



KOUŘENÍ PO ONKOLOGICKÉ DIAGNÓZE



- Máte onkologické onemocnění a kouříte?**
- Raději byste nekouřili? Nedařilo se Vám přestat?**
- Víte, že kouření souvisí s Vaší diagnózou a máte z toho špatný pocit?**
- Myslíte, že přestat kouřit už nemá význam?**

**PŘESTAT KOUŘIT
I PO ONKOLOGICKÉ
DIAGNÓZE MÁ SMYSL!!!!
ZNAMENÁ TO:**

- Delší dobu přežití
- Vyšší účinnost léčby
- Snížené riziko metastáz a dalších onemocnění

ONKOLOGICKÉ ONEMOCNĚNÍ - DOBŘÝ DŮVOD PŘESTAT KOUŘIT

• **Chirurgická léčba (operace):**

kuřáci mají po jakékoli operaci vyšší riziko komplikací včetně těch spojených s anestezií, hojením či infekcemi. Čím dříve před operací přestanete kouřit, tím více tato rizika snížíte.

• **Radiační léčba (ozářování):**

kouření snižuje účinnost a zvyšuje rizika nežádoucích účinků ozářování

• **Chemoterapie:** Kouření zvyšuje výskyt nežádoucích účinků této léčby včetně ztráty svalové síly, únavy či rozvoje a horšího průběhu infekcí a dalších. Zrychluje vylučování řady cytostatik a snižuje tak jejich účinek.

VÍME, ŽE PŘESTAT KOUŘIT NENÍ LEHKÉ, ALE PŘESTAŇTE KOUŘIT CO NEJDŘÍV. POKUD SE VÁM TO NEDAŘÍ, OBRAŤTE SE NA SVĚHO LÉKAŘE, LÉKÁRNÍKA NEBO NĚKTERÉ Z CENTER PRO ZÁVISLÉ NA TABÁKU, VIZ KONTAKTY NA SLZT.CZ

RÁDI BYSTE PŘESTALI KOUŘIT, ALE NEDAŘÍ SE VÁM TO?

- **NEJSTE SAMI.** Naprostá většina kuřáků by raději nekouřila.
- Během života mívají kuřáci v průměru desítky neúspěšných **POKUSŮ PŘESTAT**.
- Pokus **BEZ POMOCI** má jen malou úspěšnost (3–5 % kuřáků po roce nekouří), odborná pomoc ji může až desetkrát zvýšit.

VÍTE, ŽE...

- ... většina kuřáků je závislých na nikotinu?
- ... závislost na tabáku/nikotinu je nemoc (diagnóza F17)?
- ... je možné tuto nemoc léčit?

CO ZNAMENÁ LÉČBA ZÁVISLOSTI NA TABÁKU:

- Změnu zažitých návyků a rituálů, najít si předem nekuřácká řešení obvyklých kuřáckých situací a jejich spouštěčů.
- Navíc pomůže užívání vhodných léků, které slouží k potlačení abstinčních příznaků, nikoli „proti kouření“.

VYUŽIJTE NĚKTEROU FORMU POMOCI

Bližší informace o možnostech léčby a další podpory najdete na webu Společnosti pro léčbu závislosti na tabáku WWW.SLZT.CZ:

- Přes 40 Center pro závislé na tabáku (léčba je tu hrazena ze zdravotního pojištění)
- Kolem 200 ambulantních lékařů
- Téměř 200 lékáren poskytujících poradenství
- Několik adiktologických ambulancí (vhodné zejména pro vícečetné závislosti)
- Telefonní linka zdarma 800 350 000 po–pá 10–18h
- Mobilní aplikace v češtině zdarma
- Další weby www.kourenizabiji.cz, www.bezcgaret.cz

© Kolektiv Centra pro závislé na tabáku III. interní kliniky 1. LF UK a VFN ve spolupráci se Společností pro léčbu závislosti na tabáku
WWW.SLZT.CZ, 2024

