



Изх. № 27/30.05.2017 г.

ДО:
ПРОФ. НИКОЛАЙ ПЕТРОВ
МИНИСТЪР НА ЗДРАВЕОПАЗВАНЕТО

КОПИЕ ДО:

Г-ЖА СВЕТЛАНА ЙОРДАНОВА
ЗАМ.- МИНИСТЪР НА ЗДРАВЕОПАЗВАНЕТО

Д-Р МИРОСЛАВ НЕНКОВ
ЗАМ.- МИНИСТЪР НА ЗДРАВЕОПАЗВАНЕТО

Д-Р ДАНИЕЛА ДАРИТКОВА
ПРЕДСЕДАТЕЛ НА КОМИСИЯ ПО
ЗДРАВЕОПАЗВАНЕТО

Г-Н КРАСИМИР ВЪЛЧЕВ
МИНИСТЪР НА ОБРАЗОВАНИЕТО И НАУКАТА

Д-Р ГЛИНКА КОМИТОВ
УПРАВИТЕЛ НА НЗОК

Г-ЖА ГЕРГАНА ГЕШАНОВА
КОЛИЦИЯТА ЗА ЖИВОТ БЕЗ ТЮТЮНЕВ ДИМ

Г-Н ПАВЕЛ АНТОНОВ
ПРЕДСЕДАТЕЛ НА СДРУЖЕНИЕ
„БЪЛГАРИЯ БЕЗ ДИМ“

МЕДИИТЕ

SMOKEFREEBRAIN

Уважаеми дами и господа,

Националното сдружение на общопрактикуващите лекари в България отбелязва инициативата на СЗО - световен ден без тютюнев дим – 31 май, като представя ролята и значението на европейския проект SmokeFreeBrain, разработван в рамките на програмата на ЕС Хоризонт 2020. НСОПЛБ е член на академичния консорциум и активен участник в провеждането на уникално пилотно проучване, насочено към отказване от тютюнопушене.

Проектът има за цел да обърне внимание на ефективността на различни стратегии, насочени към спиране на тютюнопушенето при високорискови целеви групи в държави със среден доход, сред безработни млади хора, ХОББ пациенти, пациенти с астма, както и сред населението в страни с нисък среден доход.



Едни от основните цели на проекта са разработване на интервенции за отказване от тютюнопушенето, основани на придържане към физическа активност с подкрепата на информационни комуникационни технологии (ИКТ). Проучват се ефектите от използването на електронни цигари по време на началната фаза на спиране на тютюнопушенето. Разглежда се възможно образуване на канцерогенни азотисти съединения чрез излагането на никотин от електронна цигара. Внимание се отделя и на глобалния статус на метилиране на ДНК в две различни ситуации - при тютюнопушене и при вдишване на парата от електронна цигара. ИКТ (използване на мобилни приложения с игрови елементи, Фейсбук и текстови съобщения по мобилни телефони) може да бъдат ценна помощ при спиране на тютюнопушенето. Никотиновият глад е ключов компонент, който е доказано, че се променя с времето при опит за спиране на тютюнопушенето и е тясно свързан с ефективността на лечението и успешното прекратяване на тютюнопушенето. Документирано е, че жаждата за пушене намалява през първите 2 седмици от началото на опита за спиране на цигарите. Макар че пушачите първоначално са в състояние да се справят с отрицателното въздействие, използвайки ограничаващи стратегии, с течение на времето възможността те да бъдат използвани, както и тяхната ефективност може да намалее, оставяйки пушачите с по-малко и по-малко възможности да устоят на желанието за пушене.

Целта на използване на ИКТ е двупосочна. На първо място се фокусира върху отвлечане вниманието на потребителя, като му се предоставят редица задачи чрез мобилно приложение. Като се има предвид разбирането на жаждата за пушене при опит за спиране на цигарите и на базата на профила на потребителя, на него ще му бъде предложено да предприеме някои краткосрочни или дългосрочни действия. Краткосрочните задачи ще разчитат на специфични физически упражнения (с използване на акселерометър на смартфона),

използване на игри, социализация, възлагане на цел, списък с постижения и др. Дългосрочните задачи се базират на физически упражнения. Те ще бъдат проектирани и разработени (използвайки акселерометър, смартфон или съвременни устройства като Kinect), за да бъдат лесно и по всяко време достъпни за потребителя. Показателен пример ще бъдат походи в Google Street view, разработени от университета в Солун /AUTH/ с помощта на HTML5 технологии. Последните ще бъдат доставени чрез FitForAll платформа (достъпни чрез смарт телевизор, таблет, смартфон и конвенционален РС). В допълнение, тези приложения предотвратяват възможни рискове от развитие на пристрастяване към интернет или игри, тъй като акцентът е върху упражняване на физическа дейност от потребителя. Физическите упражнения принуждават потребителя да остави мобилното устройство настрана и да се съсредоточи върху дейност, която не включва устройството, докато в същото време тя осигурява награда, несвързана с него. Този процес е предложен като терапевтична интервенция срещу пристрастяване към смартфони и е емпирично тестван първоначално за ефективно лечение на физическите симптоми на интернет зависимост и по-късно на психични проблеми.



Тъй като пушенето представлява най-важната причина за хронични белодробни заболявания в света, спирането на тютюнопушенето е най-значителната интервенция за предотвратяването им. Електронните цигари (ЕС), се оказаха много популярни и в момента се наблюдава мълниеносното нарастване на използването им. Хората ги купуват като помощно средство за отказване от тютюнопушенето, за да се намали потреблението на цигари, за да се сведат до минимум симптомите на абстиненция в професионалните среди, които забраняват тютюнопушенето, и за да се продължи за пушенето с понижен риск за здравето. Електронните цигари са устройства, чиято функция е да се изпари и



да се достави до белите дробове на потребителя химична смес, обикновено състояща се от никотин, пропилен гликол и други химикали. Тези продукти, които понастоящем не са регламентирани или наблюдавани (въпреки че това е на път да се промени), са със съдържание, което може да варира при различните електронни цигари и което може да не бъде известно на потребителя. Въпреки че безопасността и въздействието на електронните цигари върху здравето, особено след продължителна употреба, не е оценено, те обикновено се смятат за много по-безопасна алтернатива на цигарения дим. Електронните цигари не генерират полициклични ароматни въглеводороди /мощен клас канцерогенни химикали, отделяни по време на горенето на тютюна, предизвикващи рак/. Въпреки това, специфични канцерогенни тютюневи нитрозамини са били срещани при електронните цигари, открити в някои никотинови пълнители като замърсители, макар и при много ниски концентрации в сравнение с тютюневия дим. Тютюневите специфични нитрозамини са много мощни канцерогени и играят важна роля в етиологията на предизвикана от тютюнопушенето туморогенеза на белия дроб и хранопровода. Те са класифицирани като канцерогени за човека и образуват редица ДНК адукти. Въпреки че нивото на нитрозамини в електронните цигари е много ниско, не може да се счита като напълно безопасно, тъй като е широко прието, че не съществува праг на химично-индуцирана канцерогенеза. Промени в генната експресия в резултат на епигенетични явления, като например ДНК метилиране, са участвали в основните механизми на пристрастяването и отказване, както и някои от токсикологичните ефекти от тютюнопушенето. Докато метилирането на ДНК по време на излагане на тютюнев е широко изследвано, няма известна достъпна информация в момента за ефектите на парата от електронната цигара върху епигенетичните явления. Освен това промените в стрес хормоните се свързват с непреодолимото желание за пушене, със симптоми на абстиненция и рецидив. Последствията от прехода от тютюнев дим към парата от електронната цигара върху хормоните на стреса не са изяснени.

Тъй като безопасността на продължителното използване на електронни цигари не е изследвана подробно досега и като се има предвид мълниеносния възход на тяхното използване, е наложително да се установят токсикологичните последици в резултат на прехода от тютюнопушенето към използване на никотин чрез парата на електронните цигари.



Основната цел на пилотното проучване е да се следят тютюневи специфични нитрозамини, ДНК адукти, хормони на стреса, метилиране на ДНК и настроение по време на прехода от пушенето на цигари към употреба на електронни цигари. Паралелно *in vivo* проучване допълнително ще оценява възможните токсични ефекти на хронична експозиция на парата от електронната цигара.

Използват се както утвърдени научни инструменти, които дават не само на изследователите, но и на самия пациент информация за неговото здравословно състояние, възможност и мотивация за отказ от тютюнопушене.

Приносът на българския екип с водещ изследовател доц. д-р Любомир Киров, дм в първия етап на работата по проекта е свързан с резултатите от успешно приключилото пилотно проучване на български пациенти. Всеки един от пациентите с помощта на своя ОПЛ е попълнил селектираните 14 въпросници трикратно – при включване в проучването, на втори етап и при приключването му. Пациентите, взели участие, са подписали формуляр за информирано съгласие. Преди подписването на съгласието са били подробно информирани за целите, задачите и същността на проучването и за потенциалните ползи за тяхното здраве. Броят на участниците е 60 пушачи, разделени в три групи от 20 човека. Две групи се основават на диагностициране на ХОББ и астма, докато третата група е от "младите безработни". ХОББ и астма пациенти са подбрани от практики на общопрактикуващи лекари. За млади безработни се считат безработни мъже и жени между 18 и 35 години. Проучването тества предимно ефекта на мотивацията за спиране навиците за тютюнопушене.

Резултатите са представени на научни форуми у нас и в чужбина, подготвени са публикации за научната периодика на български и английски език. Резултатите са част от мащабното проучване на международния проектен консорциум, като залегнат в основата на разработваните стратегии и препоръки към законодателите в европейските държави за постигане на ефективни резултати в борбата с тютюнопушенето за подобряване здравето и социалната интеграция.

30.05.2017 г.
София

За УС и НС на НСОПЛБ:
Доц. д-р Любомир Киров, дм
(Председател на НСОПЛБ)