



ΙΑΤΡΕΙΟ ΔΙΑΚΟΠΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ ΤΟΥ Γ.Ν.Ν.Θ.Α. “ΣΩΤΗΡΙΑ”: Ο ΡΟΛΟΣ ΤΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΤΥΧΙΑ ΤΗΣ ΔΙΑΚΟΠΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ

Ιωάννα Αυγερινού¹, Ελένη Διονέλλη¹, Βασιλική Ντούμου¹, Αγάπη Αναστασίου¹, Στυλιανός Γιώτας¹, Ιωάννης Δημητρούλης¹ 16η Πνευμονολογική Κλινική ΓΝΝΘΑ "Η Σωτηρία", Αθήνα

ΕΙΣΑΓΩΓΗ



Εικόνα 1

Η διακοπή του καπνίσματος αποτελεί κομβικό στόχο στη στρατηγική πρόληψης και διαχείρισης χρόνιων νοσημάτων, όπως η ΧΑΠ, οι καρδιαγγειακές και οι νεοπλασματικές παθήσεις. Παρά τη διαθεσιμότητα φαρμακευτικών παρεμβάσεων, τα ποσοστά μακροχρόνιας αποχής παραμένουν περιορισμένα, γεγονός που αναδεικνύει την ανάγκη για πολυπαραγοντική, ολιστική και εξατομικευμένη προσέγγιση, με έμφαση στην ψυχολογική υποστήριξη.

ΣΚΟΠΟΣ

Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι η αξιολόγηση των αποτελεσμάτων του Ιατρείου Διακοπής Καπνίσματος του Γ.Ν.Ν.Θ.Α. «Σωτηρία», κατά την τριετία 2022–2025 με έμφαση στον ρόλο της ψυχολογικής υποστήριξης στην επιτυχία της διακοπής.

ΜΕΘΟΔΟΣ-ΥΛΙΚΟ

Μελετήθηκαν αναδρομικά 540 καπνιστές (2022–2025). Καταγράφηκαν δημογραφικά δεδομένα, βαθμός εξάρτησης (FTND), συνοσηρότητες, φαρμακευτική αγωγή, και συμμετοχή σε ψυχολογικές συνεδρίες. Η παρέμβαση περιλάμβανε φαρμακοθεραπεία (κυτισικλίνη, βουπροπιόνη, υποκατάστατα νικοτίνης) και γνωσιακή–συμπεριφορική θεραπεία με ενίσχυση κινήτρου και διαχείριση άγχους. Η επιτυχία αξιολογήθηκε στους 3 και 6 μήνες, με επιβεβαίωση μέσω μέτρησης CO.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το 72% των συμμετεχόντων παρακολούθησε ≥ 1 συνεδρίες ψυχολογικής υποστήριξης. Παρατηρήθηκε συνολικό ποσοστό επιτυχούς διακοπής 55% στους 3 μήνες και 46% στους 6 μήνες, ενώ σε όσους συμμετείχαν συστηματικά σε ψυχολογική παρακολούθηση ≥ 3 μηνών, το ποσοστό στους 6 μήνες ανήλθε σε 60–65%. Ποιοτικά δεδομένα ανέδειξαν μείωση άγχους, ενίσχυση αυτοαποτελεσματικότητας και βελτίωση της συνολικής ευεξίας.



Εικόνα 2

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Η παρούσα ανάλυση τεκμηριώνει τη σημασία της ολιστικής προσέγγισης στη διακοπή του καπνίσματος. Η συνδυαστική παρέμβαση πνευμονολόγου–ψυχολόγου ενισχύει τη συμμόρφωση, μειώνει τον κίνδυνο υποτροπής και βελτιώνει ουσιαστικά την πιθανότητα μακροχρόνιας αποχής. Η διατομεακή συνεργασία πνευμονολόγων–ψυχολόγων αναδεικνύεται κρίσιμη και θα πρέπει να ενσωματωθεί συστηματικά σε κάθε οργανωμένη δομή διακοπής καπνίσματος.

ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΔΙΑΚΟΠΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ



Εικόνα 3