

Σπάζοντας τα δεσμά του Καπνίσματος

Ένας αγώνας που μπορεί να κερδηθεί

Επιμέλεια φακέλου: ΓΡ. ΣΤΡΑΤΑΚΟΣ

Πνευμονολόγος, Επιμελητής ΚΕΘ/Πν Νοσοκομείο «Ευαγγελισμός»

Το απόγευμα της 12^{ης} Οκτωβρίου του 1492 ο Χριστόφορος Κολόμβος και οι σύντροφοί του ανακάλυψαν τον καπνό: «Μου προσφέρθηκαν μερικά αποξηραμένα φύλλα», θα γράψει στο ημερολόγιό του ο Ισπανός θαλασσοπόρος, που ανέδιδαν «ένα χαρακτηριστικό ιδιάζον άρωμα». Ο Rodrigo de Jerez που ταξίδευε μαζί του θα παρατηρήσει τη διαδικασία του καπνίσματος και θα τη μεταφέρει στην Ισπανία.

Η εντύπωση που προκάλεσε η εκπνοή καπνού από το στόμα του ήταν τέτοια, που φιλικίστηκε ως δαιμονισμένος. Ο καπνός, ωστόσο, σύντομα κατέκτησε την Ισπανική αυτοκρατορία χάρη στην εύνοια του ίδιου του μονάρχη και αργότερα συνεπήρε τη Γαλλία χάρη στην Αικατερίνη των Μεδίκων, ως «φυτό της βασιλίσσης» ή νικωτιανή. Κυριάρχησε στην Αγγλία ως «tobacco» και απλώθηκε με εκπληκτική για την εποχή ταχύτητα στην Ολλανδία και τη Ρωσία. Όταν λίγα χρόνια αργότερα ο Rodrigo de Jerez αποφιλικίστηκε, το κάπνισμα ήταν ήδη μια δημοφιλή συνήθεια σε όλη την Ευρώπη.

Οι Βρετανοί ιατροί με επιστολή τους ήδη από το 1603 ζητούν από τον Ιάκωβο Α΄ να απαγορεύσει τη χρήση του καπνού χωρίς ιατρική συνταγή. Υψηλοί φόροι στα καπνικά προϊόντα σύντομα θα επιβληθούν, τόσο στην Αγγλία, όσο και στη Γαλλία του Λουδοβίκου XIV. Κατά τη διάρκεια του 17^{ου} και 18^{ου} αιώνα πάμπολλες απαγορεύσεις, αποκλεισμοί και τιμωρίες των καπνιστών που φθάνουν ως και σε δημεύσεις περιουσιών ή ακρωτηριασμούς σε ορισμένες πε-



ριπτώσεις, μόνο εν μέρει επιτυγχάνουν να ελέγξουν τη χρήση του καπνού. Ο 19^{ος} και ο 20^{ος} αιώνας χαρακτηρίζονται αφενός από την ταχύτατη γενίκευση και αύξηση της καπνιστικής συνήθειας μέσω της διαφήμισης και της εμπορικής εκμετάλλευσης του καπνού και αφετέρου από τη δραματική επίγνωση των καταστροφικών συνεπειών του στην υγεία και τη ζωή των καπνιστών.

Σήμερα είναι πλέον αναγνωρισμένο με τον πιο σαφή και κατηγορηματικό τρόπο πως οι επιπτώσεις του καπνίσματος στην υγεία αποτελούν τη μεγαλύτερη επιδημία της ανθρωπότητας. Νοσήματα όπως η χρόνια βρογχίτις, η χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια, ο καρκίνος του πνεύμονα, η αθηρωματική αγγειοπάθεια και η στεφανιαία

νόσος έχουν συσχετισθεί απόλυτα με το κάπνισμα, το οποίο θεωρείται πλέον μια παθολογική κατάσταση εξάρτησης, όπως όλα τα ναρκωτικά. Η ομάδα εργασίας ERS Task Force που εξέδωσε τις τελευταίες οδηγίες για τη διακοπή καπνίσματος το 2007 (Eur Respir J 2007; 29:390-417) κατέληξε πως οι ασθενείς με αναπνευστικά νοσήματα έχουν επείγουσα και κατά προτεραιότητα μεγαλύτερη ανάγκη διακοπής του καπνίσματος, οι προσπάθειες για την οποία πρέπει να αποτελούν αναπόσπαστο μέρος της θεραπευτικής αντιμετώπισής τους. Τα φαρμακευτικά μέσα που διαθέτουμε είναι τα υποκατάστατα νικοτίνης, το βουπρόπιο και η βαρενικλίνη, τα οποία πρέπει να συνδυάζονται με στρατηγικές αλληλαγής συμπεριφοράς. Όσοι θεράποντες ιατροί δεν διαθέτουν τις αναγκαίες γνώσεις ή εκπαίδευση θα πρέπει να παραπέμπουν τους ασθενείς τους στα κατάλληλα κέντρα αναφοράς. Αν και το κόστος της θεραπείας σε μεγάλο

βαθμό αντιρροπείται από τα οφέλη στη φυσική πορεία των ασθενών, τα ταμεία οφείλουν να καλύπτουν τους ασφαλισμένους και να τους υποστηρίζουν στην προσπάθειά τους να διακόψουν το κάπνισμα.

Οι συνάδελφοι που εργάστηκαν για το αφιέρωμα αυτού του τεύχους προσπάθησαν να αναδείξουν ορισμένες σημαντικές παραμέτρους της καπνιστικής εξάρτησης και του παθητικού καπνίσματος, καθώς -και κυρίως- τη σύγχρονη επιστημονική προσέγγιση της διακοπής του καπνίσματος, που αποτελεί πλέον σημαντικό θεραπευτικό αντικείμενο όχι μόνο των ειδικών πνευμονολόγων αλλά κάθε ιατρού.

Καλή ανάγωση ⇨