



DESHABITUACIÓ TABÀQUICA

**DES DE L'OFICINA DE
FARMÀCIA**

**Pilar Soler Vilaret
Farmàcia Boada i Soler**



DT

OBJECTIU:

- Establir la forma d'ajudar, motivar i informar a les persones del nostre entorn que volen deixar de fumar.

PROCEDIMENT:

- Entrevista motivacional
- Seguint els protocols normalitzats
- Criteris de derivació
- Consentiment informat
- Oferint el programa de cessació tabàquica



PRECEDENTS

- **Maig 2005 COFB:**
Indicació farmacèutica en deshabituació tabàquica
- **Consell General de Col·legis Farmacèutics**
Indicació farmacèutica en deshabituació tabàquica
- **COFB**
Intervenció integral de la persona fumadora



DT

- Estadi del pacient: **Estadi de Pruchaska**
Actiu, Contemplatiu o Precontemplatiu
- Grau de dependència a la nicotina: **Test de Fagerström**
- Test de motivació per deixar l'hàbit tabàquic: **Test de Richmön**
- Consultar amb el fumador el tractament que li sembla més adequat:
Pegats de Nicotina, Xiclets caramels o spray de Nicotina
- Vareniclina, Bupropion (derivem al metge)
- Homeopatia
- El pacient decideix el dia D, mentrestant disminuir el consum de cigarrets (nicotina)



Deixar de fumar amb Homeopatia

- Experiència personal:



- Perquè la Homeopatia?
- Qui prefereix la Homeopatia?





DT



- Deshabitució tabàquica amb Homeopatia
- TABACFIN
- Pauta i Dosificació
- Un dia a la setmana una dosi progressiva, començant per Tabacum 5CH fins arribar a 30CH
- Prendre tantes vegades com sigui necessari Tabacum 5CH 1 o 2 grànuls



DT



- Deshabitució tabàquica amb Homeopatia
- NICOTHOME (diferencia entre tabac ros i negre)
- Pauta i Dosificació
- Primer dia Tabacum 30CH glòbuls dosis única
- Dies següents 2 grànuls sublinguals cada vegada que aparegui desig de fumar començant pel tub de més baixa dilució 5CH i continuant amb els següents 7CH, 9CH, 15CH i 30CH



DT

- DESHABITUACIÓ DELS CHICLETS DE NICOTINA
- SUPORT AL FINALITZAR EL TRACTAMENT FARMACOLÒGIC



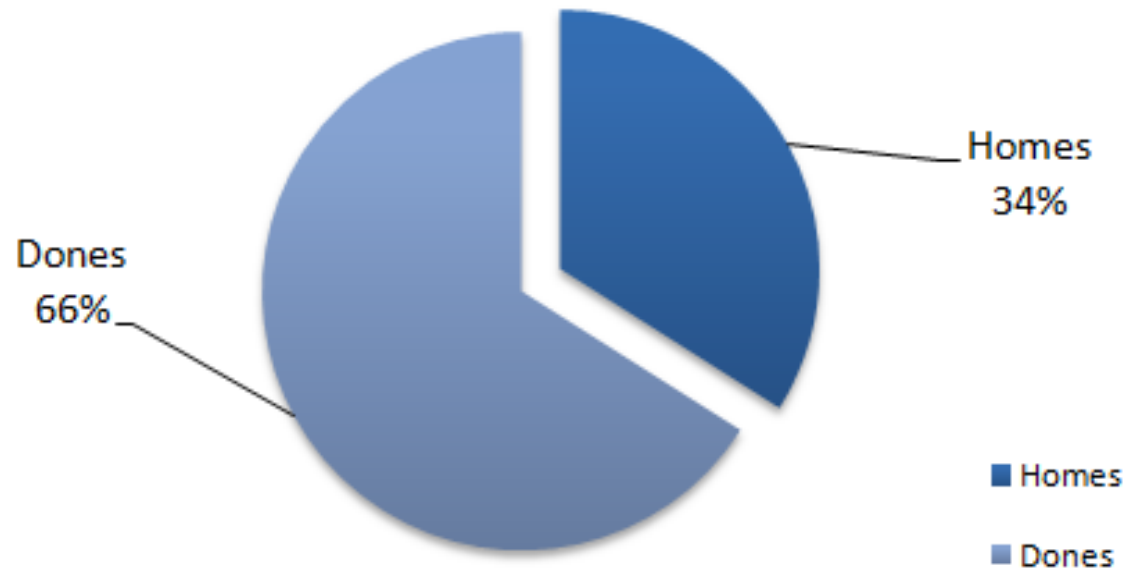
DT

- FITXER DE PACIENTS DURANT 9 ANYS
- RECOLLIDA DE 100 FITXES
- DIFERÈNCIES DE GÈNERE
- DOS NIVELLS D'EDAT
- TRACTAMENT FARMACOLÒGIC 20%
- TRACTAMENT AMB HOMEOPATIA 80%

DT

- **ESTADÍSTICA DE DESHABITUACIÓ TABÀQUICA**

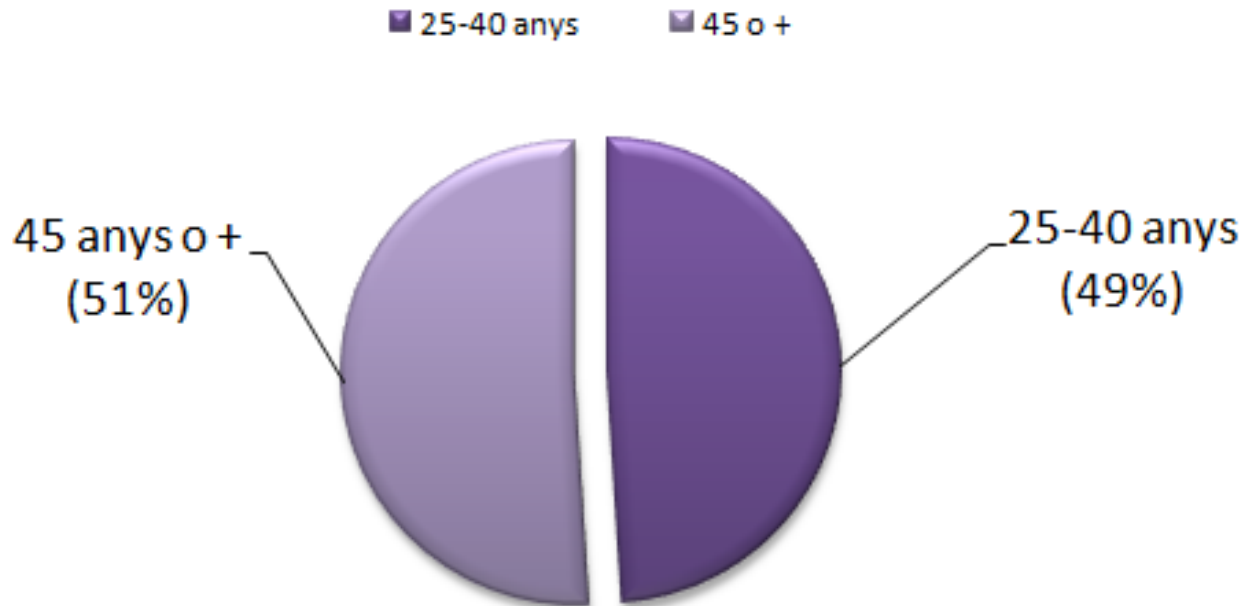
Pacients deshabituació tabàquica



DT

- **ESTADÍSTICA DE DESHABITUACIÓ TABÀQUICA**

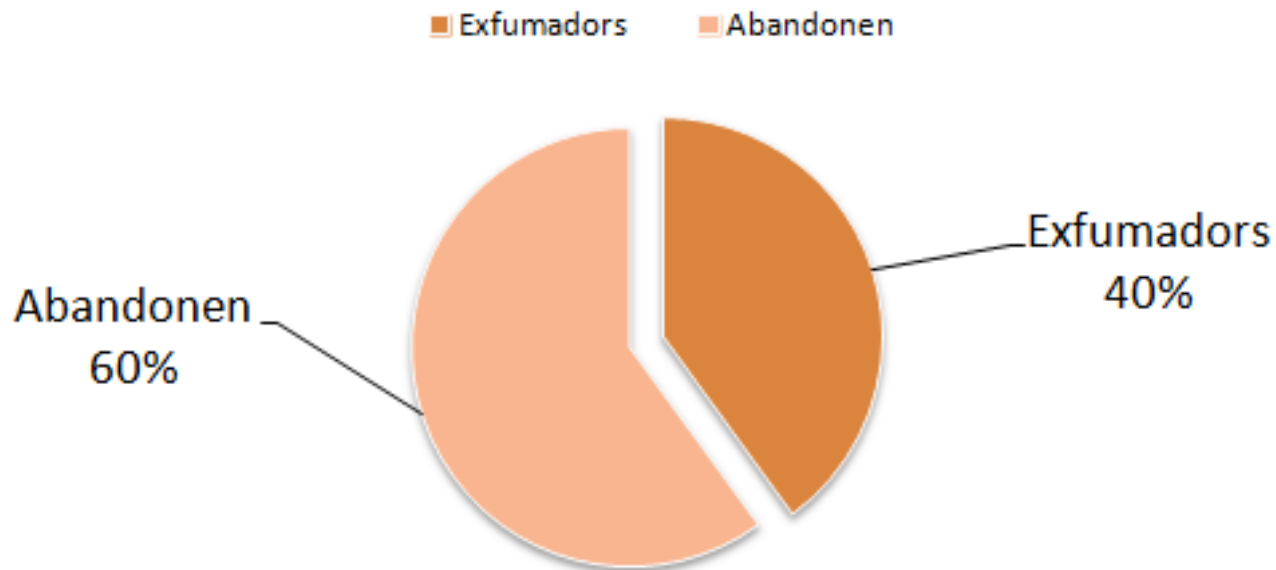
Pacients deshabituació tabàquica



DT

- **ESTADÍSTICA DE DESHABITUACIÓ TABÀQUICA**

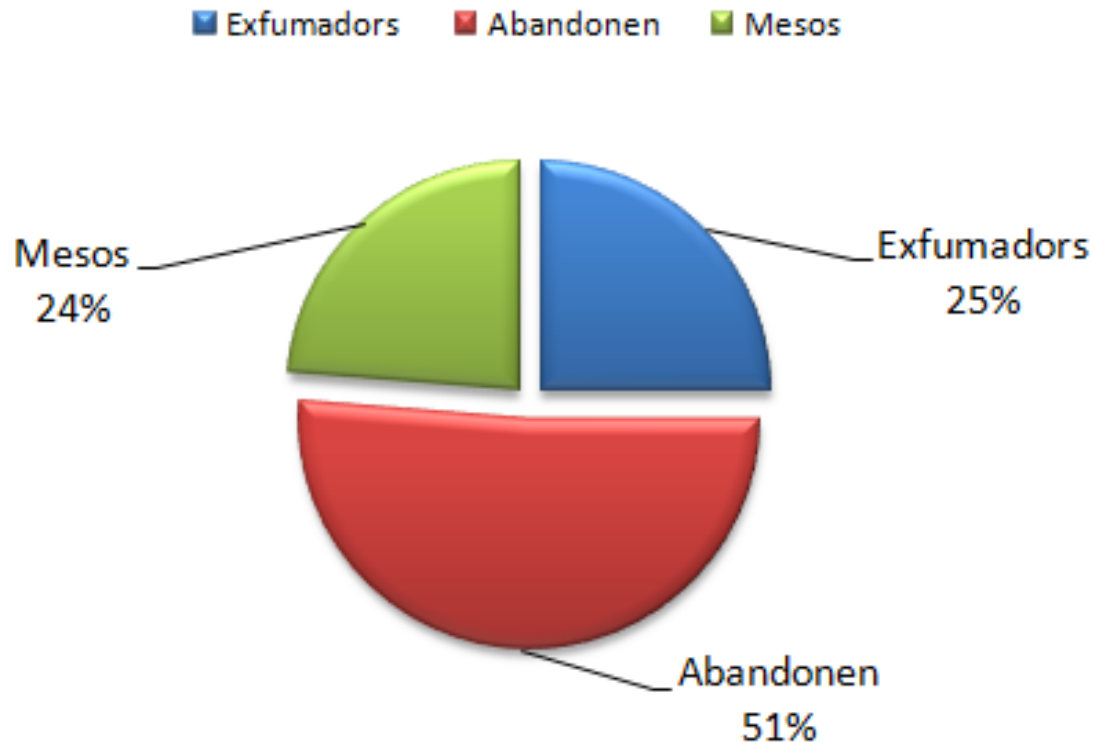
Tractament Farmacològic



DT

- **ESTADÍSTICA DE DESHABITUACIÓ TABÀQUICA**

Tractament Homeopàtic





DT

- SUPORT AL PACIENT EN:
 - Problemes d'obesitat
 - Ansietat
 - Nerviosisme
 - Insomni
- HOMEOPATIA
- FITOTERÀPIA



Canyella, escorça i
flor



TRACTAMENTS COADJUVANTS: INFORMACIÓ SOBRE ELS TRACTAMENTS FITOTERÀPICS I HOMEOPÀTICS

Fitoteràpia (Plantes Medicinals)

- Regalèssia, arrel (*Glycyrrhiza glabra*)
 - Mastegar arrel de regalèssia o xuclar barretes d'extracte de regalèssia, poden ajudar a mantenir a ratlla les ganes de fumar.
 - El tabac adquireix un sabor desagradable quan es barreja a la boca amb la regalèssia.
 - La regalèssia també té efecte mucolític i expectorant.
 - Atenció amb hipertensos.



Regalèssia, arrel [palo dulce, pega dolça] (*Glycyrrhiza glabra* L.)

Fitoteràpia (Plantes Medicinals)

- Plantes ansiolítiques:

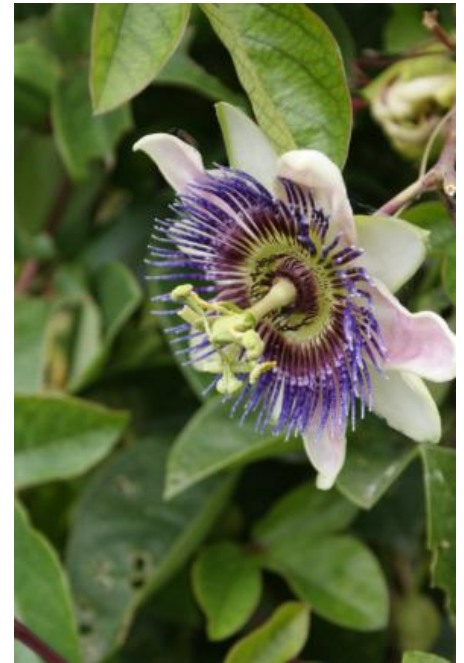
- Valeriana, arrel (*Valeriana officinalis* L) i Passiflora, parts aèries (*Passiflora incarnata*), (*Espino Albar*), (*Crataegus*) i altres plantes sedants.

- Per les seves accions sedants i ansiolítiques suaus, ajuden a disminuir la irritabilitat i l'ansietat ("mono") durant el dia i a descansar a la nit.



Valeriana, arrel
(*Valeriana officinalis* L)

Passiflora (*Passiflora
incarnata* L)



Fitoteràpia (Control de pes)

- Saciants i reductors de l'absorció:
 - Glucomanano, Plantago, Fucus i Chitosan
- Inhibidors de la lipogènesi:
 - Garcinia Cambogia
- Amb activitat termogènica
 - Te verd i Guaranà
- Coadjuvants
 - Ortosifó, Cua de Cavall, Carxofa





DT

- Ansiolítics homeopàtic
 - Ignatia Amara 9ch: 3 gr. 3 vegades al dia
 - Ignatia Homaccord gotes: 15 gotes tres vegades al dia
 - Sedatif PC comprimits : 1 o 2 comprimits tres vegades al dia
 - L 72 gotes 30 gotes 3v/dia





Aromateràpia



FITOTERÀPIA

- Aromateràpia: difondre olis essencials (o.e.) a l'ambient de casa o a la feina pot ser d'ajuda:
 - Els **o.e. d'eucaliptus, farigola i regalèssia**, pel seu efecte mucolític i expectorant afavoriran la neteja de les teves vies respiratòries
 - Els **o.e. de canyella, ginebre i caiena**, inhalats o nebulitzats a la boca provoquen salivació i tornen desagradable el gust del tabac, contribuint a disminuir el seu desig.
 - L'oli essencial de **lavanda**, difós en l'ambient relaxa i alleuja l'ansietat i el nerviosisme





Eucaliptus, fulles (*Eucalyptus globulus*) oli essencial

Farigola (*Thymus vulgaris* L), o.e.





Ginebre, o.e. (*Juniperus communis*)



Canyella, o.e. de l'escorça
(*Cinnamomum zeylanicum*)



DT

- CONCLUSIONS

DT

- BIBLIOGRAFIA:

- Guia d'intervenció FARMACÈUTICA per l'abordatge del fumador. Consell de col·legis de farmacèutics de Catalunya.
- Imatges Homeopatia laboratoris Boiron.
- Pàgines web:
 - » http://www.cinnamon-extract.com/images/Real_Cinnamon_Sticks.jpg
 - http://2.bp.blogspot.com/_6eST2paeT2g/TIk5S81zPmI/AAAAAAAAABWo/vMPV4f90Qmk/s1600/canela+flor.jpg
 - <http://farmacia1896.com/blog/wp-content/uploads/2012/12/homeopatia.jpg>
 - http://4.bp.blogspot.com/-H8b2jv9EfXs/ULTRvfD-0dI/AAAAAAAAAzL4/BaCgQlnDBBo/s640/juanola7_1785.jpg
 - <http://csimg.choozen.es/srv/ES/00004799605/T/300x300/C/FFFFFF/url/caramelos-regaliz-sin-azacar.jpg>
 - <http://www.drplanta.com/wp-content/uploads/2009/09/regaliztallo.jpg>

Moltes gràcies per la vostra atenció!

