

azienda unica universitaria

Terapie personalizzate per smettere di fumare: è questa la ricetta dell'Ambulatorio Tabagismo dell'Azienda ospedaliero-universitaria di Udine che in due anni di attività ha già ottenuto importanti risultati. Su 36 persone seguite, 31 hanno perso il vizio.

L'ultima sigaretta

Smettere di fumare attraverso un trattamento medico personalizzato ha risolto il problema della dipendenza per il 77 per cento dei fumatori che si sono rivolti all'Ambulatorio per la cura del tabagismo dell'Azienda ospedaliero-universitaria di Udine. Un risultato ragguardevole, se confrontato con i parametri statistici che affermano che solo il 30 per cento di chi si sottopone a terapia risolve la dipendenza.

Il metodo - spiega il dottor Massimo Baraldo, responsabile dell'Ambulatorio Tabagismo - prevede che, dopo un primo colloquio informativo, in cui il fumatore è sottoposto ad alcuni test che stabiliscono se il soggetto è dipendente o meno dalla nicotina, e viene appurata la volontà del paziente di smettere, si fissa la prima seduta del ciclo di recupero. Prima il paziente viene sottoposto a una visita medica, in cui vengono registrati i dati generali, poi si effettua una visita cardiologica, e si procede al prelievo del sangue per verificare il livello di nicotina e cotinina.

Quindi viene stabilito il giorno in cui si intende smettere di fumare e da quel momento inizia la terapia far-

macologica: al fumatore vengono prescritti preparati a rilascio di nicotina, stabiliti in base al peso, ai valori riscontrati nel sangue e alla visita cardiologica.

"Ma il soggetto che inten-



de smettere di fumare - spiega Baraldo - va valutato sotto molti aspetti, prendendo in considerazione anche il tipo di approccio che ha con il fumo. Non tutti i fumatori fumano nella stessa maniera o la stessa marca di sigarette. Eppure, anche se così fosse, ogni individuo è diverso da un altro anche nella dipendenza e quindi se l'obiettivo è vincerla, bisogna personalizzare il più possibile la terapia".

Per questo, nel primo incontro con il paziente, attra-

verso i test preliminari viene subito individuata la causa della dipendenza: se si tratta di dipendenza da nicotina, inizia il trattamento dell'Ambulatorio; altrimenti di fronte a situazioni che segnalino un tabagismo di tipo psicologico, questi pazienti vengono orientati al Sert, dove possono trovare il sostegno psicoterapeutico idoneo.

"Il nostro sistema - spiega ancora Baraldo - utilizza preparati a rilascio di nicotina che vanno a sostituire nel minor tempo possibile, la concentrazione di nicotina plasmatica che il paziente aveva quando fumava. In questo modo il soggetto non accusa sintomi da crisi di astinenza nicotina e quindi riesce ad affrontare più serenamente le prime difficoltà".

La terapia quindi procede nel primo mese, con incontri regolari ogni settimana, in modo tale da monitorare il percorso del paziente e dosare al meglio nel sangue la nicotina e la cotinina; dopo di che, si va avanti per altri due mesi con appuntamenti fissi ogni quindici giorni. Alla fine del periodo di disintossicazione, il paziente viene monitorato ancora per un anno con

delle visite trimestrali; alla fine, se la profilassi è stata seguita con cura, il paziente ha definitivamente smesso di fumare. Questo è il risultato che 31 persone, sulle 36 che avevano avuto un colloquio iniziale nel 2006, hanno raggiunto, con i preparati a rilascio di nicotina previsti dal protocollo applicato dall'Ambulatorio.

"Ma per qualcuno - ammette Baraldo - è più difficile di altri smettere. Un soggetto ansioso o depresso ad esempio fa più difficoltà; oppure chi è in cura da un psico terapeuta o è alcolizzato, per smettere deve trovare prima un punto di equilibrio psicofisico. E' facile invece che uno smetta con il fumo se si trova in una "fase di contemplazione", cioè ha capito che il fumo fa male alla salute e vuole smettere".

Proprio per fornire un servizio il più possibile mirato, da quest'anno l'ambulatorio, l'unico in regione a fornire questo tipo di trattamento, è inoltre in grado di sostenere i pazienti, oltre con il normale "counseling", con un'approccio psico-comportamentale grazie alla presenza di una psicologa.

L'ambulatorio Tabagismo è situato presso la Soc di Farmacologica Clinica e Tossicologia dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Udine. Per appuntamenti gli interessati possono telefonare allo 0432 559833.