

Αποκατάσταση Συνιστάμενων στη ΝΑΕΠΝ Καταστάσεων

Η αποκατάσταση των ασθενών με ΝΑΕΠΝ (Νοσήματα Αεραγωγών) αποτελεί ένα σημαντικό πεδίο έρευνας και εφαρμογής. Η αντιμετώπιση των συμπτωμάτων και η βελτιστοποίηση της ποιότητας ζωής των ασθενών είναι οι βασικοί στόχοι της αποκατάστασης. Η χρήση της τεχνικής της βελονισμής διακοπής του τσιγάρου αποτελεί μια αποτελεσματική μέθοδο για την αντιμετώπιση της νικοτινικής εξάρτησης. Η διαδικασία αυτή βασίζεται στην ενεργοποίηση του πόνου και της απελευθέρωσης ενδογενών οπιοειδών, οι οποίοι συμβάλλουν στην μείωση της επιθυμίας για τσιγάρο. Η εφαρμογή της τεχνικής αυτής απαιτεί την συνεργασία του ασθενούς και του γιατρού. Η αποκατάσταση των ασθενών με ΝΑΕΠΝ απαιτεί μια ολοκληρωμένη προσέγγιση, που περιλαμβάνει τη φαρμακευτική αγωγή, τη φυσική θεραπεία και την ψυχολογική υποστήριξη. Η χρήση της βελονισμής διακοπής του τσιγάρου μπορεί να αποτελέσει ένα σημαντικό βήμα στην αντιμετώπιση της νικοτινικής εξάρτησης και στην αποκατάσταση των ασθενών με ΝΑΕΠΝ.

Ιατρικός βελονισμός και διακοπή τσιγάρου

Ο βελονισμός θεωρείται μία μη φαρμακευτική τεχνική για την υποστήριξη των καπνιστών, οι οποίοι αποφασίζουν να μπουν στη διαδικασία διακοπής του τσιγάρου και να διανύσουν τη δύσκολη περίοδο προσαρμογής στη νέα τους ζωή.

Με τη βοήθεια αυτής της τεχνικής, ο καπνιστής καταφέρνει να περιορίσει τα έντονα συμπτώματα της στέρησης από τη διακοπή της νικοτίνης και να παραμείνει στην απόφασή του.

Ήδη από τα πρώτα 24ωρα μετά τη θεραπεία βελονισμού παρατηρείται σταδιακή απέχθεια στον καπνό και στη γεύση του τσιγάρου, ήπια και ελεγχόμενη επιθυμία για κάπνισμα και περιορισμός των συμπτωμάτων του συνδρόμου στέρησης.

Η θεραπεία είναι πολύ απλή στην πράξη. Τοποθετούνται λεπτές βελόνες, μιας χρήσεως, ειδικά κατασκευασμένες σε συγκεκριμένα σημεία, τα οποία αναφέρονται στο πρωτόκολλο διακοπής του τσιγάρου, παραμένον για 20 λεπτά και στη συνέχεια αφαιρούνται.

Για τους περισσότερους καπνιστές χρειάζονται 1 με 2 συνεδρίες. Κάποιες φορές όμως το πρόγραμμα μπορεί να τροποποιηθεί και να προσαρμοστεί στις θεραπευτικές απαιτήσεις του καπνιστή.

Μαρκέλλα Σαγγέδου, MD, MSc
 Ιατρός Φυσικής Ιατρικής
 και Αποκατάστασης (Φυσιάτρος)
 ειδικός Ιατρικού Βελονισμού
 μέλος Δ.Σ. Ελληνικής Ιατρικής
 Εταιρείας Βελονισμού

