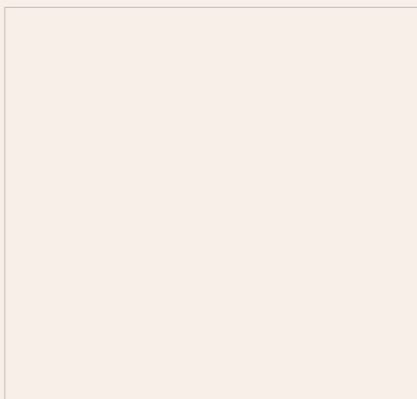


## Poradna odvykání kouření je tu pro vás

Poradna odvykání kouření pro Městskou část Praha 14 zahájila činnost v říjnu 1998, je provozována v plicní ambulanci polikliniky Černý Most II, Gen. Janouška 902, 198 00 Praha 9.

Cílem poradny je docílit změny kuřáckých návyků a zbavit nikotinové závislosti nejvyšší možný počet postižených osob. V poradně se používají behaviorální metody a náhradní terapie nikotinem formou náplastí a žvýkaček s nikotinem, v současné době je spektrum nikotinových terapeutických přípravků obohaceno o špičky s nikotinovou kapslí, kuřáky zvláště preferované. Novinkou na trhu je preparát Zyban firmy Glaxo-Welcome, perorální antidepressivum, u kterého bylo zaznamenáno jako vedlejší efekt snížení chuti na cigaretu. Očkování pro kuřáky, vyvolávající averzi vůči nikotinu, je ještě ve fázi klinických studií a snad časem poskytne další možnost, jak kuřákům pomoci.

V poradně s úspěchem využíváme detektor kyslíčnicku uhelnatého ve vydechovaném vzduchu, přístroj Smokerlyser - III Bedfont, pronajatý Městskou částí Praha 14. Pomocí přístroje lze názorněji demonstrovat škodlivost zplodin v cigaretovém kouři průkazem množství CO ve vydechovaném vzduchu a karboxyhemoglobulinu v krvi. Změny kvantity těchto patologických látek ve vydechovaném vzduchu u vyšetřovaných osob pomáhají individuálně prokázat úspěšnost kuřácké abstinence a zájemcům názorně prokázat úspěšnost jejich snažení.



V průběhu roku se dostaví na vyšetření na plicní ambulanci kolem 1 000 kuřáků, všem doporučujeme abstinenci kouření a pomocí smokerlyseru demonstrujeme zdravotní závadnost jejich kuřáckého návyku. Měření CO v alveolárním vzduchu představuje výrazný motivační moment při kuřácké abstinenci a významnou podporu při kontrolách čerstvých nekuřáků.

Velmi si cením zájmu Městského úřadu Praha 14 o kuřáckou problematiku a podporu celospolečenských zdravotních programů, jejichž cílem je zlepšení zdravotního stavu populace. Kuřáctví je v naší zemi významným zdravotním problémem, bohužel stále podceňovaným. Velmi proto vítám zájem veřejných činitelů, kteří svými postoji a osobním příkladem mohou často příznivěji ovlivnit veřejné mínění než rozsáhlé reklamní kampaně.

**MUDr. Ivana Boučková,**  
plicní ambulance