

Abstrakt (teze):

Úvod: Léčba závislosti na tabáku bývá často doprovázena nárůstem tělesné hmotnosti. Přesné příčiny tohoto jevu nejsou zcela známé, zásadní význam má zřejmě zvýšení příjmu energie a ztráta akutních účinků nikotinu na organismus léčených osob.

Metody: Shromáždili jsme data týkající se vlivu léčby závislosti na tabáku na příjem energie a tělesnou hmotnost u 40 pacientů ve 2 pražských Centrech pro závislé na tabáku. Data byla získána prostřednictvím dotazníkového šetření. Provedli jsme také podrobné monitorování průběhu léčby závislosti s důrazem na příjem energie a hmotnost u 1 vybraného pacienta.

Výsledky: Zvýšení tělesné hmotnosti po zahájení léčby závislosti na tabáku se objevilo u 77 % sledovaných osob. Zjištěný nárůst hmotnosti byl ve většině případů v rozmezí 2,5 až 7 kg. Při porovnávání příjmu energie po zahájení léčby závislosti s příjmem energie před zahájením léčby se u 50 % osob příjem energie po zahájení léčby zvýšil a u 45 % osob zůstal stejný (u 5 % došlo ke snížení příjmu energie). Příčinou zvýšení příjmu energie u některých pacientů mohl být větší pocit hladu a chuti k jídlu (zjištěno u 53 % všech osob), zvýšení chuti na sladké (uvedlo 43 % osob), řešení chuti na cigaretu konzumací jídla (zjištěno u 33 % osob), konzumace jídla z důvodu potřeby zaměstnat ruce a ústa (u 21 % osob), popřípadě konzumace jídla kvůli zlepšení abstinčních příznaků, jako je podrážděnost, špatná nálada a úzkost (zjištěno u 23 % osob) v průběhu odvykání kouření. Zjistili jsme, že 65 % osob mělo během léčby obavy z nárůstu hmotnosti v důsledku odvykání kouření a že pro polovinu všech osob mohl případný nárůst hmotnosti znamenat vážné riziko pro úspěch odvykání.

Závěr: Z námi zjištěných výsledků je patrné, že při léčbě závislosti na tabáku dochází ke zvýšení příjmu energie i k nárůstu tělesné hmotnosti u velkého množství osob. Tento nárůst hmotnosti může vážně ohrozit úspěch celé léčby závislosti na tabáku a je třeba mu v rámci léčby věnovat pozornost.

Klíčová slova: závislost na tabáku, kouření, tělesná hmotnost, léčba závislosti na tabáku, odvykání kouření, obezita, vliv kouření na tělesnou hmotnost, výživa.