

Füstbe ment életek

A dohányzás káros hatásaira és a leszoktatás fontosságára figyelmeztet egy most lezárult hatéves kutatás

Hatéves dohányzáskutatási program eredményeit mutatták be Marosvásárhelyen. Az orvos-kutatók a megelőzésre és a leszoktatásra helyezik a hangsúlyt. A MOGYE részvételével zajló projektről dr. Ábrám Zoltán egyetemi oktatót kérdeztük.

Három ország részvételével megszervezett, hat évig tartó dohányzáskutatási programot értékelték ki a napokban Marosvásárhelyen. Az észak-amerikai Davidson College, majd a szintén egyesült államokbeli Wake Forest University és a Marosvásárhelyi Orvosi és Gyógyszerészeti Egyetem (MOGYE) együttműködésében megszervezett kutatási tervben magyarországi szakemberek is részt vettek. A 2012–2017 között zajló programot az amerikai Nemzeti Egészségvédelmi Intézet támogatta. A végső kiértékelésre az amerikai partner, dr. Kristie L. Foley professzor, a házigazda, dr. Ábrám Zoltán egyetemi tanár, valamint a hét kutatási téma vezetői és a program tagjainak jelenlétében került sor. A kutatási programról, illetve a dohányzás kockázatairól dr. Ábrám Zoltán beszélt lapunknak.

A parlamentbe is eljuttatott javaslatok

A MOGYE első alkalommal bonyolított le olyan összetett és együttműködésen alapuló projektet, amelyet az amerikai Nemzeti Egészségvédelmi Intézet támogatott. Ábrám komoly eredménynek tartja, hogy az egyetem sikeresen megpályázta az amerikai támogatású programot, hiszen a kiírásokra sokan pályáznak a világból.

– Az egész kutatási programot modellértékűnek tartjuk, és „névjegykártyaként” könyvet jelentettünk meg – Ábrám Zoltán, Nădășan Valentin: Dezvoltarea capacității de cercetare în domeniul fumatului în România, University Press, 2018 –, amely a kutatás és eredményeinek a bemutatásán túl az egész projekt kronológiai ismertetésére vállalkozik – magyarazza Ábrám Zoltán. A kutatók, kutatásvezetők félévente találkoztak amerikai és magyarországi mentorokkal, ilyenkor tudományos összejöveteleket tartottak, valamint megbeszélték a kutatás lebonyolítását, a tervek megvalósítását. Bukarestben 2016 novemberében a parlamentben mutatták be a programról egy jelentést döntéshozók, szakemberek és civil szervezetek számára.

Magyarországi és erdélyi mintavétel

A programnak Budapesten komoly előzményei vannak, hiszen az amerikai partner 2007 és 2012 között egy Magyarországra kiterjedő szerteágazó kutatást támogatott Balázs Péter, a budapesti Semmelweis Egyetem professzo-

rának az irányításával. Magyarországon összesen kilenc alprojekt valósult meg tudósok és egészségügyi szakemberek munkájának bevonásával. Adatbázist állítottak össze a várandós nők dohányzási szokásairól, javaslatokat fogalmaztak meg a politikai és az egészségügyi döntéshozók számára. Az amerikai partner egy újabb sikeres pályázattal a program támogatását kiterjesztette Romániára is.

„A romániai kutatás keretében összesen hét témakörben zajlott a tevékenység, amely kiterjedt az általános iskolások és középiskolások, szociális intézményekben élő fiatalok, várandós anyák, orvostanhallgatók dohányzási szokásainak a követésére, különböző megelőzési és leszokási tevékenységek megszervezésére, az alkalmazott módszerek hatékonyságának a vizsgálatára, gazdasági hatástanulmány elvégzésére, sőt a cigarettafüst okozta levegőtisztázás monitorizálására is” – magyarazza Ábrám Zoltán. Az erdélyi felméréseket elsősorban Maros megyei mintákon végezték el, de egyes témák – általános iskolások, családi típusú házakban élők – Hargita, Kovászna, Szben és Fehér megyére is kiterjedtek.

Leginkább a fiatalokat veszélyezteti

A dohányzás egyre nagyobb népszerűségnek örvend a serdülőkorúak körében, és a rászakas időpontja egyre korábbi. Becslések alapján naponta több mint négyezer kiskorú fiatal gyújt rá első cigarettájára. Európa lakosságának több mint egynegyede cigarettázik, miközben a dohányzó lakosság 28 százaléka 15–24 év közötti fiatal. Nemrég megjelent adatok

A dohányzás főbb kockázatai

A világon 1,3 milliárd ember dohányzik. Közülük évi rendszerességgel 6–7 millióan halnak meg a dohányzással összefüggésbe hozható betegségekben. A dohányzás (nikotinfüggőség) betegség, amely világszinten jelentős közegészségügyi problémát képvisel: az egyik legfontosabb kockázati tényező, számos betegség kialakulásának az előidézője. „Leglátványosabban tüdőbántalmakat – tüdődagant, tüdőátgult, idült bronchitis – és verőérszűkületet okoz. Mindez könnyen megelőzhető lenne, ha sikerülne elérni a cigaretta kezdeti elutasítását. Káros hatásai már rövidtávon megfigyelhetőek, hosszú távú használata esetén azonban súlyos, visszafordíthatatlan elváltozásokat, betegségeket idézhet elő” – fogalmaz a szakember. Több évtizednek kellett eltelnie ahhoz, hogy a múlt század közepén elterjedt cigarettázás daganatkeltő hatását tudatosítsák az angolszász államokban. Ábrám szerint éppen ezért a füstmentes alternatív dohánytermékek – elektromos cigaretták – várható káros hatásairól csak később lehet majd járványtani adatok alapján beszélni. Hiszen a kátrány és a szén-monoxid hiánya miatti káros hatásuk kiküszöbölése mellett a szervezetbe kerülő gőzök, fémek mérgező hatásai csakis később nyilvánulhatnak meg.



Ábrám Zoltán (balról a harmadik) szerint egy orvos csak akkor lehet hiteles a küzdelemben, ha maga sem dohányzik

alapján a 13 év feletti korosztály dohányzása tekintetében Románia a 4. helyet foglalja el az Európai Unió országai között. Ezért továbbra is kiemelkedő fontosságú a dohányzásellenes kampányok fenntartása, a megelőzés kiterjesztése a fiatalok lakosságára – figyelmeztet a szakember.

A dohányzással kapcsolatos hazai kutatásokat indokolja az a felismerés is, hogy az uniós országai közül a sikeresen leszokott dohányosok aránya Romániában a legkisebb, miközben a kísérletek száma az átlagosnál magasabb. A dohányzás néhány százalékkal csökkent ugyan az utóbbi évtizedben, de még túl magas egyes csoportok, például a fiatalok, az orvostanhallgatók és az orvosok körében. Az is elgondolkodtató, hogy Romániában az orvosok vagy egészségügyben dolgozó szakemberek 43 százaléka dohányzik. A marosvásárhelyi kutatás adatai alapján a MOGYE hallgatóinak 34 százaléka dohányzik. Erre alapozva Kikeli Pál professzor elindította a Dohányfüstmentes orvosi egyetem projektet, amelynek keretében az egyetemistáknak tabakológiai kurzusokat tartanak. Ábrám sze-

rint egy orvos csak akkor lehet hiteles a küzdelemben, ha maga sem dohányzik.

A külföldi jó példák

A marosvásárhelyi szakember szerint a dohányzás ellen sok állam egészségügyi rendszere küzd. Az Egyesült Államokban és Nyugat-Európa országaiban fektetik a legnagyobb hangsúlyt a megelőzési tevékenységekre: e módszerek nemcsak a megelőzést, hanem ugyanolyan kiemelten a leszokást is szolgálják.

léseket ismertetett. A kutatók abból indultak ki, hogy a leszokás tényezői közül a cigaretta magas ára fejt ki a legnagyobb hatást. Amennyiben a dohánytermékekre kivetett adók még inkább növekednek – a jövedéki adó 65 százalékra emelkedne –, a romániai lakosság körében a fogyasztott dohánytermékek mennyiségének a csökkenése valószínűsíthető. Közben nőnének a bevételek, és több pénz jutna megelőzési programokra: törvény írja elő ugyanis, hogy a bevételek egy részét erre vissza kell fordítani.

A fejlett országokban sikeresen alkalmazott egészségfejlesztő programoknak köszönhetően egyre magasabb a leszokott dohányosok aránya.

„A dohányzási állapot alapján három csoportot különböztetünk meg: nem dohányzó, leszokott dohányos és dohányos. A fejlett országokban sikeresen alkalmazott egészségfejlesztő programoknak köszönhetően egyre magasabb a leszokott dohányosok aránya. Míg Amerikában a dohányosok több mint felének sikerült leszoknia a cigarettáról, Romániában ez az arány alig éri el a 12 százalékot” – mondja Ábrám Zoltán.

A skandináv vagy a nyugat-európai országokban nemcsak a sikeresen leszokó volt dohányosok száma emelkedik, hanem a leszokást szolgáló egészségügyi programok szerepe is egyre jelentősebbé válik, azaz egyre nagyobb arányban ennek a segítségnyújtásnak köszönhetik a sikert. Romániában távolról sem ilyen sikeresek a programok. Éppen ezért a kutatás egyik fontos célkitűzése volt, hogy a helyi lehetőségek és a sikeres külföldi tapasztalatok alapján felvázoljon néhány lehetőséget a továbblépésre. A bukaresti parlamentben bemutatott jelentés újszerű gazdasági számításokat és becs-

A megelőzés a legfontosabb

Amint az a hatéves kutatómunka adataiból kiderült, óriási jelentőséggel bír a megelőzés, amely összetársadalmi feladat. E folyamatban szerep hárul a döntéshozókra, a szakemberekre, az oktatási intézményekre és természetesen az egészségügyre. Ábrám szerint az elsődleges megelőzés területén a középiskolák sok körében eredményesnek bizonyult annak a számítógépes dohányzásmegelőzési programnak a felhasználása, amelyet amerikai mintára alkalmaztak. Az erdélyi kutatók hasznosnak tartanak ennek kiterjesztését az egész országra. Sikeres megelőzési foglalkozásokat tartottak szociális gyermekintézményekben lakó gyermekek és pedagógusai számára, ugyanakkor várandós anyák esetében is. Mivel gyakrabban válnak dohányzóvá azok a diákok, akiknek a családjában vagy baráti társaságában cigarettáznak, kiemelt jelentőségű a megelőzés kiterjesztése az egész társadalomra.