

فحص مبسط للتنبؤ بما إذا سيتمكن المدخن من الإقلاع عن التدخين أم لا



بالرغم من تبعات التدخين على السرطان، يستمر الكثير من الناس في التدخين حتى بعد تشخيص إصابتهم بالسرطان. فحص بسيط قد يساعد في التنبؤ بما إذا كان من المحتمل أن ينجح المدخن في الإقلاع عن التدخين.

تثبت البيانات المأخوذة من حوالي 6 آلاف مدخن مصاب بالسرطان أنه قد يكون التنبؤ بمن سيقلع عن التدخين أسهل مما كان يعتقد سابقاً.

إقناع مرضى السرطان بالإقلاع عن التدخين غالباً ما يكون من الأهمية بمكان، لكن الأمر ليس بهذه السهولة دائماً.

"تشير البيانات إلى أن ما بين 15 إلى 60 في المائة من الذين كانوا يدخنون قبل تشخيص إصابتهم بالسرطان

يستمررون في التدخين بعد التشخيص. "من الضروري مساعدة المصابين بالسرطان وإقناعهم على الإقلاع عن التدخين، لأن ذلك سيؤدي إلى تشخيص أفضل لمدى استجابة السرطان للعلاج والوقاية من الإصابة بالسرطان الثانوي [أي هجرة الخلايا السرطانية من عضو إلى آخر metastasis (!)]، وتحسين جودة الحياة،" كما يقول روبين رودريغيز كانو Rubén NTNU. والتكنولوجيا للعلوم النرويجية الجامعة من النفس علم قسم في المشارك الأستاذ ، Rodríguez-Cano.

نظرًا لأن التدخين والسرطان غالبًا ما يتلازمان، فمن المفيد بشكل خاص معرفة مدى إدمان الشخص على التدخين. وهذا من شأنه أن يجعل من الممكن تقدير مدى احتمال إمكانية إقلاعه عن التدخين، وبالتالي التنبؤ بفرص مرضى السرطان في البقاء على قيد الحياة.

قد يتمكن الباحثون أيضًا من استخدام مقارنة مماثلة لتقدير احتمال إصابة المدخنين الذين لا يزالون بصحة جيدة بالسرطان في وقت لاحق.

"نحن نجري حاليًا دراسة أخرى تتناول احتمال الإصابة بسرطان الرئة، والتي يقودها البروفيسور أولوف ديميتري رو التدخين وتاريخ النيكوتين إدمان الاعتبار في أخذت التي المتغيرات بين من" :رودريغيز يقول Oluf Dimitri Røe. ومؤشر كتلة الجسم".

بيد أن دراسة إدمان التدخين يتطلب موارد كبيرة. ولذلك، أراد رودريغيز-كانو معرفة ما إذا كانت هناك طريقة أسرع وأبسط وأكثر فعالية لقياس درجة إدمان المدخن.

لقد تعاون مع باحثين من أحد أهم مستشفيات السرطان في العالم، مركز إم دي أندرسون للسرطان بجامعة تكساس في هيوستن، تكساس (2).

فحص مطول وآخر مبسط

عدة فحوصات يمكن توظيفها للتأكد من إدمان التدخين. المعيار الذهبي هو فحص فاغريستوم Fagerström لإدمان السجائر (3، 4) (FTCD).

يقول رودريغيز كانو: "لكن هذا الفحص طويل جدًا جدًا سيما لو أردنا فحص عدد كبير من المرضى لتقييم مخاطر التدخين على مستوى المجموعة [المجموعة هي المنتشر بينها عادة التدخين أكثر، مثلًا الرجال مقابل النساء أو مجموعات عمرية معينة مقابل مجموعات عمرية أخرى، ككبار السن مقابل الشباب]".

إذًا، هل الفحص المطول ضروري بالفعل؟ هناك نسخة مبسطة تسمى مؤشر شدة التدخين (HSI) وتتكون من سؤالين فقط:

كم عدد السجائر التي تدخنها في اليوم؟ ومتى تدخن سيجارتك الأولى بعد استيقاظك من النوم مباشرةً؟

هذان السؤالان كافيان. جربهما بنفسك.

مؤشر شدة التدخين (HSI)

1. في الأيام التي تدخن فيها، ما الوقت المناسب لتدخين سيجارتك الأولى بعد استيقاظك؟

أ. في غضون 5 دقائق من الاستيقاظ (تُعد بـ 3 نقاط)

ب. بعد 6-30 دقيقة (تُعد بـ نقطتين)

ج. بعد 31-60 دقيقة (تُعد بـ نقطة واحدة)

د. بعد 60 دقيقة (تُعد بـ صفر نقطة)

2. كم عدد السجائر التي تدخنها عادة في اليوم؟

أ. 10 سجائر أو أقل (تُعد بـ صفر نقطة)

ب. 11-20 سجارة (تُعد بـ نقطة واحدة)

ج. 21-30 سجارة (تُعد بـ نقطتين)

د. 31 أو أكثر (تُعد بـ 3 نقاط)

النتيجة (حاصل الجمع بعد جمع نقاط التصنيفين أعلاه) :

0-2 نقطة: إدمان منخفض

3-4 نقاط: إدمان متوسط

5-6 نقاط: إدمان مرتفع

غالبًا ما يكون الاختبار المبسط كافيًا

يقول رودريغيز-كانو: "لقد قمنا بدراسة ما يقرب من 6 آلاف مريض بالسرطان لمعرفة ما إذا كان هناك أي فرق بين خضوعهم للفحص الكامل المطول أو الفحص المبسط".

عموما ليس هناك فرق بين الفحصين. "نتائج التنبؤ بإدمان السجائر كانت جيدة بنفس القدر في الفحصين المطول والمبسط.

بالإضافة إلى ذلك، فإن الفحص المبسط جيد أيضًا في التنبؤ بالامتناع عن التدخين بعد 3 و 6 و 9 أشهر من الإقلاع عنه بعد تلقي علاج الإقلاع المتخصص، ومع ذلك، ليس الأمر بهذه البساطة.

لسبب ما، الفحص المبسط لا ينفع مع كل الناس.

يوضح رودريغيز-كانو: "فعالية الفحص المبسط للرجال والنساء تعتمد على عرق[°] (5) المريض".

في الأساس، لم يكن الفحص الأقصر ناجحًا أيضًا بالنسبة للعرق الأفريقي غير اللاتيني الذين شُخصت إصابتهم بالسرطان. ولا يعرف الباحثون ما إذا كان هذا بسبب عوامل اجتماعية أو وراثية - أو مزيج من منهما معًا.

يقول رودريغيز-كانو: "يعد كل من الفحص المطول والفحص المبسط أداتين مفيدتين، لكن بحثنا يثبت أنه قد يكون من الضروري تصميم فحوصات تغطي أعراق ومجموعات مختلفة".

ومع ذلك، فإن هذا البحث قد جعل الدراسات التي تناولت إدمان التدخين أسهل من السابق. وهذا يمكن أن يخفف من العبء على جهاز الرعاية الصحية وكذلك على علاج مرضى السرطان.

نشرت الدراسة في دورية أبحاث النيكوتين والباكو (6) Research Tobacco & Nicotine.

