

Ο ρόλος των ψυχολογικών χαρακτηριστικών προσωπικότητας (traits) στην διακοπή καπνίσματος

Αιμιλία Στεφανίδου¹, Δημοσθένης Μπούρος², Μιλτιάδης
Λειβαδίτης², Αθανασία Πατάκα¹, Παρασκευή Αργυροπούλου¹

¹Μονάδα Αναπνευστικής Ανεπάρκειας, Α.Π.Θ., Γ.Π.Ν. «Γ.Παπανικολάου»

²Τμήμα Ιατρικής, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης



Το κάπνισμα δεν είναι συνήθεια
αλλά **ΕΞΑΡΤΗΣΗ**

- Σωματική
- Ψυχολογική
- Συμπεριφορική

Nutt et al, Lancet 2007; 369: 1047-1053



- Η διάγνωση της εξάρτησης από τη νικοτίνη γίνεται με βάση το Διαγνωστικό και Στατιστικό Εγχειρίδιο για Ψυχικές Διαταραχές (**DSM-IV**)
- Συχνά, υπάρχει **συν-νοσηρότητα της εξάρτησης** από τη νικοτίνη με άλλες ψυχικές διαταραχές
- Καπνιστές με ψυχικές διαταραχές και ειδικοί πληθυσμοί χρήζουν ιδιαίτερης προσέγγισης για να διακόψουν το κάπνισμα

Ανάγκη για νέες στρατηγικές στην διακοπή καπνίσματος με στόχο ↑ ποσοστά

Ειδικές ομάδες καπνιστών

- ☞ Ασθενείς με χρόνια νοσήματα (αναπνευστικά, καρδιαγγειακά, κτλ)
- ☞ Ασθενείς με ψυχικές διαταραχές
- ☞ Ασθενείς με καρκίνο στο τελευταίο στάδιο
- ☞ Έφηβοι
- ☞ Έγκυες και θηλάζουσες

Πρόληψη υποτροπής

(το κάπνισμα είναι μια χρόνια υποτροπιάζουσα νόσος)

Σκοπός



Βασικός σκοπός της μελέτης ήταν:

- ⇒ να εξεταστούν συγκεκριμένα ψυχολογικά χαρακτηριστικά προσωπικότητας (**traits**) καπνιστών που εμπλέκονται στη διαδικασία διακοπής καπνίσματος και να διαπιστωθεί αν αυτά προβλέπουν τα ποσοστά διακοπής
- ⇒ να συμπεριληφθεί η **διαγνωστική εκτίμηση του ψυχολογικού προφίλ** του καπνιστή στη λήψη ιατρικού και καπνιστικού ιστορικού στο πρωτόκολλο διακοπής καπνίσματος

Πληθυσμός

Η μελέτη έλαβε χώρα στο Ιατρείο Διακοπής Καπνίσματος της Μονάδας Αναπνευστικής Ανεπάρκειας του Α.Π.Θ. στο Γ.Π.Ν. «Γ.Παπανικολάου» κατά τη διάρκεια 3 ετών.

Από το σύνολο των καπνιστών που προσήλθε στο εξωτερικό ιατρείο, στη μελέτη συμμετείχαν 750 καπνιστές.



Κριτήρια επιλογής

- Έλληνες υπήκοοι
- Ηλικία > 18 ετών
- Ημερήσια κατανάλωση τουλάχιστον 2 τσιγάρων στη διάρκεια του τελευταίου έτους
- Μέτρηση εκπνεόμενου CO < 10ppm



Κριτήρια αποκλεισμού

- Χρόνια νοσήματα
- Εγκυμοσύνη ή περίοδος θηλασμού
- Διάγνωση αλκοόλ και λοιπών εξαρτήσεων τον τελευταίο χρόνο σύμφωνα με το DSM-IV
- Διάγνωση ψυχικών διαταραχών σύμφωνα με το DSM-IV
- Χαμηλό επίπεδο εκπαίδευσης (εξαιτίας των πολλών ψυχομετρικών εργαλείων)





Μέθοδος

- διαγνωστική ιατρική και καπνιστική εκτίμηση του ασθενούς
- διαδικασία σπυρομέτρησης (ATS/ERS)
- κλινική συνέντευξη από ψυχολόγο εκπαιδευμένο στην χορήγηση ψυχομετρικών εργαλείων
- χορήγηση κατάλληλης θεραπείας για την διακοπή καπνίσματος
- 2-3 μέρες από την ημερομηνία διακοπής έλεγχος για στερητικά συμπτώματα από τη νικοτίνη (DSM-IV 292.0)
- ΕΟ σε 6 και 12 μήνες

Ψυχομετρικά εργαλεία

1. Τεστ Εξάρτησης από τη Νικοτίνη (FTND)
2. Κλίμακα Ικανοποίησης από τη Ζωή (SWLS)
3. Κλίμακα αυτό-αξιολόγησης Κατάθλιψης (SRSZUNG)
4. Ερωτηματολόγιο Άγχους ως Κατάσταση Στιγμής (STAI STATE)
5. Ερωτηματολόγιο Άγχους ως Χαρακτηριστικό Προσωπικότητας (STAI TRAIT)
6. Κλίμακα Αξιολόγησης Κέντρου Ελέγχου Υγείας (HLCS)
7. Κλίμακα Τρόπων Αντιμετώπισης Προβλημάτων (COPE)
8. Ερωτηματολόγιο Προσωπικότητας Ενηλίκων (EPQ)

Χαρακτηριστικά Καπνιστών που συμμετείχαν στη μελέτη (N=750)

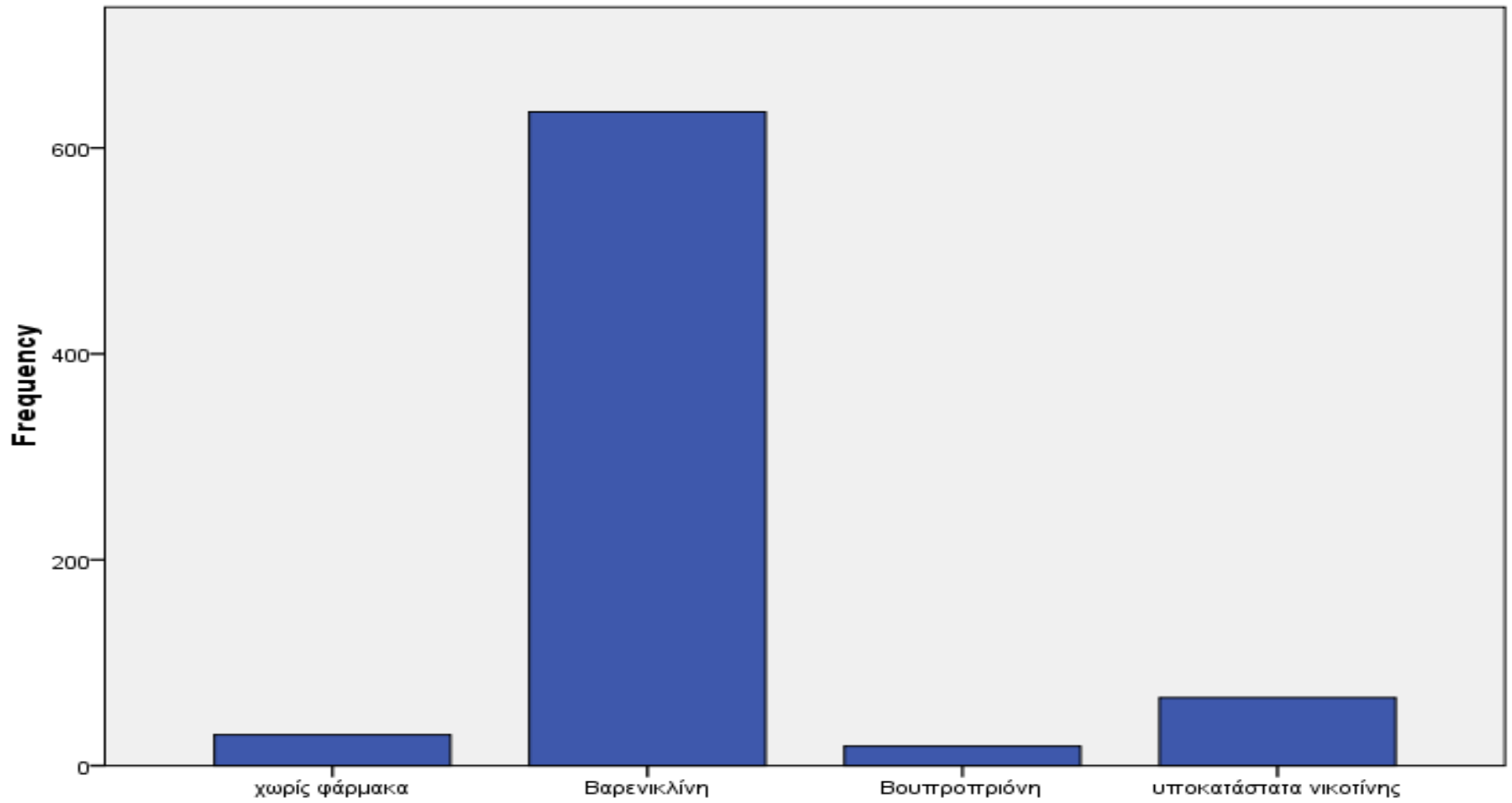
• Φύλο(%)	Άνδρες	52
	Γυναίκες	48
• Ηλικία (έτη)		47±11
• Εκπαίδευση(%)	δημοτικό	9.9
	γυμνάσιο/λύκειο	77.7
	ΑΕΙ	12.4
• Οικ. Κατάσταση(%)	παντρεμένος/η	87.1
	ελεύθερος/η	12.9
• Ηλ. έναρξης καπνίσματος(%)		19.5±3.46
• Αρ. τσιγάρων/μέρα (%)		32.18±15.33
• Προηγ. προσπάθ.(%)	καμία	13.6
	1-2	46.1
	2-3	35.5
	>3	4.8
• FTND(%)	7-10 υψηλή εξάρτηση	74.5

Χαρακτηριστικά Καπνιστών που συμμετείχαν στη μελέτη (N=750)

• <u>Κατανάλωση αλκοόλ</u>	(%)
Ναι	42.3
Όχι	57.7
• <u>Σωματική άσκηση</u>	
Ναι	9.6
Όχι	90.4
• <u>Πόσο πιστεύει πως θα τα καταφέρει</u>	
Καθόλου	41.7
Λίγο	52.4
Πολύ	5.9
• <u>Κίνητρα διακοπής</u>	
προσωπική επιθυμία	12.5
σύσταση ιατρού	84.8
περιβάλλον (σύντροφος, παιδιά, κτλ.)	2.7

N=750

Treatment



Treatment

84.7% Βαρενικλίνη
2.5% Βουπροπριόνη
8.8% NRT
2.% χωρίς φάρμακα



-ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ-

1. Διακοπή καπνίσματος

- Διακοπή καπνίσματος σε **ΕΟ 6 μηνών**
33.7%
- Διακοπή καπνίσματος σε **ΕΟ 12 μηνών**
9.4%

2. Φύλο και διακοπή καπνίσματος

☑ σε ΕΟ 6 μηνών

Καμία σημαντική διαφορά τόσο για τους άνδρες (1.67 ± 0.468) όσο και για τις γυναίκες που διέκοψαν το κάπνισμα (1.64 ± 0.478 ; $p=0.391 > 0.05$)

☑ σε ΕΟ 12 μηνών

Σημαντική διαφορά αναφέρθηκε στις **γυναίκες** (1.85 ± 0.349) $p=0.03 < 0.05$ που διέκοψαν το κάπνισμα



3. Προηγούμενες προσπάθειες και διακοπή καπνίσματος ($p < 0.05$)

☑ σε ΕΟ 6 μηνών



$p = .00$ σημαντική

⇒ οι περισσότερες προσπάθειες (1-2 φορές) του καπνιστή συνδέονται με υψηλότερα ποσοστά διακοπής καπνίσματος

5. Ψυχολογικά χαρακτηριστικά
Προσωπικότητας και διακοπή
καπνίσματος σε ΕΟ 6 & 12 μηνών ($p < 0.05$)

	<u>ΕΟ-6 μηνών</u>
Άγχος στιγμής(StaiState)	0.79
Άγχος προσωπ.(StaiTrait)	0.38
Ικανοποίηση από τη ζωή(SWLS)	0.00
Κατάθλιψη(Zung)	0.04
Έλεγχος υγείας-Εσωτερικός(HLCI)	0.02
Έλεγχος υγείας-Εξωτερικός(HLCE)	0.15
Ενεργητική Διαχείριση(CopeActive)	0.70
Παθητική Διαχείριση(CopePassive)	0.19
Εξωστρέφεια(EPQE)	0.22
Νευρωτισμός(EPQN)	0.00
Τάση ψεύδους(EPQL)	0.02
Ψυχωτισμός(EPQP)	0.50

Συμπεράσματα

Η έρευνα έδειξε πως προκύπτει ένα Ψυχολογικό Προφίλ του καπνιστή που επηρεάζει σημαντικά την διακοπή καπνίσματος

Το προφίλ αυτό αναφέρεται σε έναν καπνιστή που:

- ικανοποιείται από τις συνθήκες της ζωής του (γενικά)
- παρουσιάζει ενίοτε και καταθλιπτική συμπτωματολογία μη κλινικής σημασίας (την τελευταία εβδομάδα)
- θεωρεί πως έχει ο ίδιος τον έλεγχο της υγείας του γι αυτό και αποφασίζει να διακόψει το κάπνισμα

Συμπεράσματα

- διαχειρίζεται «παθητικά» τις καθημερινές δυσκολίες της ζωής του (δεν βιάζεται να δώσει άμεσες λύσεις)
- αναφέρει συναισθηματική ισορροπία στη ζωή του (κλίμακα νευρωτισμού)
- έχει την τάση να συμμορφώνεται με εκείνο που του ζητάνε να κάνει προκειμένου να γίνεται κοινωνικά αποδεκτός (προσποίηση-τάση ψεύδους)



Προτάσεις για νέο πρωτόκολλο διακοπής καπνίσματος

- **Διαγνωστική ψυχολογική εκτίμηση** του καπνιστή
- **Ατομικό πρόγραμμα διακοπής** βάσει της κατάλληλης θεραπευτικής αγωγής αλλά και της προσωπικότητας του
- **Τακτικός ΕΟ για πρόληψη υποτροπής ιδανικά από τον ίδιο επαγγελματία υγείας (είναι σημαντική η προσωπική επαφή με τον καπνιστή)**
- **Αξιολόγηση του προγράμματος διακοπής από επιστημονική ομάδα διαφόρων ειδικοτήτων**



Συνοπτικά:

- Το κάπνισμα αποτελεί μια **χρόνια υποτροπιάζουσα νόσο**
 - Χρειάζεται **στοχευμένη επιστημονική προσέγγιση** στην διακοπή καπνίσματος
 - Η προσωπικότητα του καπνιστή είναι **πολύπλοκη** λόγω των πολύπλοκων μηχανισμών της εξάρτησης του
- και αν δεν γίνει αρχική εκτίμηση είναι ικανή είτε να σαμποτάρει είτε να διευκολύνει την όλη διαδικασία διακοπής καπνίσματος!

A black and white portrait of Albert Einstein, showing his characteristic wild hair and thoughtful expression. He is looking slightly to the right of the camera. His right hand is raised, with fingers slightly curled, as if in the middle of a conversation or gesturing. The background is dark and out of focus.

Insanity:

*Doing the same thing over and over again
and expecting different results.*

Albert Einstein



ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΘΕΡΜΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ!