



## CENTRUM PRO ZÁVISLÉ NA TABÁKU

Pro úspěch přestat kouřit je především Vaše rozhodnutí. Tímto bychom Vás chtěli stručně informovat o tom, co obnáší naše pomoc v Centru. Na úvod dodáváme, že účinná léčba existuje, proto ji neváhejte využít. Čeká Vás sice obtížné období, ale to bude trvat jen několik týdnů nebo měsíců, navíc potíže lze zmírnit či zcela eliminovat léky.

První návštěva v našem Centru zahrnuje úvodní screeningové vyšetření, kdy budete podrobeni základnímu vyšetření: fyziologické funkce, antropometrické údaje, zjištění intenzity Vašeho kouření měřením CO ve vydechaném vzduchu. Dále otestujeme míru závislosti na cigaretách (nikotinu) a zjistíme Vaši kuřáckou anamnézu, tj. Vaše kuřácké návyky.

Pokud se opravdu pevně rozhodnete přestat kouřit a souhlasíte s dalšími návštěvami v Centru, objednáme Vás na vstupní návštěvu, kdy Vám lékař stanoví plán léčby, připravíme náhradní řešení pro Vaše kuřácké situace a sami stanovíte *den D*. Na potlačení abstinčních příznaků Vám může být doporučeno užívání léků, které Vám usnadní přechod na život bez cigaret, a stanovena délka jejich užívání. Lékař s Vámi domluví další kontrolní návštěvy, záleží na způsobu léčby odvykání. Poslední návštěva v Centru pak bude po roce od poslední cigarety. Tehdy si můžete říci, že jste se stali nekuřáky/bývalými kuřáky.

Za léčbu v Centru neplatíte, případně jen léky na potlačení abstinčních příznaků (vázané na předpis), na které Vám může částečně přispět některá Vaše zdravotní pojišťovna.

Jste-li připraveni přestat s tímto návykem, nestyďte se vyhledat pomoc v našem nebo v některém z Center pro odvykání kouření.

Ambulantní léčba Vám bude poskytnuta bezplatně a bez doporučení Vašeho ošetřujícího lékaře - po předchozím objednání.

### Kde nás najdete?

Klinika pracovního a cestovního lékařství,  
**FN Královské Vinohrady**  
Pavilon I, přízemí  
Tel. 267 162 685 nebo 267 163 652  
e-mail: [jana.kadlecova@fnkv.cz](mailto:jana.kadlecova@fnkv.cz), [ilona.bartosova@fnkv.cz](mailto:ilona.bartosova@fnkv.cz)