

Kendi Kendine Sigarayı Bırakıp, Sigara Bıraktırma Polikliniğinden Yardım İsteyen Hastaların 1 Yıllık Takip Sonuçları.

Dr. Bekir Tezcan.Dr.Murat Öncel

Konya Numune hastanesi Göğüs Cerrahisi Kliniği sigara bıraktırma polikliniği.

Amaç: Bu çalışmada; kendi kendine sigarayı bırakıp, sigara bıraktırma polikliniğinden yardım talep eden eski sigara içicilerinin 1 yıllık takip sonuçlarını retrospektif olarak benzer makalelerin eşliğinde tartışmayı amaçladık.

Gereç ve yöntem: 2009-2010 yılları arasında Konya Numune hastanesinde sigara bıraktırma polikliniğine, sigarayı kendi kendine bıraktıktan sonra sigara içiciliğine yeniden başlamamak için yardım isteyen 25 sigara içicisi 1 yıllık takibe alındı. Sonuçlar benzer çalışmaların eşliğinde değerlendirildi.

Bulgular: Olguların 8'i (%32.0) bayan, 17'si (%68.0) erkektir. En genci 23, en yaşlısı 67 yaşında olup ortalama yaş ortalaması 47.1 yıl olarak bulunmuştur. Vakaların 7'si (%28.0) ilk bir hafta içinde, 15'i (%60.0) ilk 15 gün içinde, 21'i (%84.0) sigarayı bıraktıktan sonra ilk bir ay içinde yardım istemiştir. Vakaların 15'inde (%60.0) aşırı sinirlilik en sık yardım istenen şikayet olurken, 6'sı (%24.0) oral aft şikayeti, 4'ü (%16.0) kabızlık, 2'side (%8.0) kilo alma şikayeti bildirmiştir. Vakaların tamamına motivasyonel destek verilirken 20(%80) vakaya farkoterapi (paroksetin 40mg/gün) verilmiştir. Hastaların hiçbirine nikotin yerine koyma tedavisi verilmemiştir. Vakaların bir yıllık takipleri sonunda sigarayı kendi kendine bırakıp ilk bir ayda yardım isteyenlerin 9'u (%36) yeniden sigara içmeye başlarken, 16'sında (%64) sigara bırakmışlığın devamlılığı sağlanabilmiştir. 28 günden sonra yardım isteyenlere sadece motivasyonel destek tedavisi verilmiş ve bu grupta yeniden sigara içen olmamıştır.

Sonuç: Vaka sayısı yetersiz olmakla birlikte; kendi kendine sigarayı bırakan kişilerin yeniden sigara içmemek için yardım istediğinde, erken dönemde kendilerine yapılan motivasyonel ve/veya farmakoterapi, sigara bırakmışlığın devamını sürdürme konusunda elzem görülmektedir.