



ΔΗΜΟΣ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

Εμμανουήλ Καλαμπόκας
Αντιδήμαρχος Δημόσιας Υγείας και Δημοτικών Ιατρείων
Σόλωνος 78, Αθήνα
Email: e.kalampokas@athens.gr
Τηλ.: 210-3638647

Αθήνα. 29 Μαΐου 2023

ΘΕΜΑ: ΙΑΤΡΕΙΟ ΔΙΑΚΟΠΗΣ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ ΣΤΑ ΔΗΜΟΤΙΚΑ ΙΑΤΡΕΙΑ ΤΟΥ ΔΗΜΟΥ ΑΘΗΝΑΙΩΝ

Αξιότιμε Πρόεδρε,

Αξιότιμα μέλη του ΔΣ,

Θα θέλαμε την υποστήριξη σας στην προσπάθεια που κάνουμε στα Δημοτικά Ιατρεία του Δήμου Αθηναίων για την ενημέρωση, την ευαισθητοποίηση και την έγκαιρη πρόληψη από τις βλαπτικές συνέπειες του Καπνίσματος προς όφελος των κατοίκων της Αθήνας.

Προς αυτή την κατεύθυνση, θα ήταν τιμή μας να μας δώσετε τη δυνατότητα να επικοινωνήσουμε τη δράση του Ιατρείου Διακοπής Καπνίσματος, που παρέχεται **εντελώς δωρεάν**, με τη βοήθεια των μελών του Συλλόγου, που το επιθυμούν. Για το σκοπό αυτό σας επισυνάπτουμε ενημερωτικό υλικό, που θα μπορούσε να εκτυπωθεί και να αναρτηθεί στα Φαρμακεία της Αθήνας προς ενημέρωση των πολιτών που ενδιαφέρονται να διακόψουν το κάπνισμα μέσα από το Ιατρείο Διακοπής Καπνίσματος.

Πρόκειται για ένα ακόμη σημαντικό πρόγραμμα που εντάσσεται στις βασικές υπηρεσίες των Δημοτικών Ιατρείων της πόλης, στο πλαίσιο του Μνημονίου Συνεργασίας ανάμεσα στον **Δήμο Αθηναίων** και την **Ελληνική Πνευμονολογική Εταιρεία!**

Το Ιατρείο απευθύνεται στους καπνιστές κάθε ηλικίας και οποιουδήποτε προϊόντος καπνού, που είτε επιχειρούν να διακόψουν το κάπνισμα για πρώτη φορά, είτε έχουν δοκιμάσει μόνοι τους κι έχουν αποτύχει, είτε ακόμη και αν το διέκοψαν, στη συνέχεια υποτροπίασαν. Το πρόγραμμα απαιτεί την ενεργό συμμετοχή του καπνιστή.

Η μεθοδολογία:

Το Ιατρείο πραγματοποιείται στο 5^ο Δημοτικό Ιατρείο (Σαρανταπόρου 4, Πατήσια) μέσα από τέσσερις έως έξι εβδομαδιαίες ομαδικές συνεδρίες, κατά τις οποίες:

- Οι καπνιστές θα ενημερώνονται αναλυτικά για τις επιπτώσεις του καπνίσματος, καθώς και για τα οφέλη που θα αποκομίσουν μετά τη διακοπή.
- Θα διεξάγεται προληπτικός ιατρικός έλεγχος της καρδιοαναπνευστικής λειτουργίας.
- Θα εφαρμόζονται οι διεθνείς οδηγίες διακοπής καπνίσματος μέσω τακτικών ομαδικών συνεδριών και παροχής συμβουλευτικής υποστήριξης.
- Μετά τη διακοπή του καπνίσματος, θα παρέχεται στήριξη στους πρώην καπνιστές, ώστε να αποφευχθούν πιθανές υποτροπές.

Οι ενδιαφερόμενοι μπορούν να τηλεφωνούν για πληροφορίες και να υποβάλουν τις αιτήσεις συμμετοχής τους στο τηλέφωνο: **210 2015510 (Εσωτ. 119 - 120)**, 09:00- 14:00) καθημερινά.

Η υπηρεσία παρέχεται σε κατοίκους/δημότες του Δήμου Αθηναίων και θα τηρείται σειρά προτεραιότητας.

Σύμφωνα με τους ειδικούς, η διακοπή του καπνίσματος είναι ιδιαίτερα δύσκολη, όταν γίνεται αποκλειστικά με ατομική προσπάθεια και τα ποσοστά επιτυχίας είναι ιδιαίτερα χαμηλά, ακόμη κι όταν υπάρχει ιατρικός λόγος που επιβάλλει τη διακοπή. Η δυσκολία αυτή αναδεικνύει ουσιαστικά την εντονότερη ψυχολογική και σωματική εξάρτηση, την οποία προκαλεί το τσιγάρο με συνέπεια να απαιτείται όχι μόνο πολύ ισχυρή βούληση, αλλά και εξειδικευμένη ιατρική βοήθεια για να επιτευχθεί η απεξάρτηση.

Ταυτόχρονα, αποτελεί κοινή διαπίστωση ότι τα ποσοστά επιτυχίας διακοπής αυξάνονται σημαντικότερα στα Ειδικά Ιατρεία Διακοπής Καπνίσματος. Αυτό έχει αποδειχθεί και από την πιλοτική λειτουργία τους στη Μονάδα Πνευμονολογίας και Αναπνευστικής Ανεπάρκειας της Α΄ Κλινικής Εντατικής Θεραπείας της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών στο Νοσοκομείο Ευαγγελισμός, τα οποία αποτελούν οδηγό για την εφαρμογή της δράσης και στα Δημοτικά Ιατρεία του Δήμου Αθηναίων.

Η παρέμβαση του ιατρού στη διακοπή καπνίσματος, είναι αφ' ενός συμβουλευτική, αλλά και με σύσταση φαρμακευτικής αγωγής, (υποκατάστατα νικοτίνης και σεροτονινεργικές ουσίες πχ βουσπιρόνη, βουπροπιόνη και βαρενικικλίνη), φάρμακα που στοχεύουν στην νευροβιολογία του εθισμού στην νικοτίνη, με αποτέλεσμα την άμβλυση των συμπτωμάτων στέρησης, αλλά και την στέρηση της ευχαρίστησης σε περίπτωση που ο καπνιστής δοκιμάσει ξανά να καπνίσει.

Πρωτεύοντα ρόλο στην διακοπή αυτής της βλαπτικής συνήθειας, είναι ασφαλώς η επιθυμία του ασθενούς να συμμορφωθεί.

Το Ιατρείο Διακοπής λειτουργεί στα Δημοτικά Ιατρεία του Δήμου Αθηναίων από το Σεπτέμβριο 2022 με υψηλά ποσοστά επιτυχίας!

ΥΓ 1: Αν κάποιο μέλος του ΦΣΑ , επιθυμεί να του προωθήσουμε εκτυπωμένο το ενημερωτικό υλικό, παρακαλούμε όπως καλέσει στο τηλ: 210 3638647 - Γραφείο Αντιδημάρχου Υγείας.

ΥΓ 2: Επισυνάπτουμε παράλληλα και τις ιατρικές και κοινωνικές υπηρεσίες σε όλα τα Δημοτικά Ιατρεία, που παρέχονται εντελώς δωρεάν σε όλους τους πολίτες.

Με εκτίμηση,



Μανόλης Καλαμπόκας,

Αντιδήμαρχος Υγείας Δήμου Αθηναίων.

Μαιευτήρας-Χειρουργός Γυναικολόγος,

Ειδικός στη Γυναικολογική Ογκολογία-Κολποσκόπηση (RCOG) ,Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών.

Ακαδημαϊκός Υπότροφος Β' Μαιευτική-Γυναικολογική Κλινική Αρεταίειου Νοσοκομείου