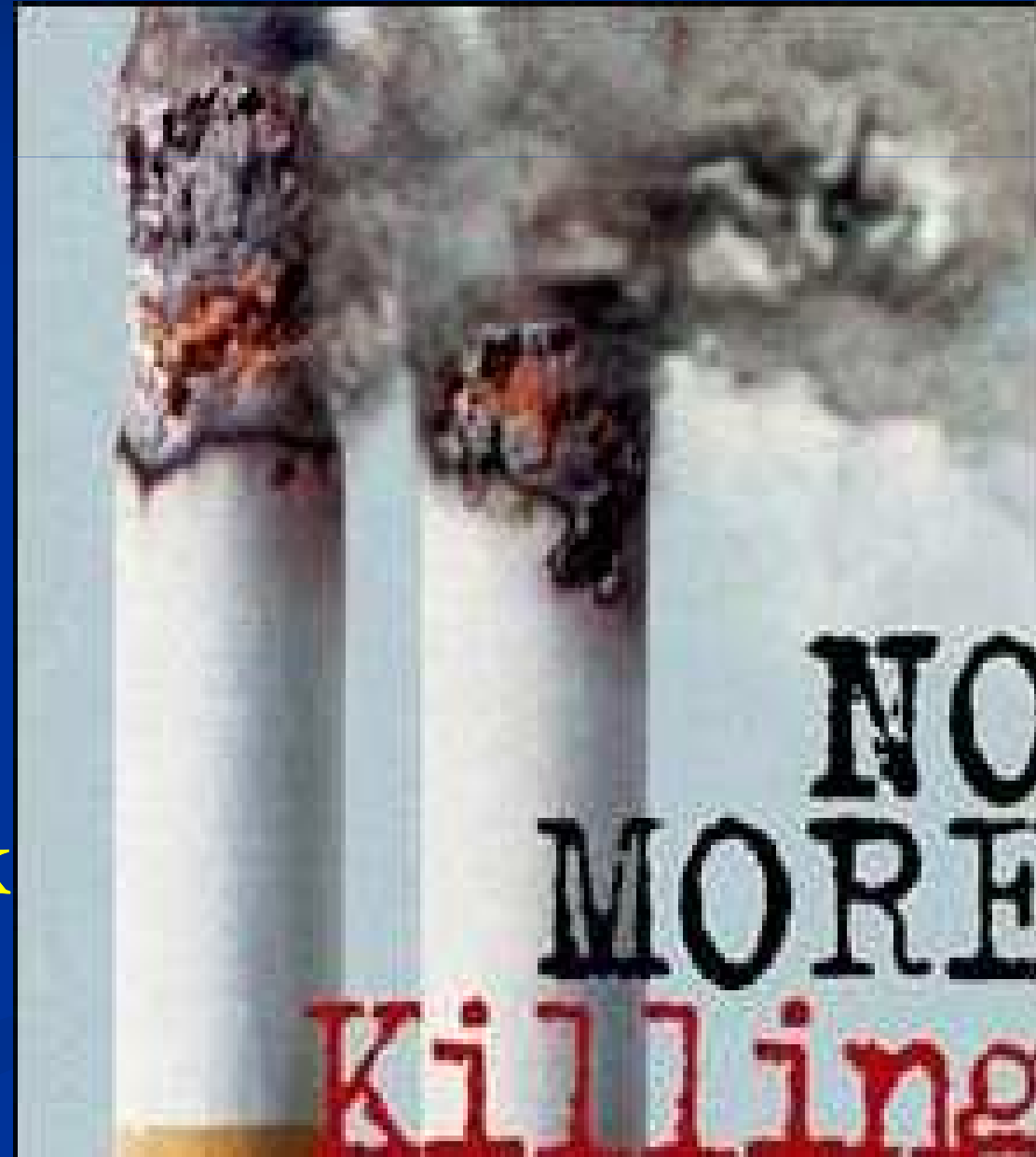
**MUDr. Jozef Čupka**

**Koordinátor Společnosti  
všeobecného lékařství ČLS JEP  
pro závislosti**

**Poradna pro odvykání kouření**

**Ústav veřejného zdravotnictví a  
preventivního lékařství-2.LF UK  
Praha**

**SVL.CZ@SEZNAM.CZ**

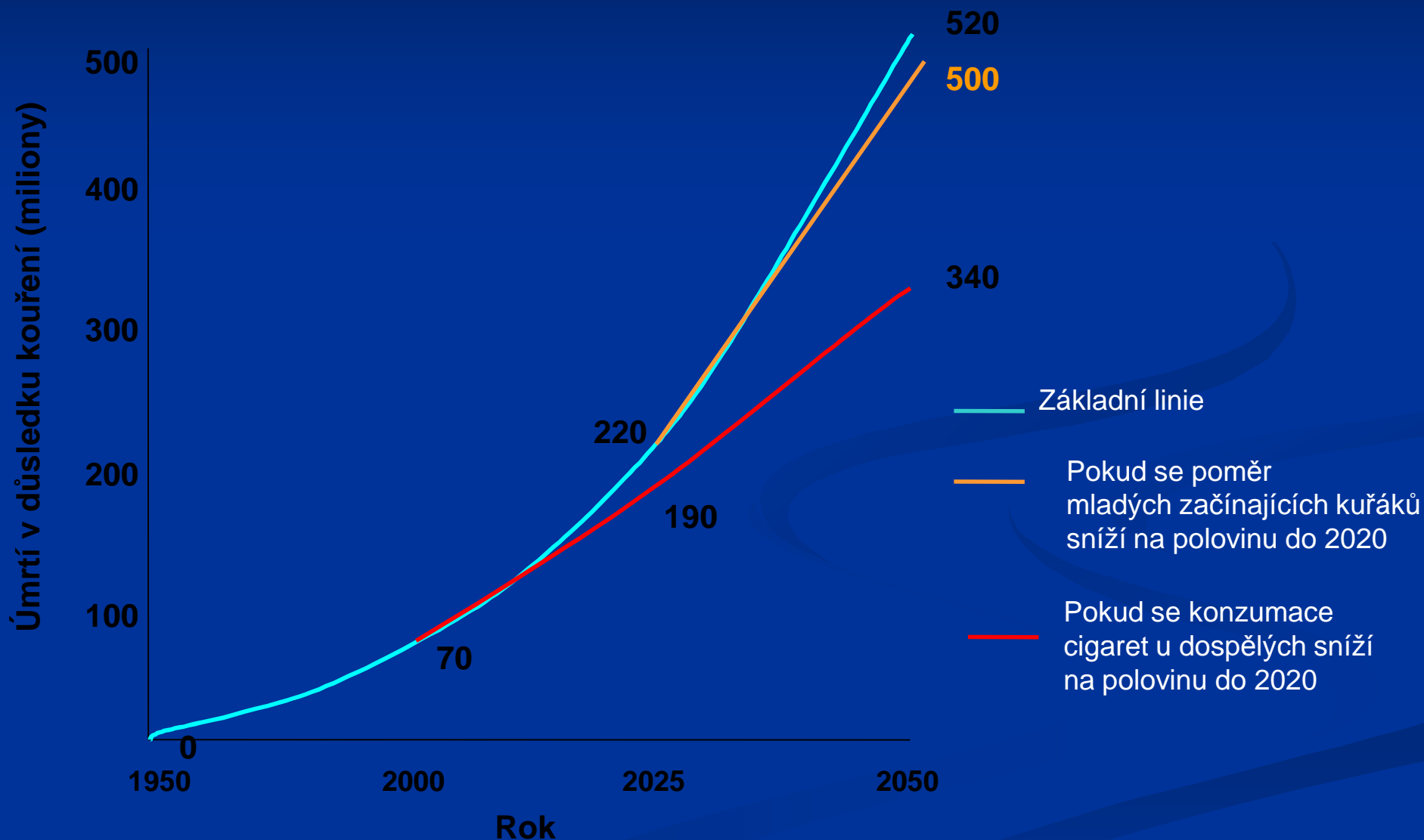


# Wonca's Call for Action on Tobacco Cessation:

- Každý druhý kuřák zemře na důsledky spojené s kouřením
- Ve 20-století zabil tabák cca 100 milionů lidí
- Ve 21-století zabije tabák 1 miliardu lidí, pokud se nezmění trendy a množství kuřáků ve světě

<http://www.deathsfromsmoking.net/>

**POKUD SOUČASNÍ KURÁČI NEPŘESTANOU KOUŘIT, POČET ÚMRTÍ ZPŮSOBENÝCH KOUŘENÍM SE ZA 50 LET DRAMATICKY ZVÝŠÍ.**

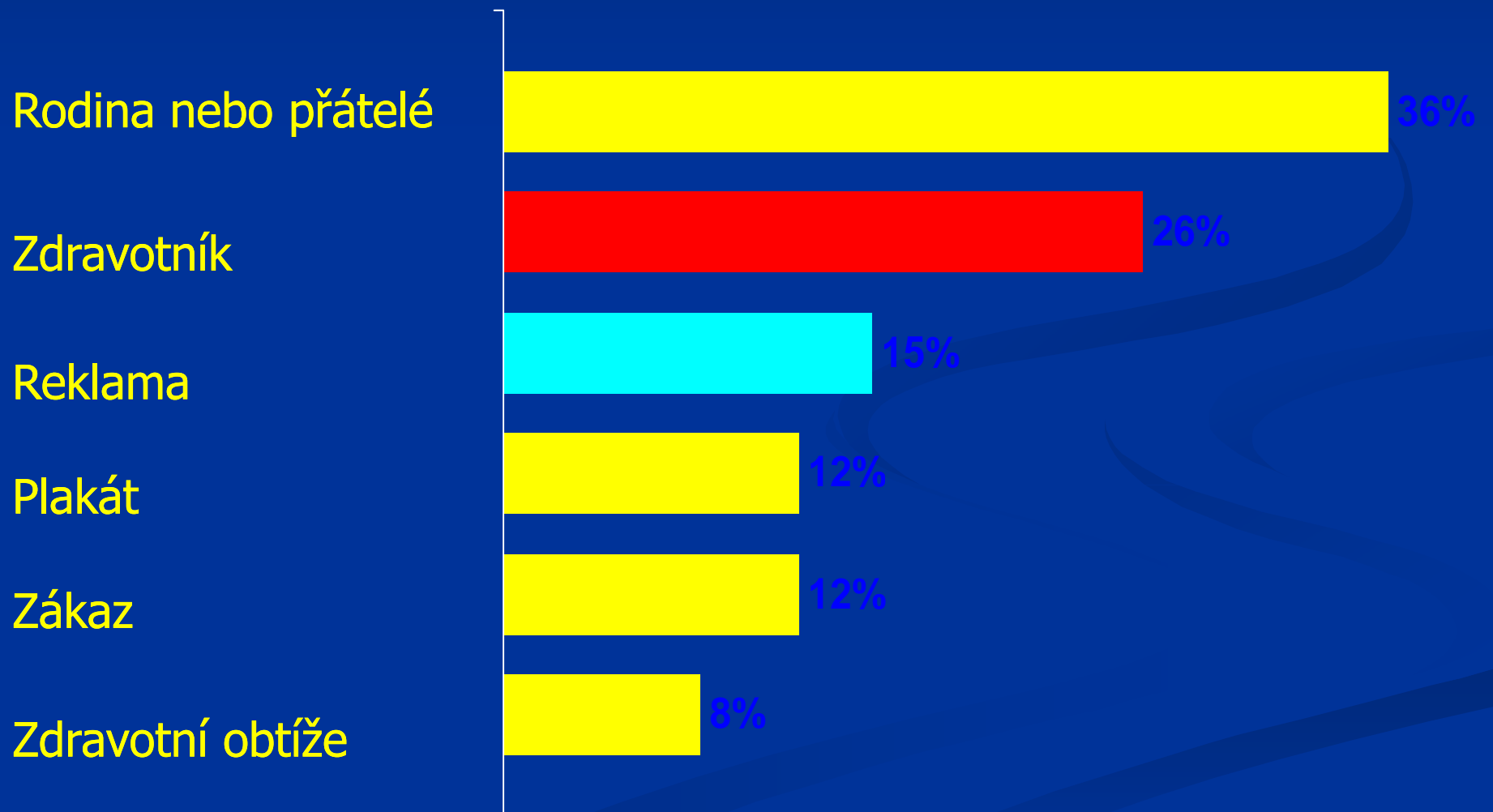


# Procesy změny motivace k odvykání kouření tabáku



Trhaná linie procesu změny reflektuje skutečnost, že motivace nutná ke změně

# Co Vás naposledy vedlo k tomu přestat kouřit?



Podklad: 672 kuřáků, kteří právě zkoušejí přestat nebo se o to pokusili v uplynulém roce.

# LETNÍ STUDIE O EFEKTIVĚ KRÁTKÉ INTERVENCE 5A (5P) V ČR 7-9/2004

- zapojeno 1200 praktických lékařů pro dospělé v ČR do „krátké intervence“  
k oslovení kuřáků a vysvětlení možnosti substituční terapie nikotinem

## Výsledky :

- provedeno 43 000 „intervencí“
- při 5-8% úspěšnosti krátké intervence 5A se rozšířili řady **ex-kuřáků o 2150-3440 lidí**





**Komunikace s praktickým lékařem pod stresem  
při plné čekárně pacientů**

# VŠE ZAŽÍNÁ

## Krátkou intervencí 5A (5P)

- 1) ASK-Ptát se - každého pacienta na kuřácký návyk = **anamnéza** !- můžou být překvapeni

Vyznačit v dokumentaci ( kolik cigaret / doutníků / dýmek denně, od kolika let) – případně krátký test nikotinové závislosti

nekuřáka a exkuřáka pochválit a podpořit  
v nekuřáctví



# Krátká intervence 5A (5P)

2) ADVISE-Porad'te přestat - jednoznačně, jasně – např. „je to to nejlepší, co ve svém životě pro své zdraví i rodiny můžete udělat“

můžou být opět překvapeni, ale vidí, že to myslíte vážně – tady většinou skončíme při současné preventivní prohlídce dle vyhlášky

3) ASSESS-Posud'te ochotu přestat: jestliže nechce, motivujte (personalizace rizika: vysvětlení souvislostí s konkrétní diagnózou či nálezem)

# Krátká intervence 5A (5P)

4) ASSIST - Pomozte přestat: - pravděpodobně nabídka , kterou od lékaře nikdy nedostali a často jsou za ni vděční 😊

psychosociální podpora (ptejte se, kdy nejčastěji kouří a porad'te, aby si předem připravil náhradní činnost)

farmakologická léčba (u pacientů fyzicky závislých na nikotinu, tj. zapalují si do 1 hodiny po probuzení či kouří víc než 10 cigaret denně)

# Krátká intervence 5A (5P)

- 5) ARRANGE CONTROLS – Plánujte kontroly, zejména v prvních týdnech nás pacient potřebuje – vhodné á 1 týden opakovaně 4x za sebou (diskuse o abstinčních příznacích, dávkách léků, relapsu,...)

Nutnost, která souvisí s léčbou

A MĚLA BY BÝT PLACENA POJIŠŤOVNOU-  
ZATÍM NENÍ, PROTO SLUŽBA ZA  
PŘÍMOU PLATBU OD PACIENTŮ

# PIPM

## PORADNY INTERVENČNÍ PREVENTIVNÍ MEDICÍNY

ZÁJEMCI Z ŘAD PL O **PORADNU** –

**PRO LÉČBU ZÁVISLOSTI NA TABÁKU**

nebo **PRO LÉČBU OBEZITY VE VLASTNÍ ORDINACI S**  
**PŘIDĚLENÍM STATUTU PORADNY INTERVENČNÍ**  
**PREVENTIVNÍ MEDICÍNY**

(napr. PIPM –pro léčbu závislosti na tabáku)

- Do 4/2010 – **cca 90 poraden léčby závislosti na tabáku**

- **WWW.ODVYKANIKOURENI.CZ**

# Velká Británie – léčba F 17

2002-3 .....24.5 milionů GBP

2003-4 .....41 milionů GBB

2004-5 .....46 milionů GBP

2005-8 .....51 milionů GBP

## CO POSKYTOVALI ZDRAVOTNÍ POJIŠTOVNY:

**VZP, ZPMV, VoZP –**

příspěvek na léky **1000 Kč** všem odvykajícím  
a **2000 Kč** gravidním a kojícím

**OZP –** příspěvek na léky **500 Kč** všem

**VZP V ROCE 2008 MĚLA VYČLENĚNO 20 milionů**  
z preventivních programů na odvykání kouření

– využilo se cca 6-7%





# FARMAKOTERAPIE a finance

- Náhradní nikotinová terapie (NNT)

náplast - cca 440 - 450 Kč / 7 ks / týden

žvýkačka - cca 190 - 200 Kč / 30 ks / týden

inhalátor – cca 340 Kč / 18 ks / 3-7 dní

- Bupropion – antidepresivum

**Zyban** – cca 3150 Kč / 60 tbl / měsíc (hradí pacient)

**Wellbutrin** – cca 850 Kč / 60 tbl / měsíc ( ZP )

- CHAMPIX-Vareniklin (parciální agonista nikotinových receptorů alfa 4 beta 2 )- cca 1800 Kč/měsíc

# FARMAKOTERAPIE -kombinace

■ LZE KOMBINOVAT VŠE NAVZÁJEM,  
ALE LOGICKÉ JSOU:

■ a) náhradní nikotinová terapie – NNT +Bupropion

- Při depresích či anxiétách

■ **b) Bupropion + Vareniklin (Champix)**

Při depresích či anxiétách

■ **c) Vareniklin (Champix) + NNT - při**  
obavách z tlousnutí

# Impact of Monotherapy (6-months)

Medication	No of arms	Estimated odds ratio	Estimated abstinence rate
<b>Placebo</b>	80	1.0 (95% C. I.)	<b>13.8</b> (95% C. I.)
<b>Varenicline (2 mg/day)</b>	5	3.1 (2.5, 3.8)	<b>33.2</b> (28.9, 37.8)
<b>Nicotine Nasal Spray</b>	4	2.3 (1.7, 3.0)	<b>26.7</b> (21.5, 32.7)
<b>High Dose Nicotine Patch (&gt;25mg)</b>	4	2.3 (1.7, 3.0)	<b>26.5</b> (21.3, 32.5)
<b>Long-Term Nicotine Gum (&gt; 14wks)</b>	6	2.2 (1.5, 3.2)	<b>26.1</b> (19.7, 33.6)
<b>Varenicline (1 mg/day)</b>	3	2.1 (1.5, 3.0)	<b>25.4</b> (19.6, 32.2)
<b>Nicotine Inhaler</b>	6	2.1 (1.5, 2.9)	<b>24.8</b> (19.1, 31.6)
<b>Clonidine</b>	3	2.1 (1.2, 3.7)	<b>25.0</b> (15.7, 37.3)
<b>Bupropion SR</b>	26	2.0 (1.8, 2.2)	<b>24.2</b> (22.2, 26.4)
<b>Nicotine Patch (6-14 weeks)</b>	32	1.9 (1.7, 2.2)	<b>23.4</b> (21.3, 25.8)
<b>Long-Term Nicotine Patch (&gt;14 weeks)</b>	10	1.9 (1.7, 2.3)	<b>23.7</b> (21.0, 26.6)
<b>Nortriptyline</b>	5	1.8 (1.3, 2.6)	<b>22.5</b> (16.8, 29.4)
<b>Nicotine Gum (6-14 weeks)</b>	15	1.5 (1.2, 1.7)	<b>19.0</b> (16.5, 21.9)

# Ovlivnění účinku léčiv kouřením

## ■ Farmakodynamické

- v CNS – především nikotin
- v periférii - nikotin

## ■ Farmakokinetické

- ve fázi absorpce – nikotin, další produkty
- ve fázi metabolismu – především polycyklické uhlovodíky

# Farmakodynamické interakce nikotinu

- **Betablokátory**
  - Menší pokles TK a TF
- **Benzodiazepiny**
  - Menší sedativní efekt
- **Opioidy**
  - Snížení analgezie

# Ovlivnění účinku léčiv kouřením

## ■ Farmakokinetické

### ■ ve fázi absorpce

#### ■ Inzulin subkutánně

- Vazokonstrikce – snížení vstřebání

#### ■ Inzulin inhalačně

- Zvýšení absorpce – poškození epitelu?



# Ovlivnění účinku léčiv kouřením

- Farmakokinetické
- ve fázi metabolismu
  - Warfarin
    - Kazuistika zvýšení účinku po přerušení kouření
  - Psychofarmaka
  - Teofylin

# JAK ZAČÍT S ODVYKÁNÍM KOUŘENÍ ?

## ■ A) ROZHODNUTÍM PŘESTAT

Tip: - pomoc a podněty

[WWW.ODVYKANIKOURENI.CZ](http://WWW.ODVYKANIKOURENI.CZ)

## ■ B) VYHLEDAT ODBORNOU POMOC



# NETRAPTE SE SAK

## NOVÝ ZPŮSOB LÉČBY VÁM PROZRADÍ LI

## KOUŘENÍ JE NEMOC

Na začátku to tak nemusí vypadat, člověk si občas ve společnosti rád zapálí – a chutná mu to. Co ale dělat, když požitek z kouření přeroste v závislost? Závislý kuřák má stejné příznaky jako uživatelé tvrdých drog, např. heroinu. Přestat kouřit a zbavit se závislosti na nikotinu je těžké, nikoli však nemožné. Statistiky ukazují, že 80 % kuřáků si přeje přestat kouřit. Rovněž je prokázáno, že z kuřáků, kteří se pokusili přestat bez cizí pomoci, „jen“ 2 % byla úspěšná pouze 2 %. Do roka se 98 % z nich ke kouření opět vrátilo.

ON-LINE  
VYHLEDEJ LÉKAŘE  
A OBJEDNEJ SE!

KALKULAČKA  
SPOČÍTEJTE SI VAŠE VI





# NETRAPTE SE SAMI

## NOVÝ ZPŮSOB LÉČBY VÁM PROZRADÍ LÉKAŘ

- O KOUŘENÍ
- MOŽNOSTÍ LÉČBY
- RADY PŘI ODVYKÁNÍ
- PORADNA LÉKAŘE
- DISKUSE
- KUŘÁCKÉ PŘÍBĚHY
- VYHLEDAT LÉKAŘE

## KOUŘENÍ JE NEMOC

nemusí vypadat, člověk si občas ve společnosti rád zapálí – a chutná mu to. Co ale dělat, kouření přeroste v závislost? Závislý kuřák má stejné příznaky jako uživatelé tvrdých drog, např. kouřit a zbavit se závislosti na nikotinu je těžké, nikoli však nemožné. Statistiky ukazují, že 80 % zůstane kouřit. Rovněž je prokázáno, že z kuřáků, kteří se pokusili přestat bez cizí pomoci, „jen“ zůstane pouze 2 %. Do roka se 98 % z nich ke kouření opět vrátilo.

ON-LINE  
VYHLEDEJ LÉKAŘE  
A OBJEDNEJ SE!

KALKULAČKA  
SPOČÍTEJTE SI VAŠE VLASTNÍ



# VYHLEDAT LÉKAŘE

Vyhledejte si odborné kontakty ve vašem regionu



Odbornou péči, které se Vám odvykání kouření je možno ro:

## 1. SPECIALIZOV. CENTRA A POR

**CENTRA PRO LÉČBU ZÁV TABÁKU** - vysoce specializovaný personál s nabídkou komplexní péče při odvykání kouření. Mlékú, které vám pomohou přestat kouřit.  
☞ Lékařská péče zdarma, možnost příspěvku na léky až 1000 Kč

**PORADNA PRO ODVYKÁNÍ PRAKTICKÝCH LÉKAŘŮ.** Centrum pro odvykání a možnosti přestat kouřit vám pomohou přestat kouřit.  
☞ Lékařskou péči zatím pojišťovna pacient si ji platí, možnost příspěvku na léky až 1000 Kč

# doporučení

- Přistupovat k pacientům nehodnotícím, podpůrným a empatickým způsobem
- Využívat intenzivně všechny psychoterapeutické a farmakoterapeutické možnosti léčby
- U těžších psychických poruch postupovat vždy ve spolupráci s psychiatrem nebo odeslat do Centra léčby závislosti na tabáku



