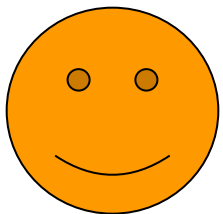


# Πρόγραμμα Διακοπής Καπνίσματος

---

**Δρ Άντρη Αριστοτέλους**  
**Συντονίστρια Προγράμματος Διακοπής**

**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ**





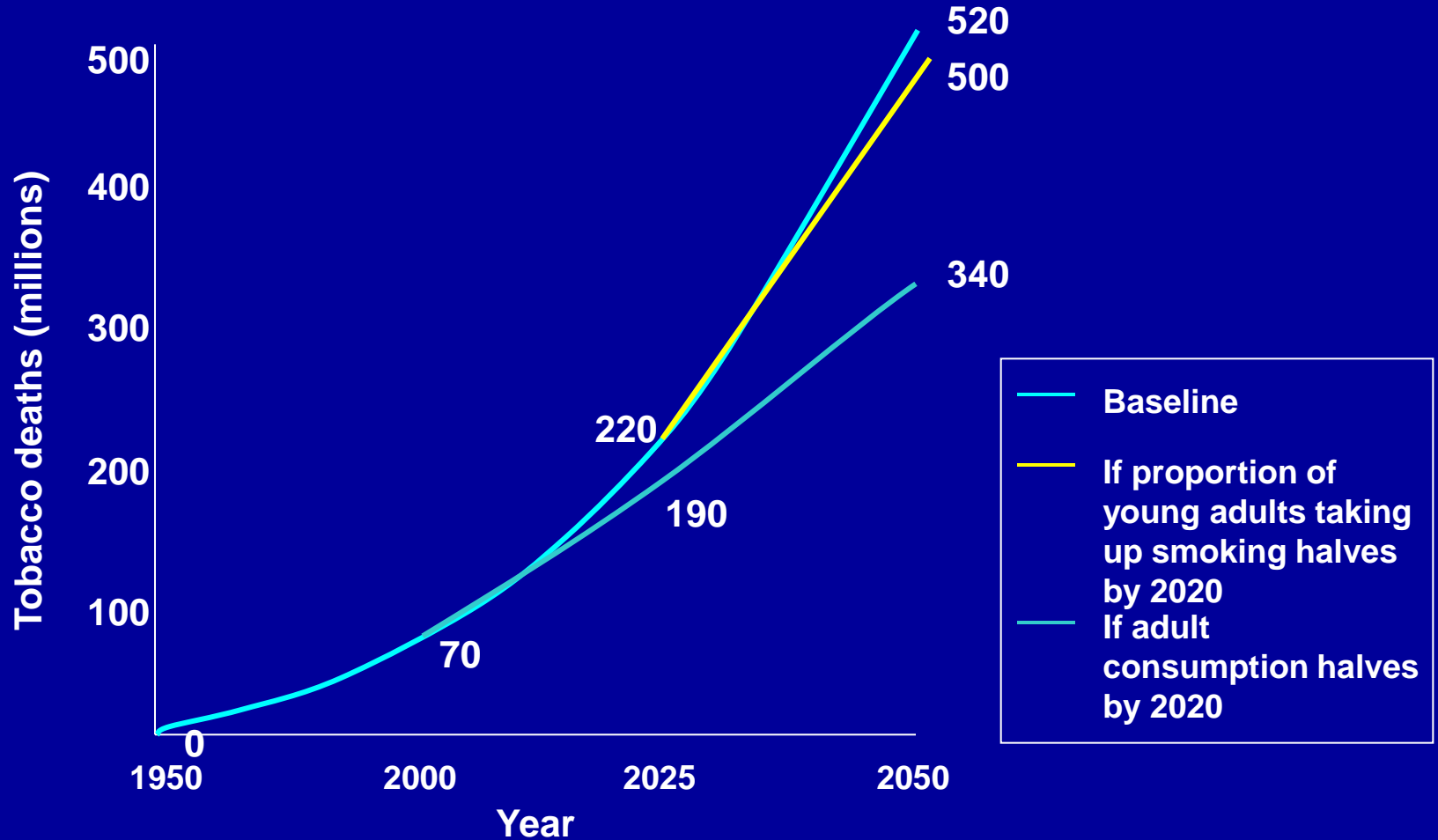
# Γιατί Προγράμματα Διακοπής;

---

- Ευεργετικές επιδράσεις στην υγεία του ατόμου από τη διακοπή
- Εξάρτηση στη νικοτίνη κατατάσσεται ως ασθένεια σύμφωνα με ICD-10

# Unless Current Smokers Quit, Tobacco Deaths will Rise Dramatically in the Next 50 years

Estimated cumulative tobacco deaths 1950-2050 with different intervention strategies



# Πρόγραμμα Διακοπής Καπνίσματος

---

- Σημαντικοί Σταθμοί
- Το 2000 έναρξη πιλοτικού προγράμματος
- 2001-2002 Προσωπικό κρατικών νοσηλευτηρίων
- 2002 Κεντρικές Φυλακές

# Ανάπτυξη Προγράμματος

---

- Λειτουργία Κλινικής Διακοπής του Καπνίσματος στα κρατικά νοσηλευτήρια όλων των πόλεων
- Εκπαίδευση επαγγελματιών υγείας
- Πρωτόκολλο σύμφωνα με την κλινική Maudsley
- Παροχή υποκαταστάτων νικοτίνης σε μορφή εμπλάστρων (τσιρότων)



# Στόχοι Προγράμματος

---

- Παροχή συστηματικής βοήθειας σε καπνιστές που επιθυμούν να σταματήσουν το κάπνισμα
- Ολοκληρωμένο σχέδιο θεραπείας
- 500 συμμετοχές ετησίως

## Αύξηση των συμμετεχόντων

---

- Ευαισθητοποίηση/ενημερωτικές διαλέξεις σε κυβερνητικές υπηρεσίες
- Επαρχιακά Γραφεία Δημόσια Έργα
- Ενημέρωση ιστοσελίδας Υπουργείου υγείας
- Ενημερωτικά Άρθρα στον εγχώριο τύπο
- Συνεργασία με ΑΗΚ

# Αποτελέσματα

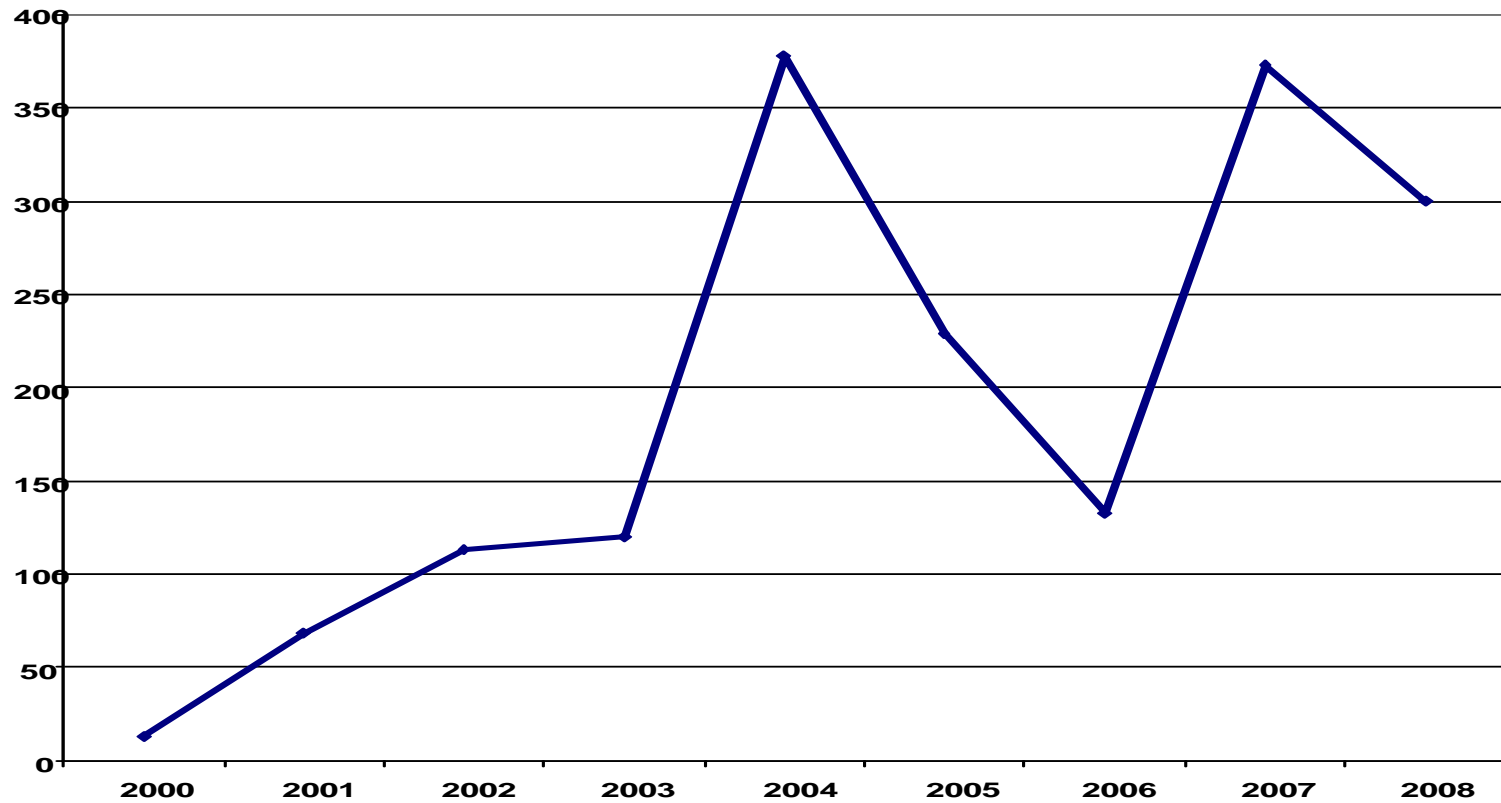
---

- 2000 συμμετοχές παγκύπρια
- Ένας στους δύο σταμάτησε το κάπνισμα στις 12 εβδομάδες συμπλήρωσης του προγράμματος
- Δύο στους τρεις συμμετέχοντες είναι άντρες



# Αριθμός συμμετοχών κατά έτος

---



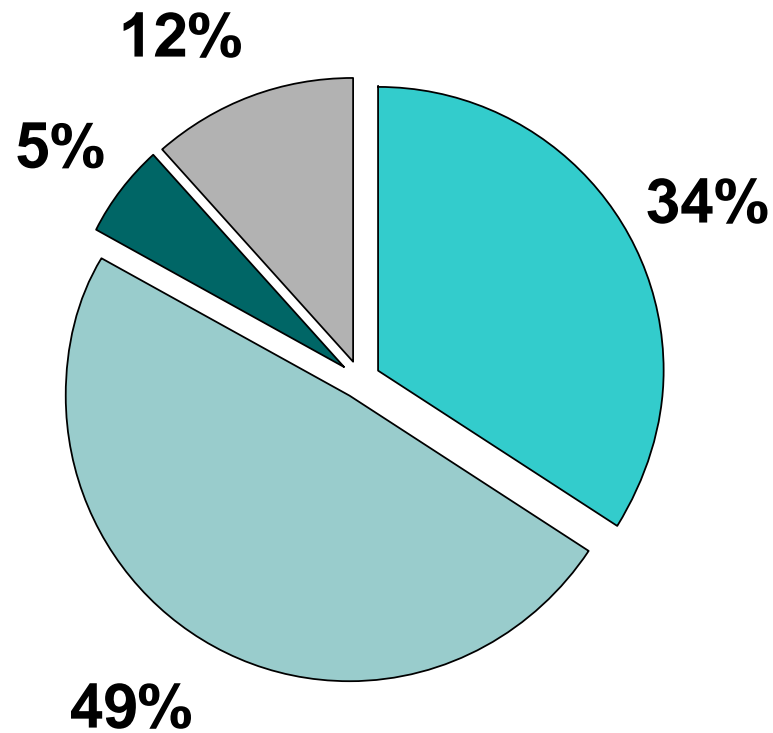
# Αποτελέσματα 2010

---

- Συμμετείχαν 300 καπνιστές παγκύπρια
- Μέσος όρος ηλικίας τα 47 έτη
- 72,3 % ήταν άντρες
- Μέσος όρος τσιγάρων ημερησίως 31
- 57,6% σταμάτησαν το κάπνισμα με την συμπλήρωση των 12 εβδομάδων

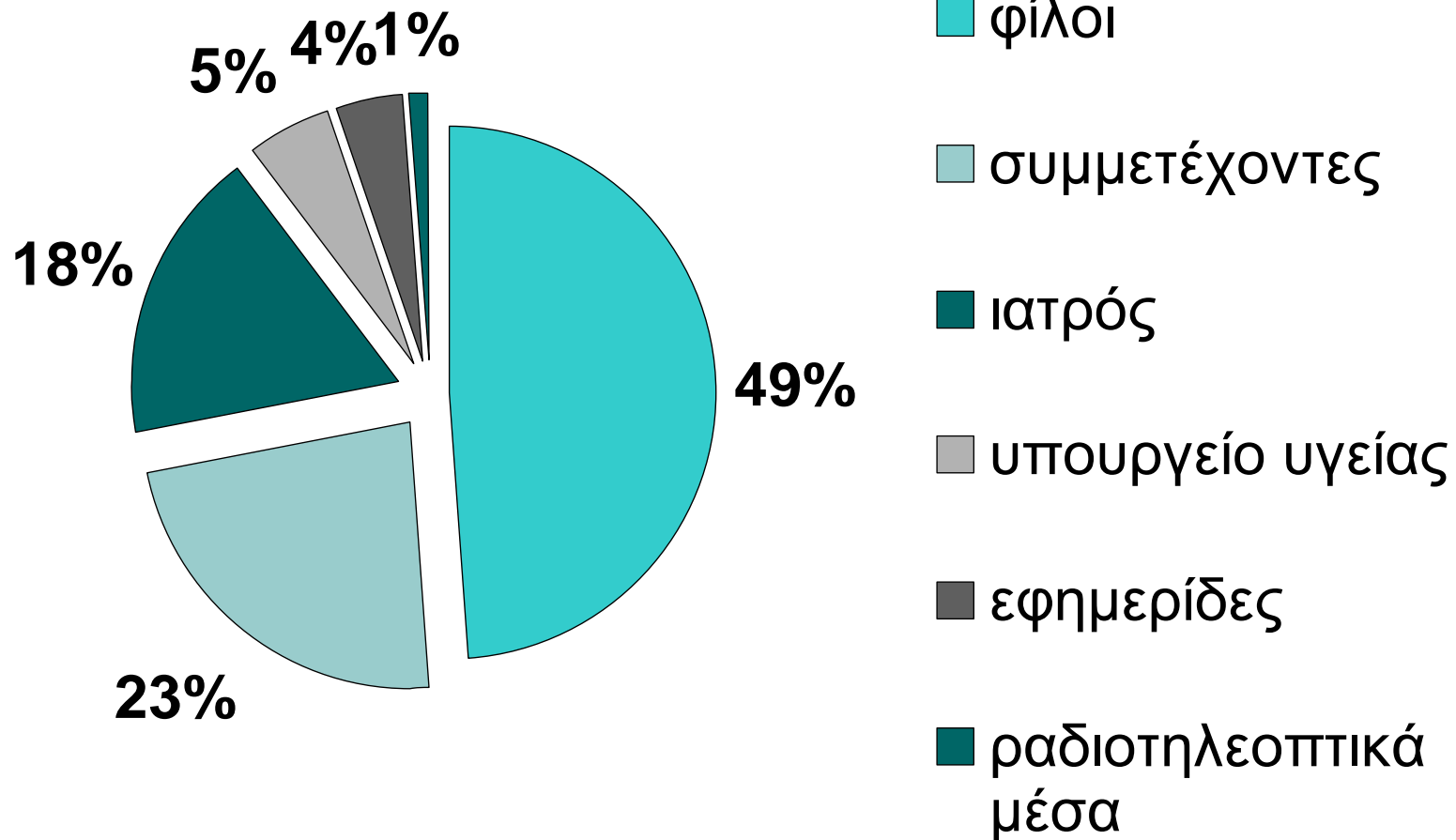
# Συμμετέχοντες κατά τομέα εργασίας

---



■ δημόσιος ■ ιδιωτικός ■ ημικρατικός ■ συνταξιούχος

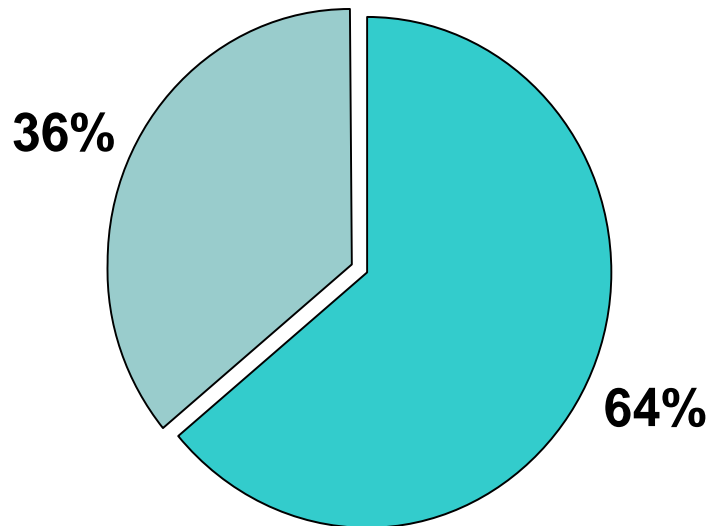
# Τρόποι ενημέρωσης



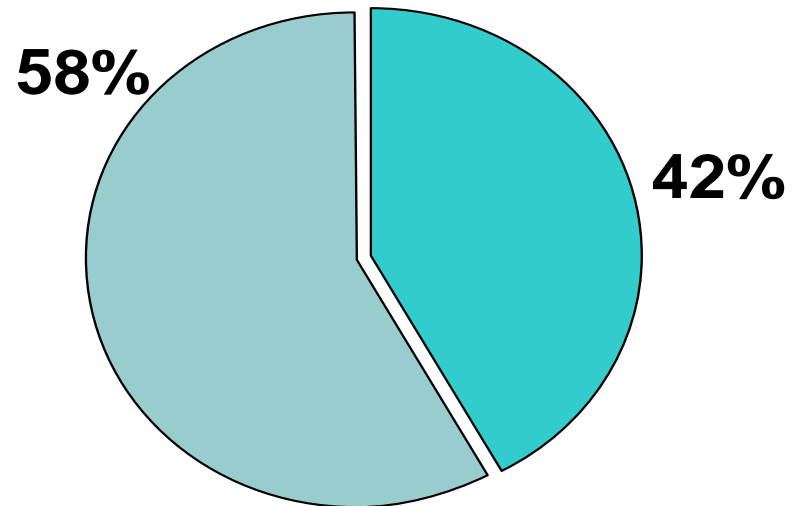
# Ποσοστό επιτυχίας

---

**% επιτυχίας στους άντρες**



**% επιτυχίας στις γυναίκες**



■ επιτυχία ■ αποτυχία



# Προτροπή ιατρού

---

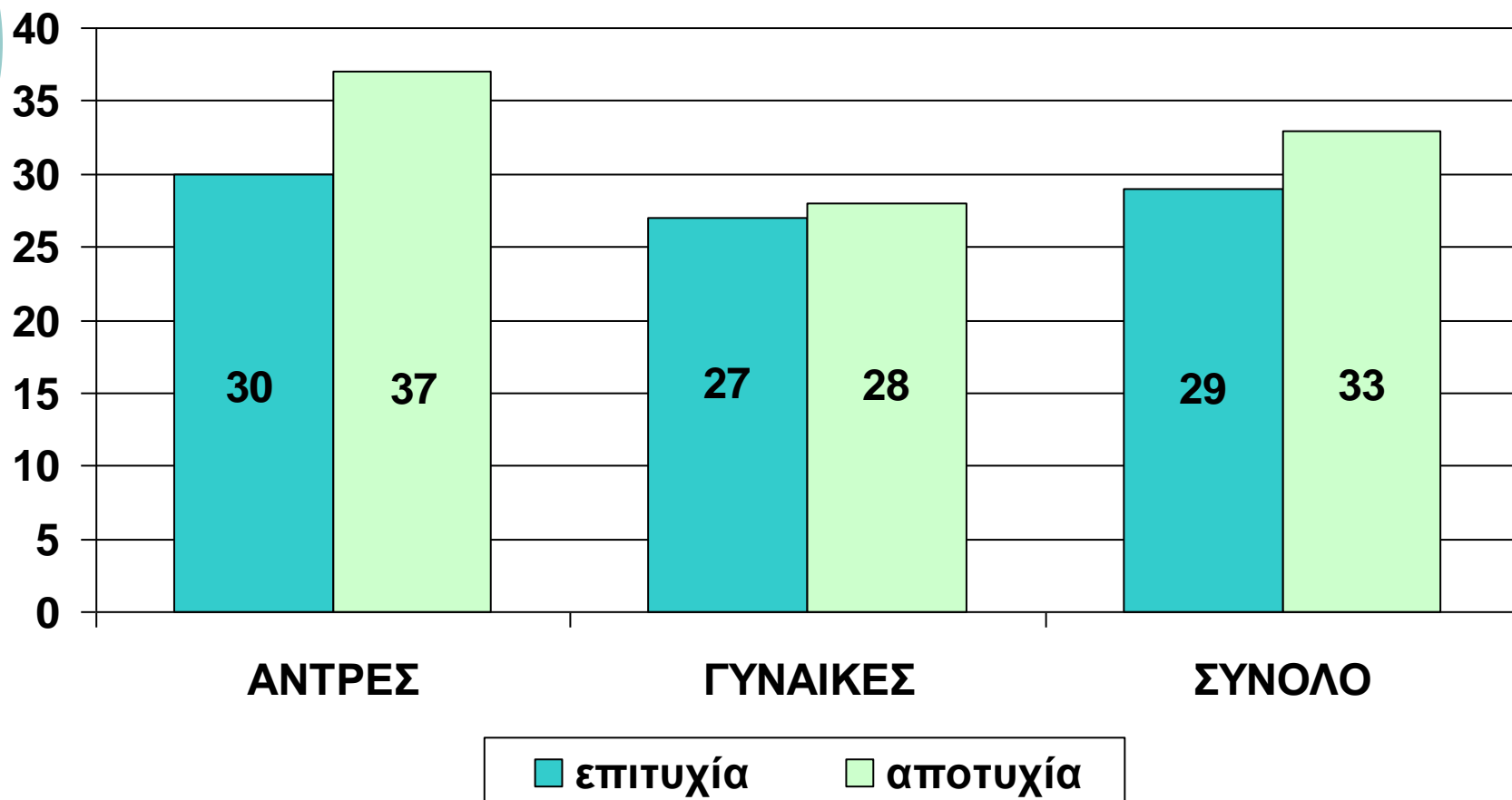
- 70% των συμμετεχόντων ανέφεραν ότι ο γιατρός τους τους προέτρεψε να προσπαθήσουν να το σταματήσουν

# Προηγούμενες προσπάθειες διακοπής

---

- Εκείνοι που έκαναν προσπάθεια διακοπής είχαν κάνει κατά μέσο όρο 2 προσπάθειες διακοπής στο παρελθόν
- Το 42% των συμμετεχόντων έκαναν την πρώτη τους προσπάθεια διακοπής στην κλινική

# Μέσος όρος αριθμού τσιγάρων που κάπνιζαν ημερησίως





## Μετρήσεις μονοξειδίου πριν και μετά

---

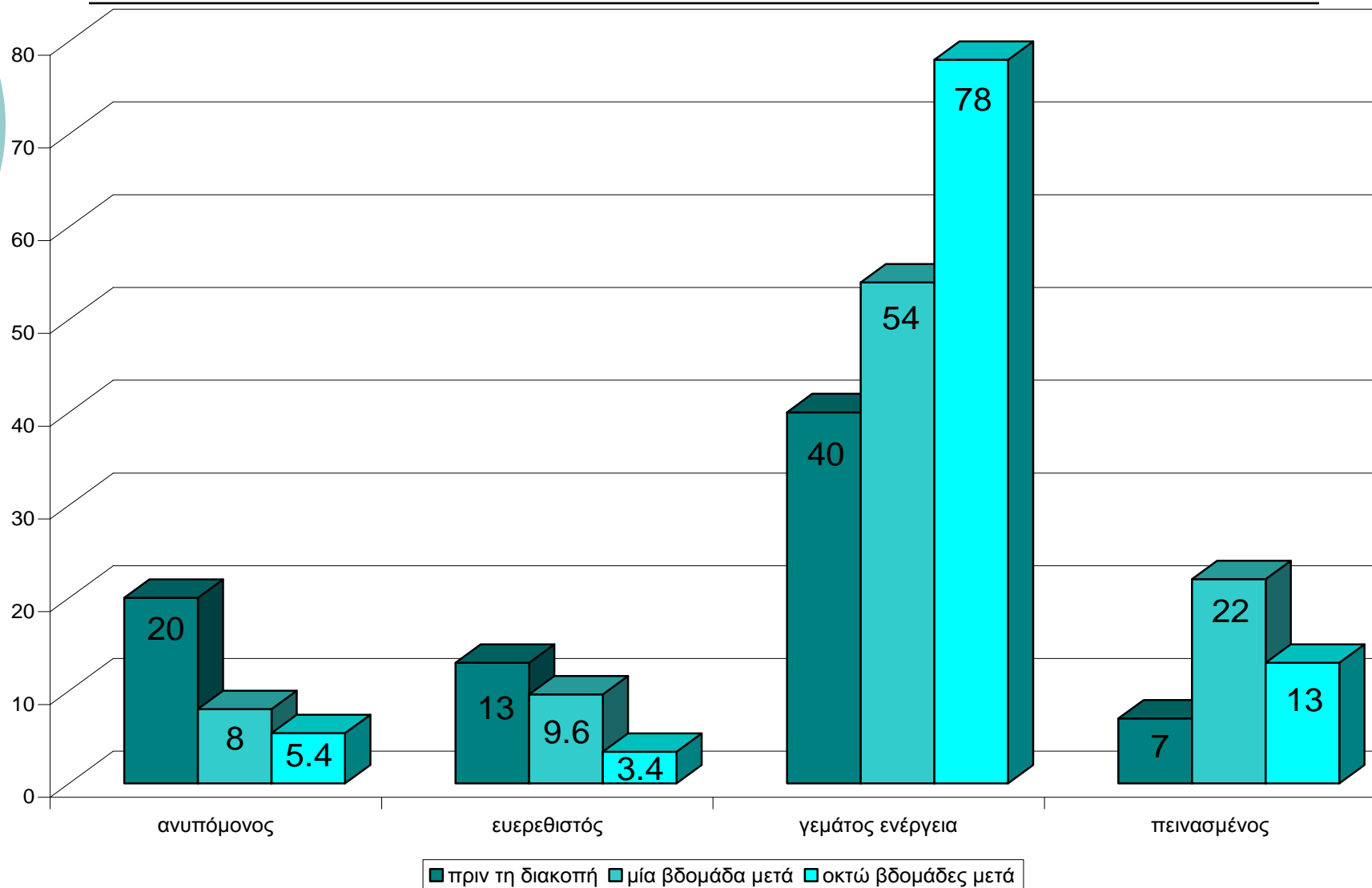
- Μέσος όρος μέτρησης CO πριν την διακοπή 19,58 ppm
- Μέσος όρος μέτρησης CO μία εβδομάδα μετά τη διακοπή 4,01 ppm
- Μέσος όρος μέτρησης CO οκτώ εβδομάδες μετά τη διακοπή 2,79 ppm

# Σωματικό Βάρος πριν και μετά

---

- Μέσος όρος πριν 82,11
- 82,67 μετά

# Διάθεση και συμπτώματα πριν και μετά τη διακοπή





# Ποσοστό αποχής από κάπνισμα 12 εβδομάδες και ένα χρόνο μετά την ημερομηνία διακοπής

---

- 57%
- 22%
- Σημαντικό ποσοστό επανέναρξης του καπνίσματος

# ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ

---

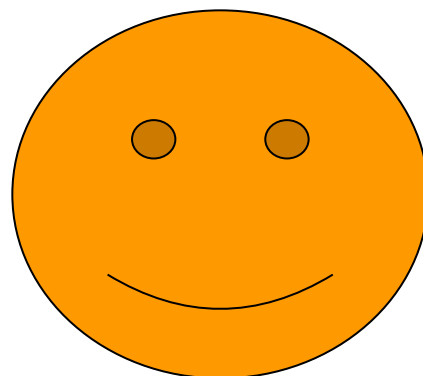
- Αξιοποίηση τεχνολογίας της πληροφόρησης
- Προώθηση προγράμματος στους εργασιακούς χώρους
- Περιβάλλον ελεύθερο από καπνό
- Εφαρμογή νομοθεσίας

# Συνεργασία και συντονισμός

---

Όλων των φορέων, μη κυβερνητικών  
οργανισμών, μέσων μαζικής  
ενημέρωσης

**ΓΙΑ ΜΙΑ ΚΥΠΡΟ ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΑΠΌ  
ΚΑΠΝΟ**



Επιλέγω να μην Καπνίζω!!!  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ