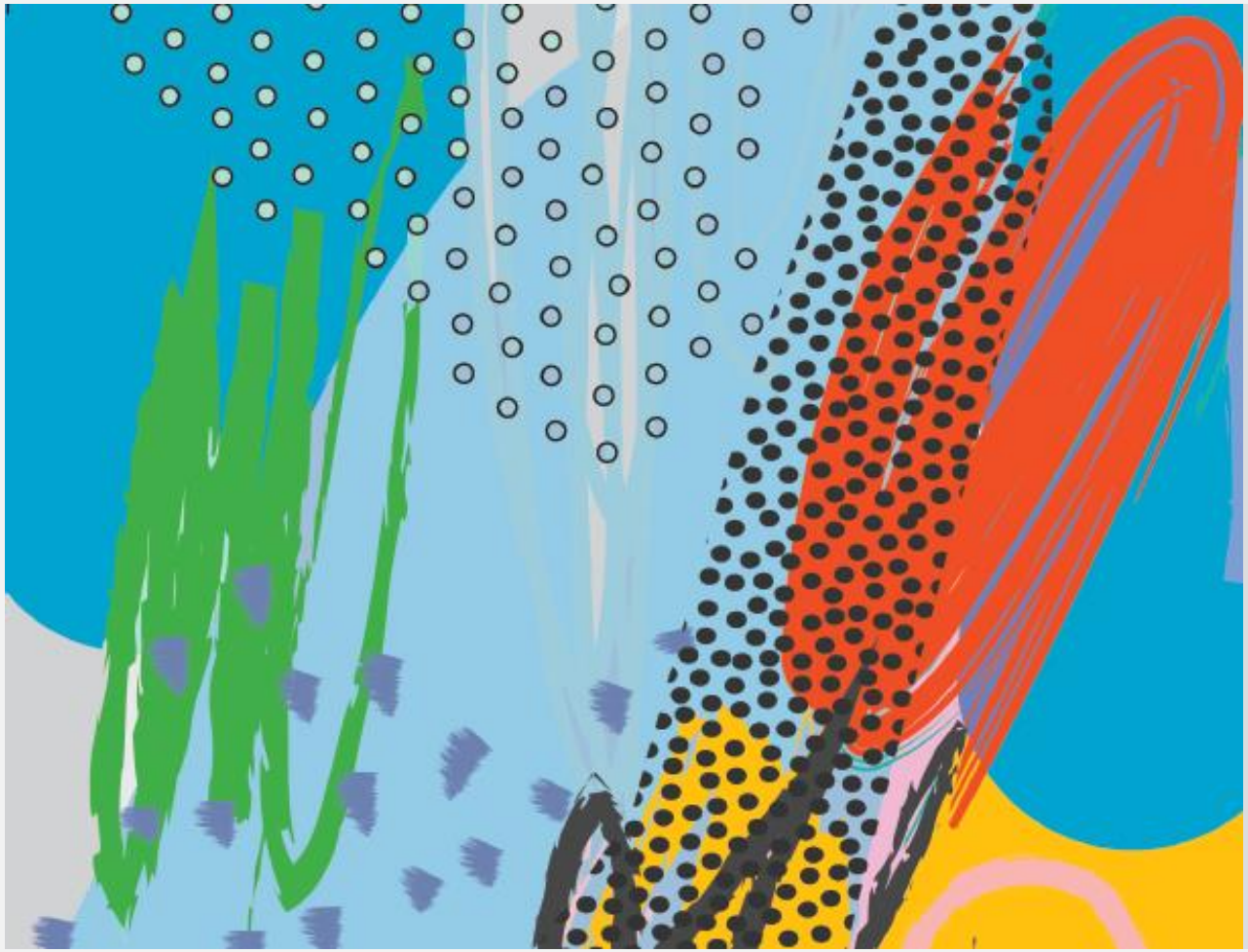


ΚΕΦΑΛΑΙΟ

02

ΕΞΑΡΤΗΣΗ ΚΑΙ ΕΘΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΚΑΠΝΙΣΜΑ

Συγγραφέας

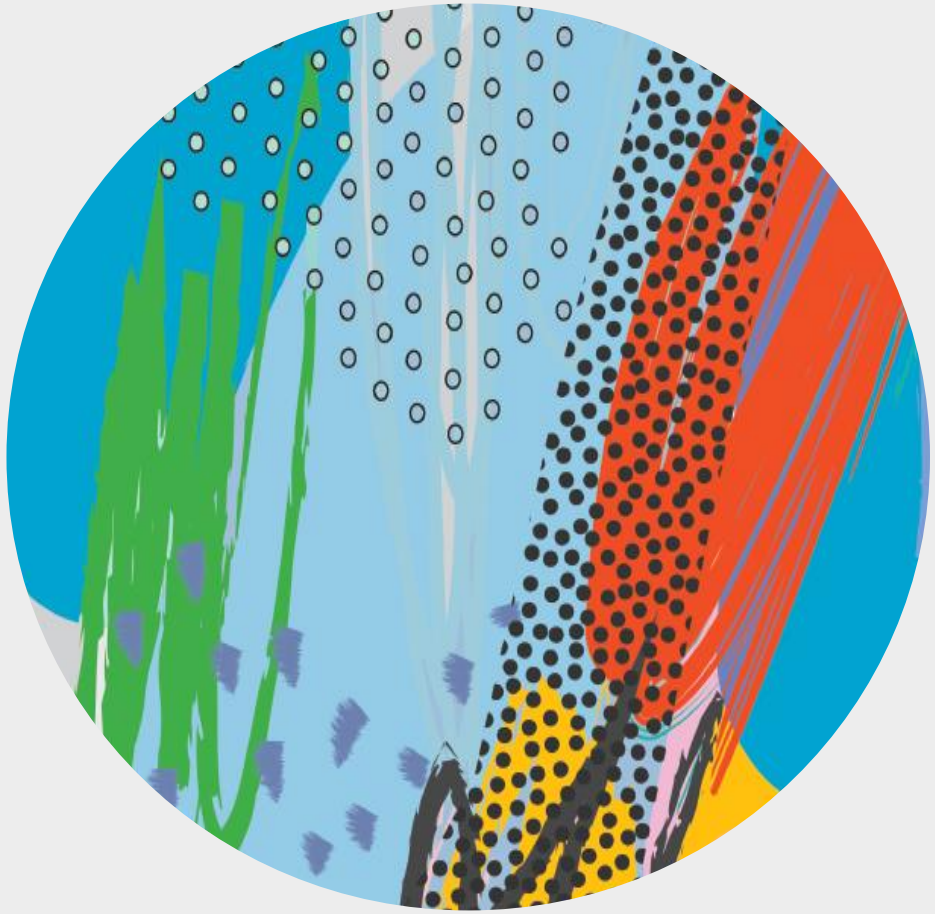
Αθανασία Γ. Λιοζίδου

Κλινικός Νευροψυχολόγος, Επιστημονικός Συνεργάτης Β' Νευρολογικής Κλινικής - ΠΓΝ Αττικόν, Α' Ψυχιατρικής Κλινικής - Αιγινήτειο Νοσοκομείο, Ίδρυμα Ιατροβιολογικών Ερευνών Ακαδημίας Αθηνών - Τομέας Μεταφορών & Συγκοινωνιακής Υποδομής, Σχολή Πολιτικών Μηχανικών - Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο, Γ.Γ. Ελληνικής Νευροψυχολογικής Εταιρείας

SMOKE FREE GREECE

Institute of Public Health

George D. Behrakis RESEARCH LAB HELLENIC CANCER SOCIETY



Σύνοψη

- Εξάρτηση
- Βασικά Χαρακτηριστικά Εξάρτησης από τη Νικοτίνη
- Μηχανισμός Δράσης της Νικοτίνης
- Ανοχή και Απόσυρση
- Παράγοντες Κινδύνου για Εξάρτηση από τη Νικοτίνη
- Στάδια Ανάπτυξης του Καπνίσματος στην Εφηβεία

Εξάρτηση

- Εξάρτηση είναι η επαναλαμβανόμενη και μη ελεγχόμενη χρήση μιας ουσίας

- Η εξάρτηση από το κάπνισμα είναι κατά βάση νευροβιολογική και στηρίζεται στη διέγερση και λειτουργία των εγκεφαλικών κέντρων.

Βασικά Χαρακτηριστικά Εξάρτησης από τη Νικοτίνη

Επαναλαμβανόμενη ή καταναγκαστική χρήση

Εκτός ελέγχου χρήση

Έντονη κινητοποίηση για την εύρεση

Υψηλή προτεραιότητα που αποκτά η χρήση της ουσίας σε σύγκριση με άλλες δραστηριότητες

Εκδήλωση σωματικής εξάρτησης, δηλαδή ανοχής και απόσυρσης

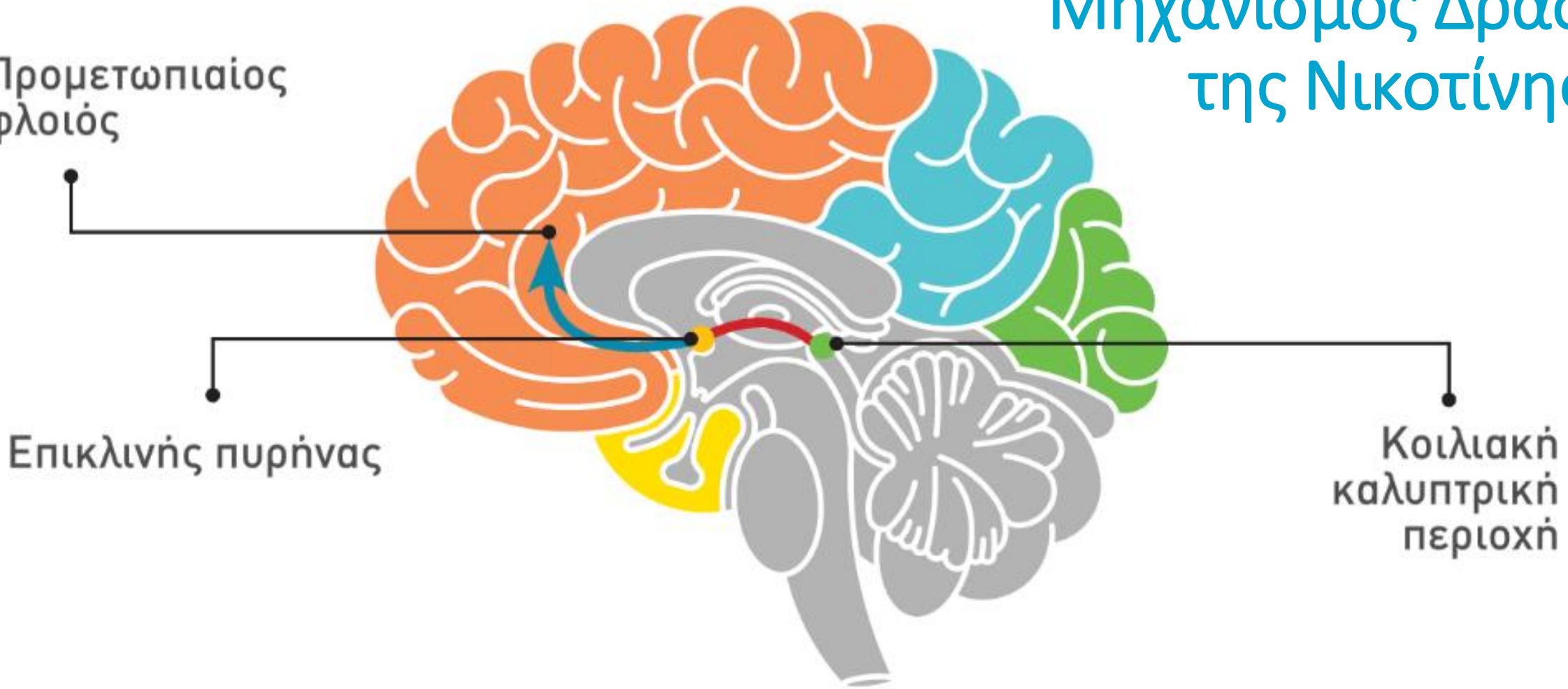
Εμμονή στη χρήση της ουσίας παρά τις σαφείς αποδείξεις και την επίγνωση των βλαβερών συνεπειών

SMOKE FREE GREECE
Pierce Dorco Alba
Institute of Public Health
George D. Behrakis RESEARCH LAB HELLENIC CANCER SOCIETY

Μηχανισμός Δράσης της Νικοτίνης Ι.

Νικοτίνη:	➉Η κύρια ψυχοδραστική ουσία του καπνού ➉**Πνεύμονες →Καρδιά → Εγκέφαλος**
Κρίσιμοι παράγοντες διατήρησης της εξάρτησης:	➉Ο ταχύς ρυθμός απορρόφησης της νικοτίνης ➉**10-16 δευτερόλεπτα** ➉Η υψηλή ποσότητα της ουσίας που εισέρχεται στον εγκέφαλο

Μηχανισμός Δράσης της Νικοτίνης ΙΙ.



Η νικοτίνη ενεργοποιεί την έκλυση ντοπαμίνης.

Η απελευθέρωση ντοπαμίνης είναι κρίσιμης σημασίας για την ευφορική δράση της νικοτίνης.

SMOKE FREE GREECE
Institute of Public Health
George D. Behrakis RESEARCH LAB HELLENIC CANCER SOCIETY

Ανοχή και Απόσυρση

Τα δύο βασικά βιολογικά μετρήσιμα κριτήρια της εξάρτησης

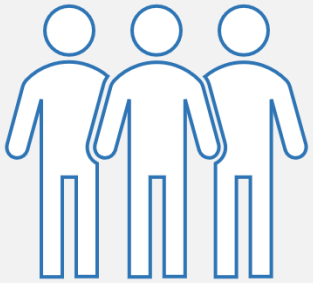
Ανοχή

- Απαιτείται μεγαλύτερη ποσότητα της ουσίας για να επιτευχθεί το επιθυμητό αποτέλεσμα ή
- Η ίδια ποσότητα της ουσίας έχει σημαντικά μικρότερη επίδραση

Απόσυρση ή στερητική διαταραχή ή στερητικό σύνδρομο

- Εμφάνιση δυσάρεστων σωματικών και ψυχολογικών συμπτωμάτων, μετά τη μείωση ή διακοπή της χρήσης της ουσίας

Παράγοντες Κινδύνου για Εξάρτηση από τη Νικοτίνη Ι.



Λευκή φυλή

Γυναικείο φύλο

Γενετικοί Παράγοντες

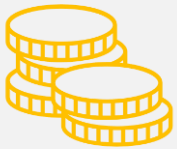
- ✓ π.χ. υψηλή ευαισθησία στη δράση της νικοτίνης

Ψυχιατρικές διαταραχές

- ✓ διαταραχές διάθεσης π.χ. κατάθλιψη
- ✓ αγχώδεις διαταραχές π.χ. κρίσεις πανικού
- ✓ διαταραχές προσωπικότητας
- ✓ ψυχιατρικά νοσήματα εν γένει

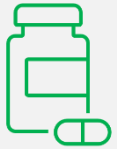
Παράγοντες Κινδύνου για Εξάρτηση από τη Νικοτίνη ΙΙ.

- Προγεννητικό μητρικό κάπνισμα (ενεργητικό ή παθητικό)
- Πρώιμη ηλικία έναρξης καπνίσματος
- Κάπνισμα στην οικογένεια
- Κάπνισμα των συνομηλίκων



- Χαμηλό οικονομικό επίπεδο

- Χαμηλό επίπεδο εκπαίδευσης



- Χρήση άλλων ουσιών

Institute of Public Health

George D. Behrakis RESEARCH LAB HELLENIC CANCER SOCIETY

Στάδια Ανάπτυξης του Καπνίσματος στην Εφηβεία Ι.

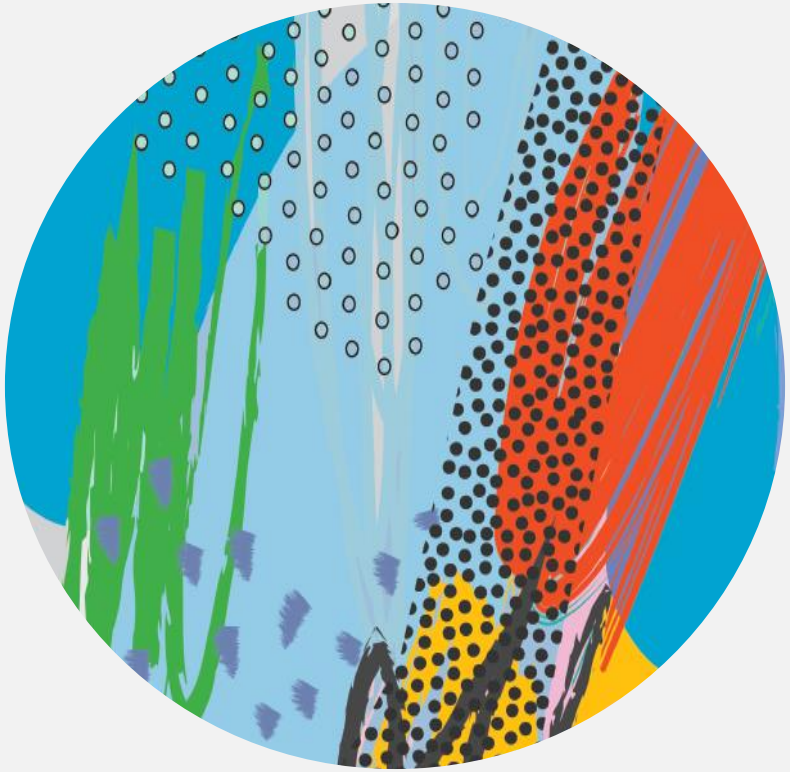
Στάδια Ανάπτυξης Καπνίσματος στην Εφηβεία ΙΙ.

Πολιτισμική Επιρροή

- Η **αισθητική** του **πολιτισμού** επηρεάζει:
  - ✓ τον τρόπο που παρέχεται ο καπνός
  - ✓ τα μέσα που συνδυάζεται η χρήση του
  - ✓ τον τρόπο κατανάλωσης
  - ✓ τον χρόνο κατανάλωσης
- Η **διαφήμιση**

Γνωσιακή Κοινωνική Μάθηση

- **Παρατήρηση**
  - ✓ Γονείς
  - ✓ Αδέλφια
  - ✓ Φίλοι
  - ✓ Δάσκαλοι
  - ✓ Ηθοποιοί
  - ✓ Διακεκριμένα πρόσωπα
- **Η εμπειρία από κοινωνικό περιβάλλον, πεποιθήσεις** όπως:
  - ✓ μαγκιά
  - ✓ μοντερνισμός
  - ✓ ανεξαρτητοποίηση
  - ✓ ισότητα φύλλων



SMOKE FREE GREECE

Institute of Public Health

George D. Behrakis RESEARCH LAB HELLENIC CANCER SOCIETY