

Dott. Angelo Bernardis

Medico Chirurgo

Specialista in Biologia Clinica

Studio: Via Monte Santo, 20 - Latina

Tel. 0773 / 694986

Terapia combinata anti-fumo
(auricoloterapia e farmacologia)

La tecnica combinata, auricoloterapica e farmacologica, è in grado di raggiungere un'alta percentuale di successo. Ciò risulta dall'evidenza clinica dei casi risolti. Rappresenta qualcosa di veramente rivoluzionario per ciò che riguarda la lotta contro la dipendenza dal tabacco. E' un approccio olistico, che unisce in sé elementi della medicina non convenzionale affiancati da principi allopatrici. Il tutto viene dosato in modo che il paziente abbia il massimo giovamento da tutte e due le terapie.

Il farmaco da noi consigliato è di nuova generazione in quanto non sostituisce la nicotina, ma al contrario è un vero antagonista recettoriale. Inoltre, non risulta eccessivamente costoso, e presenta pochi effetti collaterali quasi del tutto trascurabili. I benefici dell'auricoloterapia sono notevoli e migliorano con l'associazione di tale farmaco (**Champix**).

Con questo approccio combinato in base a statistiche cliniche la percentuale di successo è molto alta tanto da renderla significativa (oltre il 70 % dei casi trattati). Le eventuali ricadute si verificano nella maggior parte dei casi dopo alcuni mesi dal trattamento. Quindi se vogliamo la ripresa del fumo da parte del paziente non è proprio dovuta ad un insuccesso della terapia ma più ad un fatto a volte di casualità, di inconsapevolezza....

Lo ricordiamo che la volontà gioca un ruolo molto importante in ogni distacco da dipendenze e/o abitudini. È indubbio che se si cerca di smettere da soli di fumare, senza la volontà di volerci riuscire, si è sicuramente destinati al fallimento. Con la nostra terapia combinata, proprio per la riduzione/annullamento degli effetti collaterali che essa produce e il supporto che forniamo al paziente durante il periodo di disintossicazione, è sufficiente un minimo di desiderio.

Innanzitutto, l'intervento auricoloterapico va ad eliminare quelle componenti di stress ed ansia, nonché di dipendenza che sostengono il "vizio" del fumo. Il paziente da subito avverte quella sensazione gradevole di rilassamento e nel caso cercasse di fumare avvertirebbe un cambiamento del gusto quasi fino a nausea. Ovviamente, questa sensazione può essere amplificata con l'assunzione di questo nuovo farmaco che aiuta il paziente ad allontanare il desiderio o peggio la dipendenza da nicotina. L'auricoloterapia allontana il desiderio modificando il carico endorfinico, mentre il farmaco con la sua azione di antagonismo recettoriale annulla il "piacere" da nicotina, azzerando l'azione della nicotina. In sintesi, si fuma ma è come se si stesse respirando aria senza alcuna sensazione ("la sigaretta non sa di nulla").

Il farmaco da assumere è **Champix** (0,5 mg e 1 mg). Un nuovo farmaco a prescrizione medica creato per aiutare a smettere di fumare. Toglie il "piacere" che si prova fumando una sigaretta, riducendo fino a far scomparire il desiderio del fumo. Agisce facendo sì che fumare una sigaretta non sia una cosa così essenziale. Il principio attivo è il Varenicline Tartrate e funziona soddisfacendo quella parte del cervello che richiede la nicotina (dipendenza) senza emettere effettivamente nicotina nel corpo. Vengono bloccati i recettori del cervello che creano dipendenza.

Il pacchetto iniziale contiene 11 pillole da 0.5 mg e 14 pillole da 1mg. Serve per le prime due settimane di trattamento. E' necessario prendere una pillola da 0.5 mg al giorno per i primi 3 giorni e poi due pillole da 0.5 mg al giorno per 4 giorni. Poi va presa la pillola da 1mg due volte al giorno dopo mangiato per una settimana. Il principio attivo di **Champix** è la **Varenicline**. La Varenicline stimola i recettori del cervello che cercano la nicotina, riducendo la dipendenza aiutando il paziente mentre cerca di smettere. Inoltre toglie il piacere che si ha fumando andando ad influire sui

recettori. In passato, tra i prodotti che non utilizzano nicotina era presente sul mercato Zyban, inizialmente immesso sul mercato come farmaco antidepressivo, solo in seguito fu approvato come farmaco per smettere di fumare dopo che venne scoperto che uno degli effetti collaterali era quello di togliere la voglia di fumare. Al contrario, Champix invece è stato creato appositamente per smettere di fumare. La probabilità di successo di Champix è del 44% contro il 29.5 % di Zyban. Ovviamente, tutti i medicinali hanno effetti collaterali comunque non tutte le persone ne soffrono. E' molto importante che si considerano i vari effetti collaterali possibili in Champix. Il principale è la nausea, solitamente lieve e sparisce in poco tempo e meno del 3% delle persone smettono il trattamento per questo.

Gli effetti collaterali meno diffusi sono: mal di testa, incubi notturni, stanchezza, bocca asciutta, difficoltà nel dormire (insonnia), alterazione del gusto, disturbi intestinali come diarrea, vomito, problemi addominali, indigestione; cambiamenti nell'appetito; aumento dell'urina; palpitazioni; tremore; reazioni alla pelle come prurito; dolore al petto; cambiamento nel desiderio sessuale; cambiamento degli stati d'animo.

Non ci sono garanzie che Champix funzionerà per tutti, comunque si può notare dai risultati ottenuti che siamo di fronte al medicinale più efficace per smettere di fumare.

Importante, è iniziare ad usarlo una settimana prima della data che si sceglie per smettere di fumare, e di solito verso metà trattamento si fa fatica a finire una sigaretta. Poi di colpo non si dovrebbe più provare piacere nel fumare.

Champix va utilizzato per 12 settimane. Nel percorso sarebbe utile avere supporto da amici e familiari. Inoltre, è importante per aumentare le probabilità di successo, prima di iniziare la terapia, fissare una data per smettere, e Champix va preso dalla settimana prima. Quindi la prima settimana di trattamento si può anche fumare.

Il percorso prevede due dosaggi, uno da 0.5mg e uno da 1mg: inizialmente, 1 scatola con pillole da 0.5 mg per i primi 3 giorni da prendere una settimana prima della data scelta per smettere, poi 2 scatole con pillole da 0.5 mg per i prossimi 4 giorni e 2 scatole con pillole da 1mg per le 11 settimane seguenti.

Il Champix può essere preso solamente dai maggiorenni, vanno esclusi coloro che abbiano avuto problemi psichiatrici in passato o problemi di depressione. Inoltre, il farmaco non può essere preso da donne incinta e da chi allatta. Fumare riduce l'insulina che viene iniettata, quindi se si ha il diabete solitamente quando si fuma va presa più insulina. Una volta smesso di fumare l'insulina andrebbe diminuita, sotto controllo medico.

Alcuni medicinali vengono rimossi dal sangue mentre si fuma. Quando si smette di fumare i medicinali vengono rimossi dal sangue più lentamente e quindi i dosaggi potrebbero essere ridotti da un medico. Meglio sempre consultare il medico. Mentre si prende Champix bisogna evitare di prendere altri farmaci per smettere di fumare perché non ci sono test effettuati per verificare la sicurezza di altri accostamenti. Durante l'assunzione di Champix può capitare di avere nausea, vomito, indigestione e mal di testa. Non prendere il Cimetidine insieme al Champix.