

Sigara Bırakma Poliklinikleri Nasıl Olmalı? Standartlar

How Should Smoking Cessation Polyclinics? Standards

Dr. Ayşegül KARALEZLİ

Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi, Göğüs Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara

ÖZET

Sigara bırakma poliklinikleri kişilerin sigara bırakma sürecine destek olmak amacıyla kurulmuştur. Burada bilimsel yöntemlerle sigara bırakma müdahalesinde bulunmaktadır. Sigara bırakma polikliniklerinde hekim sorumlu kişidir. Sertifikalı hemşire ve tıbbi sekreter bulunması gereken diğer elemanlardır. Eğer hastanede psikiyatrist varsa ayrıca psikolog istihdamına gerek yoktur. Sigara bırakacak kişinin tıbbi öyküsü alınmalı ve anksiyete-depresyon değerlendirilmesi yapılmalıdır. Hastalar uygun aralıklarla bir yıl boyunca takip edilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Sigara bırakma poliklinik, sigara bağımlılığı, sigara terk etme.

SUMMARY

Smoking cessation polyclinics were established to support people to the smoking cessation process. In these polyclinics smoking cessation interventions are made with scientific methods. The physician is responsible person of smoking cessation. There are other elements that must be certified nurses and medical secretaries. No need psychologist on the smoking cessation polyclinic if there is psyciatrist on the hospital. The person's medical history should be obtained and should be evaluated anxiety-depression. Patients should be monitored for a year at appropriate intervals.

Keywords: Smoking cessation polyclinic, smoking addiction, quitting smoking.

Yazışma Adresi / Address for Correspondence

Doç. Dr. Ayşegül KARALEZLİ
Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi, Göğüs Hastalıkları Anabilim Dalı, Ankara
e-posta: aysegulkaralezli@gmail.com
DOI: 10.5152/gghs.2016.010

Sigara bırakma polikliniklerinin önemi:

- Sigara bırakma poliklinikleri topluma sigaranın bırakılması gerektiği mesajını veren birimlerdir.
- Sigaraya başlama potansiyeli olan gençler için çevredeki örnek sayısını azaltmada rolü vardır.
- Sigara poliklinikleri sigara mücadelesinin de odak noktaları, simgeleridir
- Sigaraya bağlı hastalıklardan ortaya çıkan mortalite ve morbiditenin azaltılmasına katkıda bulunur.

Sigara bırakma polikliniklerinin yapısı 23 Kasım 2011 yılında yayımlanan bir yönetmelikle düzenlenmiştir. Bu yönetmeliğin adı: "Tütün bağımlılığı tedavi ve eğitim birimleri" kaldırılacak ile ilgili yönetmeliktir".

Yönetmeliğin amacı;

Sağlık, sosyal ve ekonomik açıdan zararlı olan tütün ve tütün ürünleri hakkında halkın bilinçlendirildiği, tütün bağımlılarının modern tıbbın bir gereği olarak tedavi ve eğitimlerinin yapıldığı tütün bağımlılığı tedavi ve eğitim birimlerinin tesis, hizmet, personel kistas ve standartlarının tespit edilmesine, bunların açılmalarına, faaliyetlerine ve denetlenmelerine ilişkin usul ve esasları düzenlemektir. Bu Yönetmelik; tütün bağımlılarına yönelik tedavi ve eğitim usullerini uygulamak üzere birim açan kamu ve özel tüm sağlık kurum ve kuruluşlarını ve buralarda görev alacak personeli kapsar.

Sigara Bırakma Polikliniklerinde Bulunması Gereken Personel ve Sorumlulukları

Hekim (birim yöneticisi): Birim yönetimi ile tütün bağımlılığı tedavisi ve eğitiminden sorumlu olacak, bu Yönetmelikte öngörülen eğitimleri ve katılımcı belgesi almış bir tabip bulunması mecburidir. Birimde birden fazla tabip bulunması durumunda sorumlu bir tabip belirlenir.

Hekimlerin yükümlülükleri :

- Bilimsel geçerliliği olan tedavi protokollerine göre hastalara tedavi uygulamak.
- Hastaları tıbbi yönden izlemek.
- Tedavi seansları ile ilgili hastanın dosyasına gözlem notunu kaydetmek.
- Yönetmeliğe uygun idari ve tıbbi tedbir ve şartları gözetmek.
- Akut komplikasyonlarda ilk müdahaleyi yapmak.
- Sorumlu hekim tarafından verilen diğer görevleri yerine getirmek.

- Sorumlu hekim de aynı zamanda bu hizmetlere katılır.

Hangi hekimler sigara bırakma polikliniğinde çalışır?

İsteyen her hekim sağlık bakanlığı onaylı sertifikası olduğu takdirde sigara bırakma polikliniğinde çalışabilir. Ancak sıklıkla şu hekimler sigara bırakma polikliniği yaparlar.

- Göğüs hastalıkları uzmanları,
- Aile hekimleri,
- Halk sağlığı uzmanları,
- Psikiyatri uzmanları,
- Pratisyen hekimler.

Hemşire:

Asgari bir adet hemşire bulundurulur. İhtiyaca göre çalışan hekim sayısı kadar hemşire bulundurulabilir. Hemşirenin bu Yönetmelikte öngörülen eğitim ve katılımcı belgesi almış olması tercih sebebidir.

Hemşirenin görev ve sorumlulukları: Hemşire, hastanın her türlü tıbbi bakımını sorumlu tabibin direktiflerine göre yapmak, tabibin talimatları doğrultusunda hastalara eğitim vermek, rutin hasta takiplerini yapmak, tedavilere ilişkin kayıtları tutmak ve ilgili mevzuat ile kendilerine verilen diğer görevleri yerine getirmekle yükümlüdür.

Tıbbi sekreter: Hastaların ilk kayıtlarından ve dosyalarından sorumlu olacak asgari bir tıbbi sekreter bulunur.

Tıbbi sekreterin görev ve sorumlulukları: Tıbbi sekreter, hastaların birim ilk kayıtlarını yaparak dosyalarını açmak, kontrol randevularını verip takiplerini yaparak randevu verilmiş hasta dosyalarını, muayene veya kontrol tarihinden en az bir gün önce hastadan sorumlu olan tabip veya hemşireye teslim etmek ve muayene sonrasında dosyanın muhafazasını sağlamak ile sorumlu tabip tarafından verilen diğer görevleri yerine getirmek ile yükümlüdür.

Psikolog: Katılımcı belgesine sahip bir psikolog bulunur. Ancak ruh sağlığı ve hastalıkları uzmanı bulunan sağlık kurum ve kuruluşlarında ayrıca psikolog istihdamı şartı aranmaz.

Psikoloğun görev ve sorumlulukları: Psikolog, tabibin gözetim ve denetimi altında mesleki yöntem ve teknikleri uygulayarak hastaların psikolojik sorunlarının çözümlenmesine yardım eder, birimlerde hasta-

Tablo 1. Sigara Bırakma Polikliniğinde bulunması gereken araç ve gereçler.

Tür	Miktar
1. Muayene masası	1 adet
2. Paravan	1 adet
3. Büro masası	1 adet
4. Sandalye	Yeteri kadar
5. Eskabo (Basamak)	1 adet
6. Malzeme dolabı	1 adet
7. Elbise dolabı	1 adet
8. Tansiyon aleti	1 adet
9. Steteskop	1 adet
10. Tartı-boy ölçer	1 adet
11. CO ölçüm cihazı	1 adet

ların tabiple iletişim ve işbirliği kurmasında yardımcı olur, hastadan alınan bilgiler ve hastanın birim bünyesinde iken gözlemlenen yaşayış ve davranışlarını izler, bulguları ilgili tabibe bildirir.

Bir sigara polikliniğinin kurulabilmesi için gereken en önemli unsur yetişmiş insan gücüdür. Sigara polikliniğinde çalışacak kişiler:

- Gerçekten bu işe gönül vermiş,
- Sigara mücadelesine inanmış,
- Sigara içmeyen kişiler olmasına dikkat edilmelidir.

Sigara Bırakma Polikliniklerinde Olması Gereken Bölümler

1. Hasta kayıt bölümü: Birime müracaat eden tütün bağımlılarının randevularının verildiği, dosyalarının açıldığı, bilgisayara kayıtlarının yapıldığı ilk müracaat noktasıdır.

2. Bekleme salonu: Yeterli güç ve büyüklükte havalandırma, ısıtma ve aydınlatma sistemlerine sahip, duvarlarında tütün ve ürünlerinin zararlarını gösterir afiş ve panoların asılı olduğu, broşür-video gibi görsel yayınlarla tütün ve ürünlerinin zararlarının anlatıldığı, hastaların randevu saatlerini bekleyebileceği ve yeterli büyüklükte alana sahip kapısı ile ana giriş ve koridordan ayrılmış olan kısımdır.

3. Poliklinik muayene odaları: İki bölümden oluşur. Bu bölümlerden birinde poliklinikler için belirlenen araç ve gereçler bulunur. Diğer bölüm ise, hasta ile görüşme odası olarak düzenlenir. Tablo1 ve 2'de sigara bırakma polikliniklerinde bulunması gerekenler belirtilmiştir.

4. Hemşire istasyonu: Koridor, bekleme salonu ve muayene odalarına hâkim bir konumda ve koridorun genişliğini etkilemeyecek şekilde, banko veya masa ve sandalyeden oluşmuş hemşirelerin boş zamanlarında oturabileceği kısmı ifade eder.

5. Numune alma odası: Tabip tarafından istenilen tetkik ve tahliller için hastadan kan veya idrar alınmasına uygun, poliklinik ve laboratuvarlara yakın, hijyen şartlarına sahip lavabosu olan kısmı ifade eder. Bu bölüm sağlık kurum ve kuruluşlarında mevcut bulunması hâlinde ayrıca istenmez. Kurulu laboratuvarı bulunmayan birimler hizmet alımı ile başka bir laboratuvardan karşılayabilirler.

Tütün Bağımlılığı Tedavisi Eğitimi Nasıl Alınır?

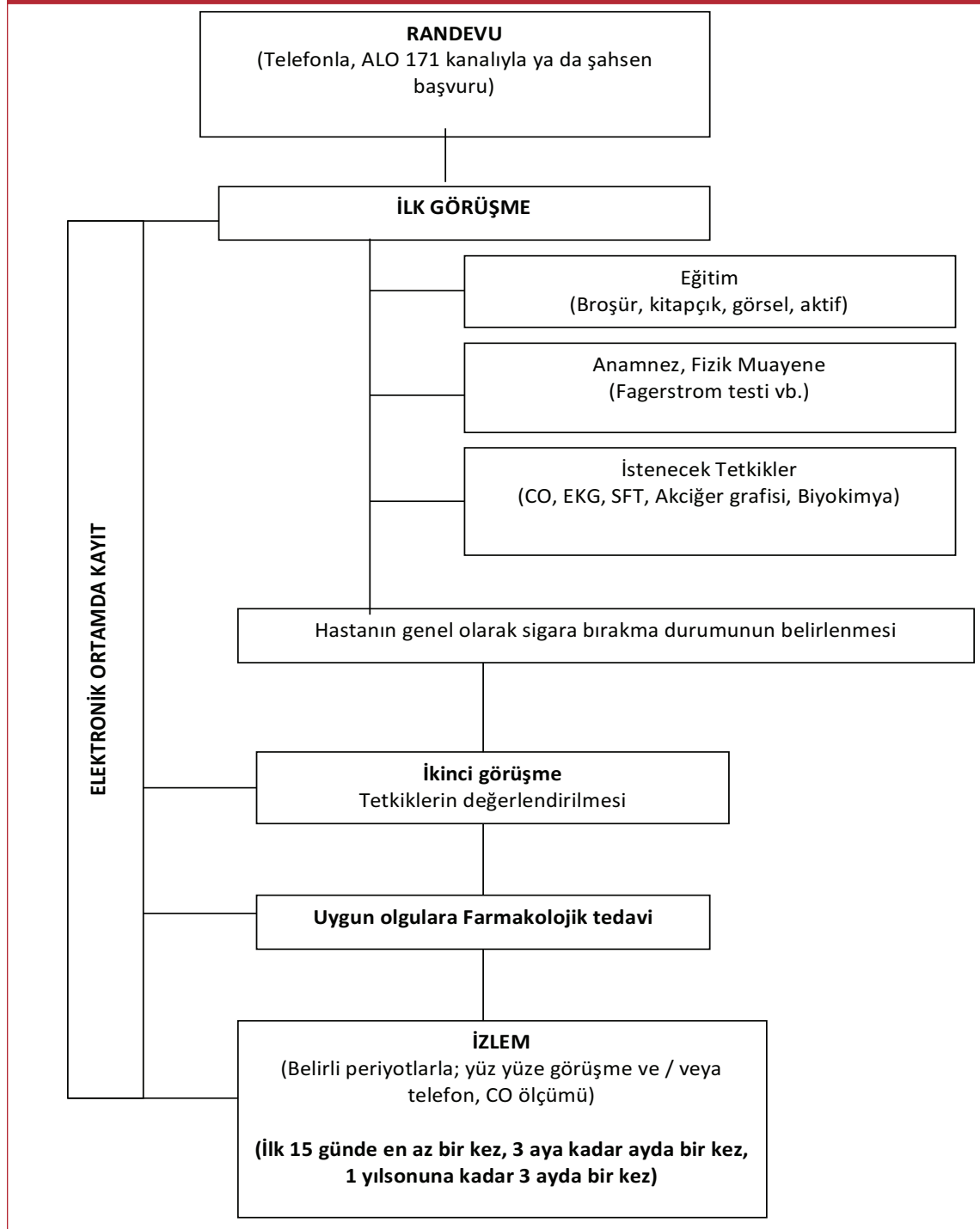
Tütün bağımlılığı tedavisi eğitimi programı başlangıç ve bitiş tarihleri Bakanlıkça belirlenir ve Müdürlük tarafından ilan edilir. Eğitim programı uzaktan ve yerinde eğitim olacak şekilde iki aşamadan oluşur. Yerinde eğitim Bakanlıkça belirlenmiş eğiticiler tarafından, hasta başı eğitimi ve teorik ders şeklinde, uzaktan eğitim ise, ilan edilen internet adresine uzaktan eğitim merkezince katılımcılara gönderilen kullanıcı isim ve parolası kullanılarak giriş yapılması suretiyle verilir.

- Eğitim programına katılan kursiyerin başarılı sayılması için, uzaktan eğitim merkezince yapılacak teorik sınavda yüz üzerinden en az yetmiş puan alması gerekir.
- Yerinde eğitim programı toplam süresinin, saat olarak %5'inden fazla devamsızlık yapmış olanlar başarısız kabul edilirler.
- Tütün bağımlılığı tedavisi eğitimi programında başarılı olanlara Bakanlıkça düzenlenmiş katılımcı belgesi verilir.
- Her hastanın dosyası olmalıdır.

Dosya içeriği:

Tablo 2. Görüşme odasında bulunması gereken araç ve gereçler.

Türü	Miktarı
1. Büro masası	1 adet
2. Büro tipi makam koltuğu	1 adet
3. Büro tipi sandalye	2 adet
4. Bilgisayar monitör ve yazıcı	1 adet
5. Uygun büyüklükte split klima	1 adet
6. Malzeme dolabı	1 adet
7. Elbise askılığı	1adet
8. Otomatik tuşlu telefon	1adet

Şekil 1. Sigara bırakma polikliniğinde akış şeması⁽¹⁾.

- Demografik özellikler
- Bağımlılık düzeyi
- Sigara ve medikal özgeçmiş
- Tedavi öncesi değerlendirme
- Tedavi

İlk görüşmesi 30-40 dakika olmalıdır.

Sigara bırakma polikliniklerinde hastaların sigara alışkanlıkları ile ilgili bilgiler kayıt altına alınır.

- Sigaraya başlama yaşı
- Başlama ve devam etme nedenleri

- Kullandığı tütün tipi
- Sigara tüketimi (paket yılı)
- Sigarayı bırakmayı isteme nedenleri
- Bırakma denemeleri (varsa)
- Başka bağımlılık yapıcı madde hikayesi
- Sigara içme isteğini artıran nedenler

Hastaların anksiyete depresyon durumlarını değerlendirmek için "hastane anksiyete depresyon skalası" veya "Beck depresyon skalası" gibi formlar temin edilerek değerlendirme yapılması hastaya yaklaşımda önemli bir konudur. Anksiyete-depresyon düzeyi yüksek çıkanlar için psikiatri hekimlerinden görüş alınması uygundur.

Yapılması gereken tetkikler var mıdır? Zorunlu olmasa da:

- PA akciğer grafisi
- Solunum Fonksiyon Testi
- EKG
- Tam kan sayımı
- Kolesterol paneli
- Karaciğer fonksiyon testlerinin yapılması hastanın tıbbi durumunu değerlendirmek ve kullanılacak farmakoterapötikler için uygun olur. Örneğin; kontrolsüz diabette Bupropion kontrendikedir.

İkinci görüşme:

- Sonuçların değerlendirilmesi
- Bırakma gününün belirlenmesi
- Uygun tedavinin belirlenmesi gerekir.
- Görüşme süreleri 10 dakikadan az olmamalıdır.

İzlem:

- Hastalar bırakma gününden sonraki ilk 15 gün içinde en az bir kez
- İzleyen üç ay, ayda bir kez görülmeli
- Daha sonra üç ayda bir görüşmelerle bir yıllık izlem tamamlanmalıdır

Telefon görüşmeleri

- Sigara bırakma polikliniklerinde hastalara direk ulaşılacak telefon hattı olmalıdır.

- Hastaların belli aralıklarla telefonla aranması başarı oranlarını arttırmaktadır. Ayrıca, hastaların istedikleri anda polikliniğe ya da hekime telefonla ulaşabilmeleri de en azından hastaların güvenini sağlamaktadır. Şekil 1'de sigara bırakma polikliniklerinin işleyisi özetlenmiştir.

Sonuç olarak "Sigara Bırakma Poliklinikleri", sigara ile mücadelede merkezi önemdedir. Gönüllü, kararlı, eğitilmiş personele ihtiyaç bulunmaktadır. Uygun teknik ve yapısal donanıma sahip merkezler oluşturulmalıdır. Ancak bir hekimin kararlı bir şekilde hastasına sigarayı bırakması gerektiğini söylemesi bile %5-8 oranında sigara bırakmayı sağlayabilir. Unutulması gereken şey branşı ne olursa olsun her hekimin çalıştığı kendi polikliniğinde sigara bırakma müdahalesinde bulunabileceğidir.

KAYNAK

1. Resmi gazete; 23.11.2011 tarih 28121 sayılı "Tütün Bağımlılığı Tedavi ve Eğitim Birimleri Hakkında Yönetmelik". Erişim (Mart 2013): <http://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2011/11/20111123-1.html>