

Εξέταση αίματος ίσως βοηθά στη διακοπή του καπνίσματος

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Μια εξέταση αίματος είναι ίσως μια καλή λύση για όσους θέλουν να κόψουν το κάπνισμα

Αποκαλύπτει πόσο γρήγορα και αποτελεσματικά ο οργανισμός μεταβολίζει τη νικοτίνη

Νέα Υόρκη

Μια αιματολογική εξέταση που αποκαλύπτει πόσο γρήγορα και αποτελεσματικά ο οργανισμός μεταβολίζει τη νικοτίνη, πιστεύεται ότι θα συμβάλλει στην προσπάθεια απαλλαγής του οργανισμού από την ανθυγιεινή συνήθεια του καπνίσματος, σύμφωνα με στοιχεία που δημοσιεύονται στην επιθεώρηση «Lancet Respiratory Medicine».

Το βιολογικό προφίλ

Διεθνής επιστημονική ομάδα με επικεφαλής την καθηγήτρια Ψυχιατρικής **Κάριν Λέρμαν**του Πανεπιστημίου της Πενσιλβάνια, υποστηρίζουν ότι οι στρατηγικές διακοπής του καπνίσματος θα πρέπει να εξατομικευθούν ανάλογα με το βιολογικό προφίλ του κάθε ατόμου.

Σήμερα, τουλάχιστον δύο στους τρεις καπνιστές (65%-70%) που προσπαθούν να κόψουν το τσιγάρο, τελικά το ξαναρχίζουν μέσα στην πρώτη εβδομάδα. Οι μελέτες έχουν δείξει ότι αν κανείς αντέξει, χωρίς τσιγάρο, για μια εβδομάδα, έχει

αυξημένες πιθανότητες να τα καταφέρει.

Μόνο το 4% των ανθρώπων όμως, εκτιμάται ότι καταφέρνουν να το κόψουν χωρίς κανένα βοήθημα. Αν και το μυστικό της επιτυχίας βρίσκεται στο να μην σταματά κανείς να προσπαθεί, αλλά να συνεχίσει να επιμένει ξανά και ξανά, οι περισσότεροι άνθρωποι δεν έχουν τη δύναμη να κάνουν κάτι τέτοιο. Και αυτό γιατί, η νικοτίνη δημιουργεί μεγάλο εθισμό στους καπνιστές, με αποτέλεσμα όταν το επίπεδό της πέφτει στον οργανισμό, να νιώθουν την ανάγκη να ξανακαπνίσουν.

Η νικοτίνη

Όμως, οι αμερικανοί και καναδοί επιστήμονες, απέδειξαν ότι δεν «χειρίζεται» ο οργανισμός όλων των ανθρώπων τη νικοτίνη με τον ίδιο τρόπο. Μερικοί άνθρωποι τη διασπούν πιο γρήγορα και άλλοι πιο αργά. Όσο πιο γρήγορα μεταβολίζει κανείς τη νικοτίνη, με τη βοήθεια του ενζύμου του ήπατος CYP2A6, τόσο περισσότερο την επιθυμεί και άρα καπνίζει περισσότερο ή δυσκολεύεται πιο πολύ να το κόψει.

Οι ερευνητές μελέτησαν 1.246 ανθρώπους που προσπαθούσαν να το κόψουν και ανέλυσαν δείγματα αίματος για να δουν πόσο γρήγορα η νικοτίνη διασπάτο στον καθένα. Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες χρησιμοποίησαν επί 11 εβδομάδες είτε επιθέματα νικοτίνης, είτε χάπια βαρενικλίνης, είτε ένα εικονικό φάρμακο.

Η ανάλυση των στοιχείων έδειξε ότι όσοι διασπούσαν τη νικοτίνη με πιο γρήγορο ρυθμό, το έκοβαν πιο εύκολα, όταν πήραν βαρενικλίνη. Όσοι διασπούσαν τη νικοτίνη πιο αργά, είχαν ανάλογα ποσοστά επιτυχίας, είτε με το επίθεμα νικοτίνης, είτε με τη βαρενικλίνη, αλλά είχαν περισσότερες παρενέργειες με το εν λόγω φάρμακο, συνεπώς προτιμούσαν τα επιθέματα.

Η εξέταση αίματος για τον μεταβολισμό της νικοτίνης θα μπορούσε στο μέλλον να αξιοποιηθεί ευρύτερα για να καθοδηγεί τους καπνιστές στην καλύτερη για εκείνους μέθοδο, προκειμένου να σταματήσουν να καπνίζουν. Αξίζει πάντως να σημειωθεί ότι, στη μελέτη δεν συμπεριλήφθηκαν τα ηλεκτρονικά τσιγάρα, τα οποία ορισμένοι προτιμούν ως μέθοδο σταδιακής απεξάρτησης από τον καπνό.

Πηγή: tovima.gr