

فارماکوتراپی ترک سیگار

راهنمای درمانگران

دکتر شهیده امینی

متخصص داروسازی بالینی، عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران

دکتر پریا بهاروند

متخصص داروسازی بالینی، فارغ التحصیل دانشگاه علوم پزشکی تهران

www.ketab.l



سازمان اسناد و کتابخانه ملی
جمهوری اسلامی ایران

سرشناسه	: امینی، شهیده، ۱۳۵۹-
عنوان و نام پدیدآور	: فارماکوتراپی ترک سیگار: راهنمای درمانگران / شهیده امینی، پریا بهاروند.
مشخصات نشر	: تهران: آبادیس طب، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۴ص، ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۱۱-۱۸-۶
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: ترک سیگار — دستنامه‌ها
موضوع	: Smoking cessation -- Handbooks, manuals, etc
شناسه افزوده	: بهاروند، پریا، ۱۳۶۸-
رده بندی کنگره	: R۵۶۷
رده بندی دیویی	: ۶۱۶/۸۶۵۰۶
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۲۲۹۹۵۲
اطلاعات رکورد کتابشناسی	: فیبا



نمایندگی‌های فروش

- تهران: کتابفروشی گلزار ۶۶۹۵۱۰۲۰ - ۰۲۱
اصفهان: کتابفروشی کیا ۳۶۶۹۹۱۱۲ - ۰۳۱
دشت: کتابفروشی ارجمند ۲۳۳۲۸۷۶ - ۰۱۳
تهران: کتابفروشی مجد دانش ۲۸۴۴۱۰۱۶ - ۰۵۱
تهران: دانشگاه علوم پزشکی مشهد ۲۸۴۴۱۸۳۶ - ۰۵۱
ارومیه: شهر کتاب پزشکی ۲۳۲۵۲۸۷۹ - ۰۴۴
تهران: کتابفروشی شبرنگ ۲۳۳۴۱۸۰۹ - ۰۴۱
کرمان: کتابفروشی پاپیروس ۲۳۴۶۱۰۶۸ - ۰۳۴

نام کتاب	: فارماکوتراپی ترک سیگار (راهنمای درمانگران)
مؤلفین	: دکتر شهیده امینی، دکتر پریا بهاروند
ناشر	: آبادیس طب
نوبت چاپ	: ۱۴۰۰
صفحه آرای	: شمیم
چاپ	: نفیس نگار
صحافی	: نفیس نگار
تیراژ	: ۵۰ نسخه
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۱۱-۱۸-۶
قیمت	: ۱۱۰/۰۰۰ تومان

مرکز پخش و فروشگاه: انتشارات آبادیس طب

تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۶ آذر، نبش کوچه رهنما، پلاک ۲۴، طبقه اول
تلفن: ۸۸ ۹۵ ۹۴ ۱۴ - ۸۸ ۹۵ ۹۴ ۱۴ - ۶۶ ۴۸ ۹۶ ۷۳ - ۶۶ ۴۸ ۹۶ ۷۳

فروشگاه اینترنتی آبادیس طب

www.abadisteb.pub

ما را در اینستاگرام دنبال کنید

abadistebpub

بایباید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

دوست عزیز، این کتاب دسترنج چند ساله مؤلف، مترجم و ناشر آن است. تکریر و فروش آن به هر شکلی بدون اجازه از پدیدآورنده غیر اخلاقی، غیر قانونی و غیر شرعی است. نتیجه این عمل نادرست بی‌اعتمادی و پیامدهای ناگوار را در زندگی منجر می‌شود و محیطی ناسالم برای خود و فرزندانمان به وجود می‌آورد.

پیشگفتار

نه راهی به رؤیا می‌رسد

نه رؤیایی به راه

بر می‌گردم....^۱

بی‌تردید استعمال سیگار و دود کردن فرآورده‌های مشتق از تنباکو، فراتر از فراگیر بودن، به یک عادت شایع و روزمره تبدیل شده است. این عادت ناسالم، به دلیل عام و رایج شدن شبیه یک رفتار طبیعی در جوامع خود را نشان می‌دهد و از این رو ترک عادت آن، مسیری نه چندان هموار خواهد بود. به عبارت دیگر، شاید درصد بالایی از افراد مصرف کننده سیگار بدانند که مضرات سیگار چیست، شاید به چشم خود دیده باشند که عزیزانشان به دلیل سیگار به چه بیماری‌هایی دچار شده‌اند، با این حال تنها دانستن خطرات سیگار شستن آمار و ارقام رو به افزایش بیماری‌ها، بدخیمی‌ها و مرگ و میر ناشی از آن نه تنها موجب قدم برداشتن در راه ترک گذاشتن نشده است بلکه میزان شیوع مصرف سیگار در تمام گروه‌های سنی بویژه نوجوانان و جوانان بیش از پیش نیز افزایش یافته است. از این رو ترک سیگار بیش از آن چه به نظر می‌رسد دشوار خواهد بود.

برای متولیان نظام سلامت و حرفه‌مندی که در زمینه ترک سیگار فعالیت می‌کنند، رویکردهایی فراتر از دارو درمانی لازم خواهد بود تا بتواند افراد را در این مسیر حمایت و همراهی کنند.

با این حال در این کتاب جنبه‌های فارماکولوژی وابستگی به نیکوتین، بیماری‌ها و مخاطرات ناشی از استعمال سیگار و همچنین راه‌های تشویق افراد و دارودرمانی ترک مورد نگارش قرار گرفته است. در این کتاب سعی بر آن بوده تا با مرور به روز ترین مطالب، چیدمانی از آموزه‌های مرتبط با مخاطرات سیگار، روش‌های کمک به ترک و همچنین دارودرمانی ترک سیگار در اختیار مخاطب قرار گیرد. نهایت تلاش بر این بوده است تا معتبرترین منابع در حوزه دارو درمانی بررسی شود. در آخر هر فصل نیز، جمع‌بندی نکات کاربردی ارائه شده است.

خواننده با مطالعه این کتاب قادر خواهد بود دانشی کاربردی با تاکید بر فارماکوتراپی ترک سیگار را فراگرفته و قدم به قدم در مسیر شروع داروها، مدیریت و پایش دارو درمانی و پایش عوارض پیش رود. امید است که گامی کوچک اما مؤثر در این مسیر برداشته باشیم.

گروه مؤلفین

فهرست

۱۱	فصل اول: تعاریف
۱۲	۱-۱ تنباکو چیست؟
۱۲	۱-۲ نیکوتین چیست؟
۱۴	۱-۲-۱ فارماکولوژی نیکوتین
۱۸	۱-۳ اجزای تنباکو و عوارض آن
۲۰	۱-۴ تداخل داروها با تنباکو
۲۲	۱-۵ استنشاق غیر داوطلبانه دود سیگار
۲۲	۱-۵-۱ دود دست دو سیگاریا دود تحمیلی محیطی
۲۳	۱-۵-۲ دود دست سه سیگاریا باقیمانده دود محیطی
۲۹	فصل دوم: اثرات سیگار بر روی سلامت
۳۰	۲-۱ ارتباط مصرف سیگار و میزان ترک و غیره
۳۵	۲-۲ ارتباط مصرف سیگار و افزایش ریسک بیماری
۴۰	۲-۴ ارتباط مصرف سیگار و بروز سرطان
۴۳	۲-۵ ارتباط مصرف سیگار با سایر بیماری‌ها و اختلالات
۴۹	فصل سوم: وابستگی به نیکوتین
۵۰	۳-۱ مکانیسم نوروشیمیای وابستگی به نیکوتین
۵۰	۳-۱-۱ کرایتریای DSM-5 در مورد وابستگی به نیکوتین
۵۳	۳-۱-۲ راه‌های اندازه گیری میزان وابستگی
۵۳	۳-۲ علائم ترک و محرومیت از نیکوتین
۵۳	۳-۳ مزایای ترک سیگار
۵۹	فصل چهارم: ارزیابی فرد جهت ترک سیگار
۶۰	۴-۱ استراتژی‌های مشاوره رفتاری با کمک متد 5A و مدل AAR
۶۰	۴-۱-۱ ASK (سؤال)
۶۱	۴-۱-۲ Advise (توصیه و تشویق)
۶۱	۴-۱-۳ Assess (ارزیابی)

- ۶۱..... ۴-۱-۴ Assist (کمک)
- ۶۲..... ۴-۱-۵ Arrange (پیگیری)
- ۶۲..... ۴-۱-۶ AAR مدل
- ۶۳..... ۴-۲ تقسیم بندی افراد بر اساس میزان آمادگی و تمایل در ترک سیگار بر اساس روش TTM
- ۶۴..... ۴-۳ ایجاد انگیزه در فرد برای ترک سیگار با کمک متد SR
- ۶۵..... ۴-۳-۱ Relevance (ارتباط)
- ۶۵..... ۴-۳-۲ Risk (ریسک)
- ۶۵..... ۴-۳-۳ Rewards (پاداش)
- ۶۵..... ۴-۳-۴ Road block (موانع راه)
- ۶۵..... ۴-۳-۵ Repetition (ادامه دادن)
- ۶۵..... ۴-۴ ورود فرد به مرحله آغاز ترک تنباکو از طریق روش STAR

۶۹ فصل پنجم: مداخلات درمانی جهت ترک سیگار

- ۷۰..... ۵-۱ مداخلات رفتاری و شناختی
- ۷۳..... ۵-۲ مداخلات دارودرمانی
- ۷۳..... ۵-۲-۱ درمان جایگزینی با نیکوتین
- ۷۵..... ۵-۲-۱-۳ پیچ پوستی (ترانس درمانال) نیکوتین
- ۷۸..... ۵-۲-۱-۴ اسپری بینی نیکوتین
- ۸۱..... ۵-۲-۱-۵ اسپری استنشاق دهانی (اینهالر) نیکوتین
- ۸۳..... ۵-۲-۱-۶ آدامس نیکوتین
- ۸۶..... ۵-۲-۱-۷ آبنبات نیکوتین
- ۹۰..... ۵-۲-۲ وارنیکلین تار تارات
- ۹۳..... ۵-۲-۳ بوپروپیون هیدروکلراید آهسته رهش
- ۹۷..... داروهای خط دوم
- ۹۷..... ۵-۲-۳-۱ نورتریپتیلین هیدروکلراید
- ۹۹..... ۵-۲-۳-۲ کلونیدین
- ۱۰۰..... ۵-۲-۴ درمان ترکیبی
- ۱۰۱..... ۵-۲-۵ سایر درمان ها
- ۱۰۱..... ۵-۲-۵-۱ ضد اضطراب ها
- ۱۰۱..... ۵-۲-۵-۲ بلوک کننده های نیکوتین از جمله مکامیل آمین
- ۱۰۲..... ۵-۲-۵-۳ نالتروکسون

- ۱۰۲..... ۵-۲-۴ واکسن نیکوتین
- ۱۰۲..... ۵-۲-۵ سیگار الکترونیکی

فصل ششم: دارودرمانی ترک سیگار در جمعیت‌های ویژه..... ۱۱۳

- ۱۱۴..... ۶-۱ دارودرمانی ترک سیگار در بارداری
- ۱۱۶..... ۶-۲ دارودرمانی ترک سیگار در شیردهی
- ۱۱۷..... ۶-۳ دارو درمانی ترک سیگار در نوجوانان
- ۱۱۸..... ۶-۴ دارو درمانی ترک سیگار در بیماران با مشکلات روان پزشکی
- ۱۱۹..... ۶-۴-۱ افسردگی
- ۱۱۹..... ۶-۴-۲ اختلالات دوقطبی
- ۱۱۹..... ۶-۴-۳ اسکیزوفرنی
- ۱۱۹..... ۶-۴-۴ اختلالات صرع و تشنج
- ۱۲۰..... ۶-۴-۵ دارودرمانی ترک سیگار در افراد مبتلا به اختلال در مصرف مواد (مثل الکل، کانابینوئید و وابستگی به اوبیوئید)
- ۱۲۰..... ۶-۵ دارودرمانی ترک سیگار در بیماران قلبی - عروقی
- ۱۲۱..... ۶-۵-۱ سندرم حاد کرونری (ACS)
- ۱۲۲..... ۶-۵-۲ دارو درمانی ترک سیگار در بیماران بستری
- ۱۲۳..... ۶-۷ دارو درمانی ترک سیگار در بیماران دیابتی
- ۱۲۴..... ۶-۸ دارو درمانی ترک سیگار در بیماران مبتلا به بیماری انسداد مزمن ریوی (COPD)
- ۱۲۴..... ۶-۹ دارو درمانی ترک سیگار در Light smokers
- ۱۲۵..... ۶-۱۰ دارو درمانی ترک سیگار در افراد چاق و یا افرادی که نگران افزایش وزن خود بعد از ترک هستند.

فصل هفتم: پیگیری نتایج درمان..... ۱۲۹

- ۱۳۰..... ۷-۱ زمان پیگیری
- ۱۳۰..... ۷-۲ ارزیابی و بررسی تداوم مصرف سیگار
- ۱۳۱..... ۷-۳ طول دوره درمان

فهرست منابع:..... ۱۳۵