

Opieka nad pacjentem rzucającym palenie



MATERIAŁY NAUKOWE

ROZPOCZNIJ SZKOLENIE >

“Palący” problem w Polsce

1/20



Do nałogowego palenia przyznaje się
ponad 20% Polaków¹



46% osób palących, wypala **więcej niż jedną
paczkę** papierosów dziennie*



W ostatnich latach nastąpił spadek liczby
osób, które **podjęły próbę rzucenia
palenia¹**



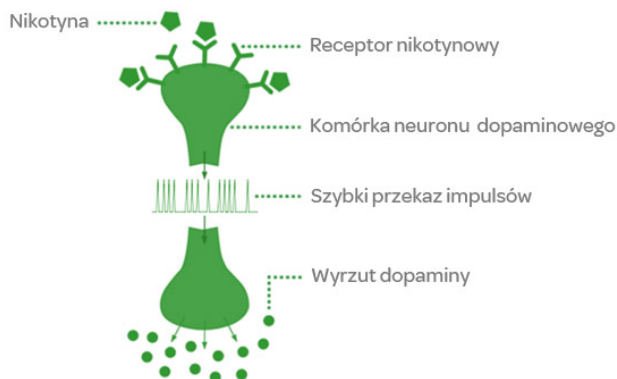
Coraz więcej osób sięga po e-papierosy*

* U&A Smoking Cessation habits & nicotine brand image in Poland, 2018, Polska

DALEJ

Nikotyna jest używką, która pobudza układ nagrody **w sposób nieproporcjonalnie wyższy** niż podstawowe czynności, które zapewniają przetrwanie gatunku². Dodatkowo nikotyna z papierosa dociera do mózgu palacza w ciągu zaledwie 10 sekund³, gdzie łączy się z receptorami nikotynowymi i powoduje silny wyrzut dopaminy. **Palacz odczuwa przyjemność**, co zachęca go do powtarzania zachowania i prowadzi do powstania uzależnienia nie tylko fizycznego, ale też behawioralnego.

Ze względu na ten mechanizm działania **niezwykle trudno jest walczyć z uzależnieniem**.



Czym jest układ nagrody?

SPRAWDŹ

DALEJ

Czym jest układ nagrody?²

Układ nagrody - inaczej ośrodek przyjemności - to zbiór połączonych ze sobą struktur mózgu, które odpowiadają za wytwarzanie motywacji pozytywnej. Należą one do układu limbicznego, jednak ich działanie jest pobudzane przez aktywację układu dopaminergicznego pnia mózgu

Aktywacja układu nagrody jest subiektywnie odczuwana jako przyjemność

Układ nagrody jest aktywowany w celu wykonania najważniejszych dla nas czynności podtrzymujących życie - na przykład gdy coś zjemy, aktywowany jest ośrodek sytości w podwzgórzu i jednocześnie wydzielana jest dopamina, dając nam poczucie zadowolenia.

ZAMKNIJ

DALEJ

Z jakimi receptorami łączy się nikotyna po dostaniu się do mózgu palacza?

1 2 3 4 5 6 7 3/20

☐ opioidowymi

☐ nikotynowymi

☐ muskarynowymi

☐ dopaminowymi

Z jakimi receptorami łączy się nikotyna po dostaniu się do mózgu palacza?

1 2 3 4 5 6 7 3/20

☐ opioidowymi

☒ nikotynowymi

☐ muskarynowymi

☐ dopaminowymi

SPRAWDŹ

Z jakimi receptorami łączy się nikotyna po dostaniu się do mózgu palacza?

☐ opioidowymi

☒ nikotynowymi

☐ muskarynowymi

☐ dopaminowymi

SPRAWDŹ

Z jakimi receptorami łączy się nikotyna po dostaniu się do mózgu palacza?

☐ opioidowymi

☒ nikotynowymi

☐ muskarynowymi

☐ dopaminowymi

SPRAWDŹ

PRZEJDŹ DALEJ

Z jakimi receptorami łączy się nikotyna po dostaniu się do mózgu palacza?

- ☐ opioidowymi
- ☒ nikotynowymi
- ☐ muskarynowymi
- ☐ dopaminowymi

SPRAWDŹPRZEJDŹ DALEJ

Z jakimi receptorami łączy się nikotyna po dostaniu się do mózgu palacza?

- ☐ opioidowymi
- ☐ nikotynowymi
- ☒ muskarynowymi
- ☐ dopaminowymi

SPRAWDŹPRZEJDŹ DALEJ

Jak wesprzeć pacjenta, który chce rozpocząć walkę z nałogiem?

4/20

1 ZAPYTAJ

Rozpocznij rozmowę o problemie pacjenta, wpływie uzależnienia na jego zdrowie i motywacji do rzucenia palenia.

2 PORADŹ

Pokaż pacjentowi jakie są możliwości wsparcia i podkreśl korzyści związane z rzuceniem palenia.

3 POMAGAJ

Na podstawie rozmowy z pacjentem zarekomenduj wybór odpowiedniej terapii.



Pamiętaj, że porada profesjonalisty ma istotny wpływ na sukces pacjenta. Osoby palące są trzykrotnie bardziej skłonne do rzucenia palenia, gdy otrzymają specjalistyczne wsparcie w porównaniu z samą siłą woli⁴.

DALEJ

Czy da się skutecznie rzucić palenie w kilkanaście dni?

5/20



U palaczy obserwuje się wzrost liczby receptorów nikotynowych⁵. Po ograniczeniu/odstawieniu papierosów organizm potrzebuje czasu, aby zmniejszyć ich liczbę, a tym samym zmniejszyć objawy odczuwania głodu nikotynowego.



W leczeniu uzależnienia kluczowa jest nie tylko walka z uzależnieniem fizycznym, ale też psychologicznym tj. zmiana wzorców zachowania u palacza. Badania pokazują, że średni czas potrzebny na zmianę przyzwyczajeń wynosi 66 dni⁶, co oznacza co najmniej 10 tygodni pracy nad własnym zachowaniem.

Nikotynowa Terapia Zastępcza została zaprojektowana tak, aby wspierać pacjenta nie tylko w walce z uzależnieniem fizycznym, ale także psychologicznym. Pełna terapia NTZ trwa 12 tygodni i daje organizmowi czas na redukcję ilości receptorów nikotynowych oraz wykształcenie nowego zachowania w sytuacjach, w których palacze sięgali po papierosa.

DALEJ

Ile czasu średnio potrzeba na zmianę przyzwyczajeń związanych z paleniem?

1 2 3 4 5 6 7 6/20

☐ 5 dni

☐ 25 dni

☐ 66 dni

☐ 365 dni

Ile czasu średnio potrzeba na zmianę przyzwyczajeń związanych z paleniem?

1 2 3 4 5 6 7 6/20

☐ 5 dni

☐ 25 dni

☒ 66 dni

☐ 365 dni

SPRAWDŹ

PRZEJDŹ DALEJ

Nikotynowa Terapia Zastępcza to najlepiej przebadana terapia rzucania palenia

7/20



150 badań potwierdzających skuteczność⁷



64 000+ pacjentów w próbach klinicznych⁸



Jedyna, dostępna bez recepty, terapia rekomendowana przez WHO (Essential Medicines List)⁹



NTZ jest już refundowana w kilku krajach Europy¹⁰

Czy nikotyna w NTZ uzależni mojego pacjenta?



Pacjent, który chce rzucić palenie już jest uzależniony od nikotyny z papierosów, stosując Nikotynową Terapię Zastępczą możemy pomóc mu zredukować ilość wypalanych papierosów i rzucić palenie, ograniczając ryzyko wielu chorób.

DALEJ

Wybierz nieprawidłowe stwierdzenie

1 2 3 4 5 6 7 8/20

☐ Skuteczność NTZ potwierdzono w 150 badaniach naukowych

☐ NTZ to jedyna terapia dostępna bez recepty rekomendowana przez WHO w leczeniu uzależnienia od tytoniu

☐ NTZ jest refundowana w kilku krajach Europy

☐ NTZ silnie uzależnia pacjenta

Wybierz nieprawidłowe stwierdzenie

1 2 3 4 5 6 7 8/20

- ☐ Skuteczność NTZ potwierdzono w 150 badaniach naukowych
- ☐ NTZ to jedyna terapia dostępna bez recepty rekomendowana przez WHO w leczeniu uzależnienia od tytoniu
- ☐ NTZ jest refundowana w kilku krajach Europy
- ☒ NTZ silnie uzależnia pacjenta

SPRAWDŹ

PRZEJDŹ DALEJ

NTZ działa dokładnie wtedy kiedy tego potrzebuje Pacjent

9/20



Palacze sięgają po papierosa do 11 minut od wystąpienia pierwszych objawów głodu.¹¹ Nikotyna z papierosa dociera do mózgu palacza w ciągu 10 sekund³ i jest szybko metabolizowana, dlatego uczucie głodu powraca.



Plastry nicorette® Invisipatch dostarczają stałą dawkę terapeutycznej nikotyny zmniejszając nagłe napady głodu.



Spray nicorette® Cool Berry zaczyna działać w ciągu **30 sekund**, redukując objawy głodu nikotynowego*

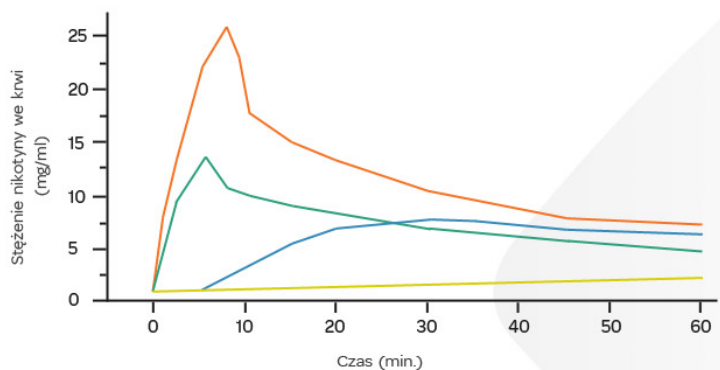


Zobacz jak zmienia się stężenie nikotyny we krwi po podaniu NTZ

DALEJ

* Przy zastosowaniu 2 dawek po 1 mg

Porównanie szybkości działania form NTZ



- Papieros
- Guma / tabletki do ssania
- Spray
- Plaster

WYK. 1
Porównanie stężenia nikotyny we krwi po podaniu
wybranych form NTZ vs nikotyna z wypalonego papierosa³.

ZAMKNIJ

DALEJ

Przejdź do następnego pytania

Który z produktów nicorette® działa w 30 sekund po podaniu dawki 2 mg?

- ☐ Spray nicorette® Cool Berry
- ☐ Tabletki do ssania nicorette® Fruit
- ☐ Gumy do żucia nicorette® Classic
- ☐ Plastry nicorette® Invisipatch

Który z produktów nicorette® działa w 30 sekund po podaniu dawki 2 mg?

1 2 3 4 5 6 7 10/20

☒ Spray nicorette® Cool Berry

☐ Tabletki do ssania nicorette® Fruit

☐ Gumy do żucia nicorette® Classic

☐ Plastry nicorette® Invisipatch

SPRAWDŹ

PRZEJDŹ DALEJ

Porównanie NTZ i innych leków dostępnych bez recepty

11/20



SKUTECZNOŚĆ

ZOBACZ



BEZPIECZEŃSTWO

ZOBACZ



ELASTYCZNOŚĆ
TERAPII

ZOBACZ

DALEJ

Porównanie NTZ i innych leków dostępnych bez recepty



SKUTECZNOŚĆ

NIKOTYNOWA TERAPIA ZASTĘPCZA

- ◀ 2 x wyższa skuteczność NTZ w porównaniu do silnej woli oraz placebo¹²
- ◀ Skuteczność potwierdzona w 150 badaniach⁸
- ◀ NTZ jest zalecana przez WHO w leczeniu uzależnienia od nikotyny⁹

CYTYZYNA

Niewiele badań pokazujących skuteczność cytyzyny vs placebo i tylko 1 badanie porównujące działanie cytyzyny i NTZ

ZAMKNIJ

DALEJ

Porównanie NTZ i innych leków dostępnych bez recepty



BEZPIECZEŃSTWO

NIKOTYNOWA TERAPIA ZASTĘPCZA

- ◀ Możliwość stosowania przez pacjentów po zawale, kobiet w ciąży lub karmiących piersią (w przeciwieństwie do cytyzyny)^{13,14}
- ◀ Często występującym działaniem niepożądanym, które może się pojawić podczas stosowania NTZ jest podrażnienie, w miejscu przyjmowania terapii. Takie działanie niepożądane nie skutkuje przerwaniem leczenia⁸

CYTYZYNA

- Nawet 15% pacjentów przerywa terapię z powodu występujących działań niepożądanych¹³
- Cytyzyny nie mogą być stosowane u pacjentów po przebytym zawale mięśnia sercowego lub udarze, ani u kobiet w ciąży i karmiących¹³

ZAMKNIJ

Porównanie NTZ i innych leków dostępnych bez recepty

NIKOTYNOWA TERAPIA ZASTĘPCZA



ELASTYCZNOŚĆ TERAPII

- ◀ Możliwość dostosowania dawki i postaci leku do potrzeb pacjenta.
- ◀ Stosowanie tylko w momencie gdy pojawia się chęć zapalenia papierosa
- ◀ Po przerwaniu terapii albo np. zapaleniu papierosa w trakcie – terapię NTZ można kontynuować

CYTYZYNA

- Stała dawka 1,5 mg i ograniczony format – dostępne tylko tabletki i kapsułki, wymagające popijania i stosowania w stałych interwałach czasowych, nawet co 2 godziny
- Po nieudanej bądź przerwanej terapii należy zrobić 2-3 miesięczną przerwę przed kolejną próbą¹³

ZAMKNIJ

Czy po zapaleniu papierosa można kontynuować Nikotynową Terapię Zastępczą?

1 2 3 4 5 6 7 12/20

☐ tak

☐ nie

Czy po zapaleniu papierosa można kontynuować Nikotynową Terapię Zastępczą?

1 2 3 4 5 6 7 12/20

☒ tak

☐ nie

SPRAWDŹ

PRZEJDŹ DALEJ

Czy kobiety w ciąży i karmiące piersią mogą stosować Nikotynową Terapię Zastępczą?

1 2 3 4 5 6 7 13/20

☐ Nie, jest to bezwzględne przeciwwskazanie

☐ Tak, jeśli została zalecona przez lekarza i przebiega pod jego nadzorem

Czy kobiety w ciąży i karmiące piersią mogą stosować Nikotynową Terapię Zastępczą?

1 2 3 4 5 6 7 13/20

☐ Nie, jest to bezwzględne przeciwwskazanie

☒ Tak, jeśli została zalecona przez lekarza i przebiega pod jego nadzorem

SPRAWDŹ

PRZEJDŹ DALEJ

Terapia dobrana do potrzeb pacjenta

14/20



SPRAY

Gasi głód nikotynowy już po 30 sek.*

Wchłania się do organizmu przez błonę śluzową jamy ustnej.

Dostępne smaki: miętowo-owocowy, miętowy



PLASTRY

Do 16 godzin bez głodu nikotynowego

Działają w zgodzie z naturalnym rytmem organizmu. Nie zakłócają snu.

Dostępne warianty: 10/15/25 mg



GUMY DO ŻUCIA

Prosty sposób na rzucenie palenia

Działają szybko, łagodząc głód nikotynowy i objawy odstawienia.

Dostępne warianty: 2/4 mg
Dostępne rodzaje: miętowy, klasyczny, owocowy, icy white



TABLETKI DO SSANIA

Dyskretny sposób na rzucenie palenia

Tabletki szybko rozpuszczają się w ustach, pomagając opanować głód nikotynowy i łagodząc objawy odstawienia nikotyny.

Dostępne warianty: 2/4 mg
Smaki: owocowy, miętowy

* Przy zastosowaniu 2 dawek po 1 mg

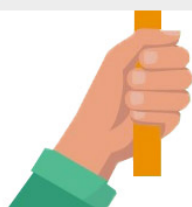
DALEJ

Komu warto zarekomendować terapię łączoną?

- Osobom o wysokim stopniu uzależnienia, które mają problem z opanowaniem chęci zapalenia
- Osobom, które powróciły do palenia pomimo stosowania monoterapii NTZ

2x

Dwa razy większa szansa na rzucenie palenia z NTZ¹²



PLASTRY



Forma do wyboru zgodnie z preferencją pacjenta

SPRAY



lub

GUMY



lub

TABLETKI DO SSANIA



DALEJ

Jak stosować Terapię łączoną NTZ?

Pacjent pali mniej niż 10 papierosów dziennie

- PRZEJDŹ OD RAZU DO KROKU 2!**
- KROK 2:**
Jeden plaster 15 mg dziennie przez 8 tygodni
- KROK 3:**
Jeden plaster 10 mg dziennie przez ostatnie 4 tygodnie

PLASTRY:

Powstrzymują chęć zapalenia papierosa przez cały dzień.

W momencie chęci zapalenia pacjent stosuje dodatkowo:



DALEJ

Pacjent pali więcej niż 10 papierosów dziennie

- KROK 1:**
Jeden plaster 25 mg dziennie przez 8 tygodni
- KROK 2:**
Jeden plaster 15 mg dziennie przez 2 tygodnie
- KROK 3:**
Jeden plaster 10 mg dziennie przez ostatnie 2 tygodnie

Terapia łączona NTZ polega na zastosowaniu plastra uwalniającego nikotynę w połączeniu z doustnymi:

1 2 3 4 5 6 7 17/20

- ☐ Gumą do żucia nicorette®
- ☐ Sprayem nicorette®
- ☐ Tabletkami do ssania nicorette®
- ☐ Wszystkie powyższe odpowiedzi są poprawne

Terapia łączona NTZ polega na zastosowaniu plastra uwalniającego nikotynę w połączeniu z doustnymi:

1 2 3 4 5 6 7 17/20

- ☐ Gumą do żucia nicorette®
- ☐ Sprayem nicorette®
- ☐ Tabletkami do ssania nicorette®
- ☒ Wszystkie powyższe odpowiedzi są poprawne

SPRAWDŹ

PRZEJDŹ DALEJ

DZIĘKUJEMY ZA UDZIAŁ W SZKOLENIU

Twój wynik to:

100%



Udzielenie 60% poprawnych odpowiedzi na pytania testowe uprawnia do uzyskania 2 punktów edukacyjnych.

Skrócona informacja o leku



Referencje

DALEJ

Nr pracy PL-SU-2200041

Informacje kontaktowe*

Imię, nazwisko:

Numer prawa wykonywania
zawodu Farmaceuty:

Adres e-mail:

Miejscowość:

☐

Wyrażam zgodę na zbieranie, przechowywanie i przetwarzanie moich danych osobowych, wyłącznie w celach związanych z obsługą szkoleń przez administratora zbioru danych osobowych, tj. Marketing Pharma Group Sp. z o. o. ul. Krótka 35, Mikołów 43-190, adres e-mail: szkolenia@marketingpharma.pl.

☐

Zapoznałem się i akceptuję **zasady przetwarzania moich danych osobowych ***



Szkolenie zostało objęte Patronatem
Dolnośląskiej Izby Aptekarskiej.
Dane przekazywane są w celu wysyłki
certyfikatu na 2 punkty miękkie.

WYŚLIJ

Referencje

1. Raport z ogólnopolskiego badania ankietowego na temat postaw wobec palenia tytoniu, Kantar dla GIS, 2019.
2. Szukalski B. Neurobiologiczne podstawy uzależnienia od narkotyków. *Patofizjologia*, t.65, nr 9, 2009, 664-665.
3. McNeil JJ, Paccenna L, Ioannides-Demos LL. Smoking cessation-recent advances. *Cardiovasc Drugs Ther.* 2010 Aug;24(4):359-67.
4. West R, Papadakis S. Stop smoking services: increased chances of quitting, London, NCSCT 2019
5. Benowitz NL, Nicotine Chemistry, Metabolism, Kinetics and Biomarkers, *Handb Exp Pharmacol.* 2009 ; (192): 29–60.
6. Lally P. How are habits formed: Modelling habit formation in the real world, *European Journal of Social Psychology* 40, 998–1009 (2010).
7. Stead L.F., Perera R., Bullen C. et al. Nicotine replacement therapy for smoking cessation // *Cochrane Database Syst. Rev.* 2012. Issue 11.
8. Hartmann-Boyce J, Chepkin SC, Ye W, Bullen C, Lancaster T. Nicotine replacement therapy versus control for smoking cessation. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2018, Issue 5.
9. WHO model list of essential medicines - 22nd list, 2021, 30 September 2021, WHO/MHP/HPS/EML/2021.02.
10. Hummel K, Nagelhout GE, Fong GT, et al. Quitting activity and use of cessation assistance reported by smokers in eight European countries: Findings from the EUREST-PLUS ITC Europe Surveys. *Tobacco Induced Diseases.* 2018;16(2):6. doi:10.18332/tid/98912.
11. Ferguson SG, Shiffman S. The relevance and treatment of cue-induced cravings in tobacco dependence. *Journal of Substance Abuse Treatment* 36 (2009) 235–243.
12. Maseeh A, Kwatra G, A review of smoking cessation interventions, *Medgenmed*, 2005, Jun 7;8(2):24.
13. ChPL Desmoxan
14. ChPL Nicorette Invisipatch