

J I ar if 7S o pf kd  
K fhl qfk  
Mpb kgbo fqmfk are k



**ENSP**



**CAIL**

## M p m ar kafj fqq p b j fl a f q r al q g b k f k d g b k a g b q 7

01

Kini njohuri për aspektet fizike dhe psikologjike të varësisë nga nikotina.

02

Njiheni me patofiziologjinë e varësisë nga nikotina.

03

Kuptoni simptomat tipike të lënies së duhanit dhe dëshirat që mund ta bëjnë lënien e duhanit një sfidë.



J m inbk

J kafej l k q  
dbi hpl ebj

peq nqbp b ar qfk p  
qfj b q m ar fpej b

J kafej l k q j bkal ga dggj

J b ebn pqrpbfk

Mfag bare kfqj gbm  
dg ii of



Po

Jo!

Mungesa e vullnetit?

Varësia fizike /  
varësia?



S o pf kd  
kfhf qfk

Q œbng aeb a pefo q

Kufq pfqb  
are kmfœbp  
œ qfk q

Er j l ofaeb  
p j r kagfb  
pe kabofqj bkal o





Shumica dërrmuese (60-70%) e duhanpirësve që pinë duhan sot janë të varur nga nikotina.

---

Duhani	32%
--------	-----

Heroina	23%
---------	-----

Kokaina	17%
---------	-----

Alkooli	15%
---------	-----

Stimulantët	11%
-------------	-----

Anksiolitikët	9%
---------------	----

Kanabis	9%
---------	----

Analgjezikët	8%
--------------	----

Inhalantët	4%
------------	----

---



**S o pf  
kd  
k fh l qfk**

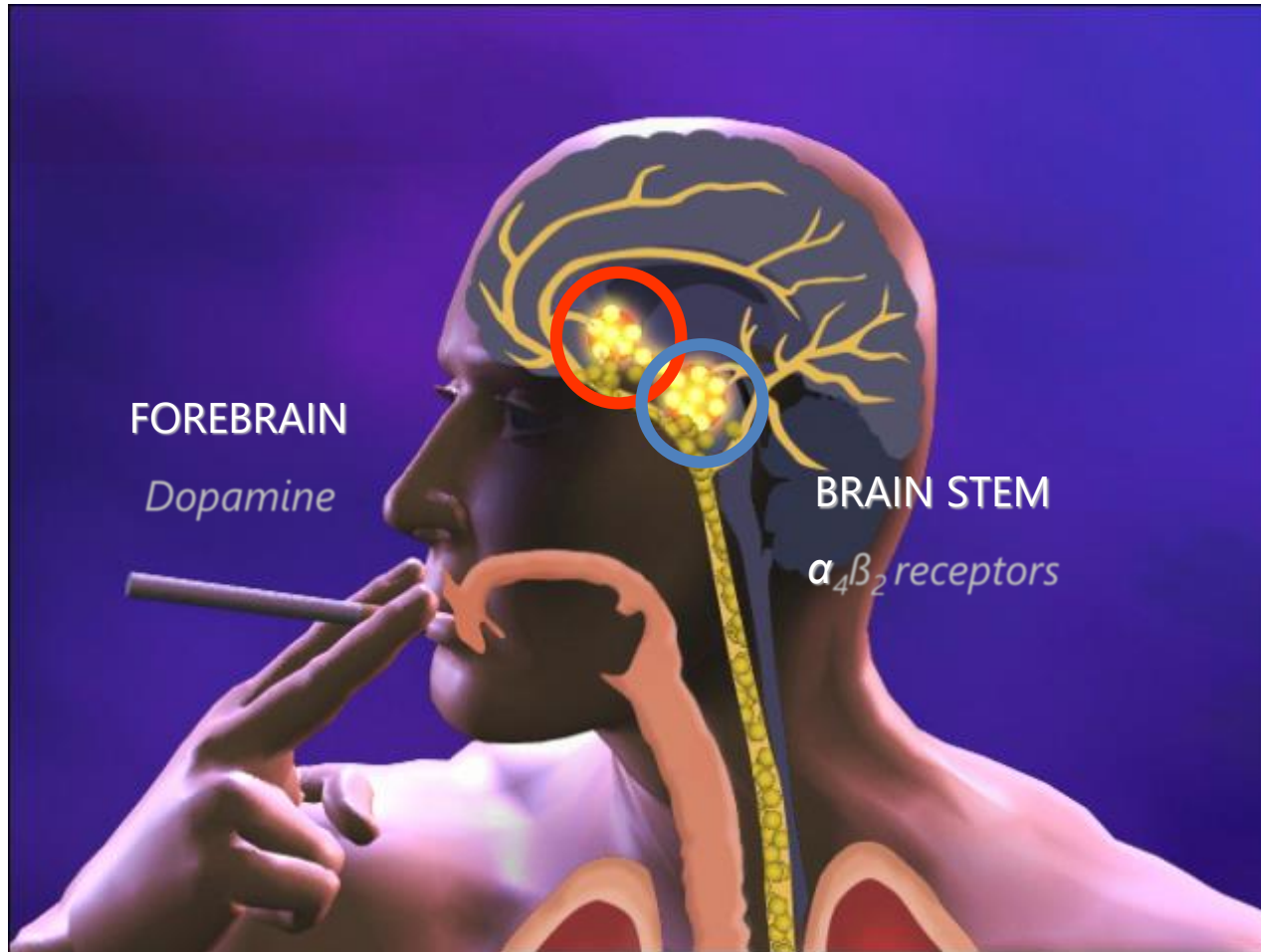


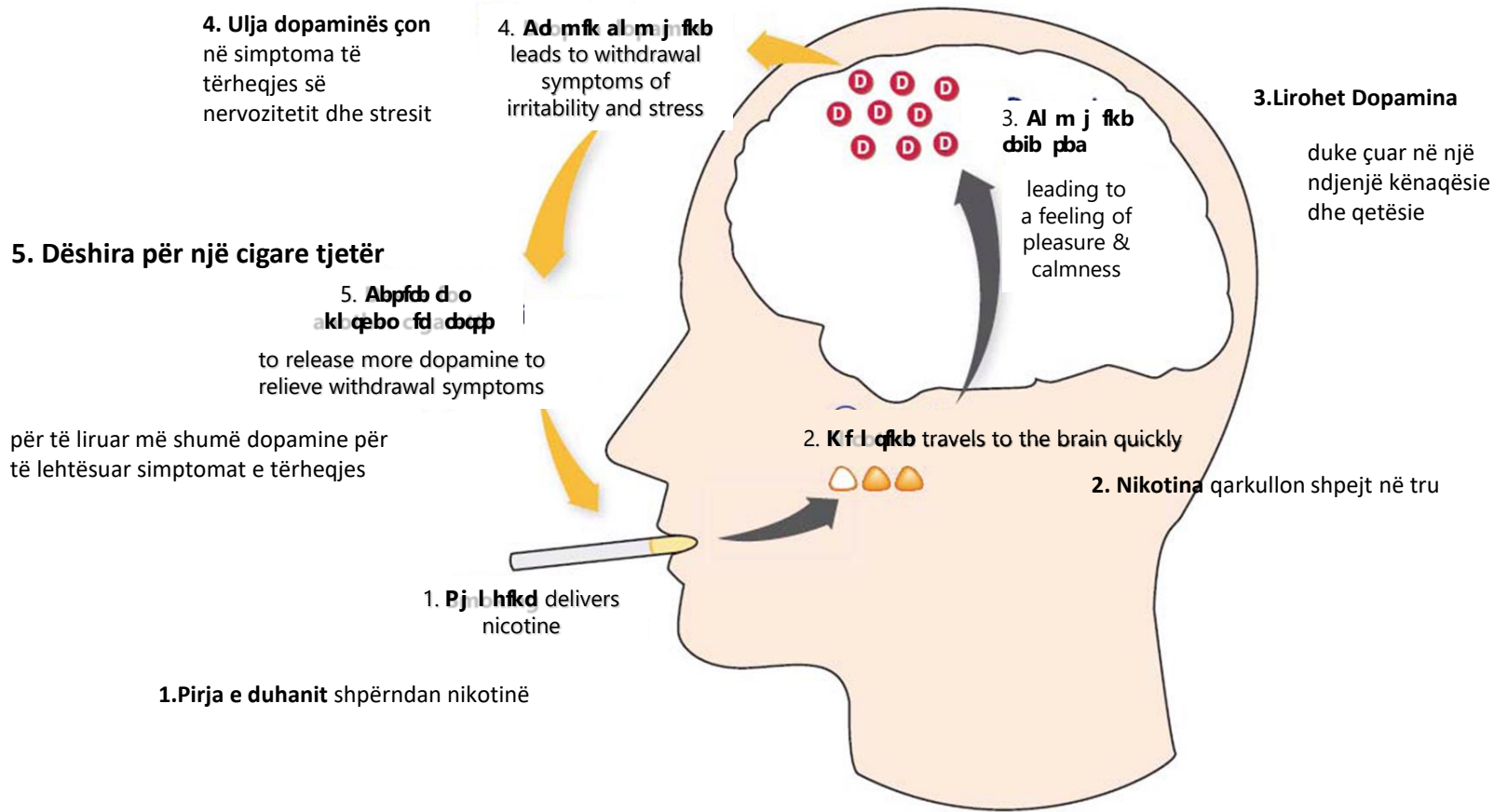
Në metabolizmin e nikotinës ekzistojnë ndryshime të mëdha që ndikojnë në largimin e përpjekjeve për lënien e duhanit.

Metabolizmi i ngadalshëm lejon që truri dhe trupi të plotësojnë nevojat e nikotinës me:

Hfj fhb	Dgbkabq a eb kb7
Aceton	Pastrues i bojës dhe pastrues për manikyrin e thonjve
Amoniak	Pastrues i dritareve, pastrues banjo
Arsenik	Vrasës milingonash
Benzen	Bojën e shkrimit, mbartësin e bojës
Kadmium	Bateritë
Cianid hidrogjen	Helm që përdoret në dhomat e gazit
Katran	Asfalt
Mërkur	Termometra
Monoksidi i karbonit	Marmita e makinës
Plumb	Boja, bateritë
Toluen	Eksplzivët, goma, ngjitesit









M ON K AOFJ F FKHL QK P K DG H



K f b i f f  
h k n p f p

K a g b k g b  
q a e b n g p p

f d b q

f d b q

f d b q

l o q



Simptomat e tërheqjes së nikotinës  
zakonisht arrijnë kulmin brenda 3 deri në 5  
ditë pas ndërprerjes



Simptomat	Kohëzgjatja	Prevalenca
Iritabilitet / agresion	< 4 javë	50%
Depresion	< 4 javë	60%
Shqetësim	< 4 javë	60%
Përqendrimi i dobët	< 2 javë	60%
Rritja e oreksit	> 10 javë	70%
Dhimbje koke	< 48 javë	10%
Zgjimi natën	< 1 javë	25%
Konstipacion	> 4 javë	17%
Ulcera në gojë	> 4 javë	40%
Urgjencë për të pirë duhan	> 2 javë	70%

Or qfk qb ar e kmfop a eb kufq pfq

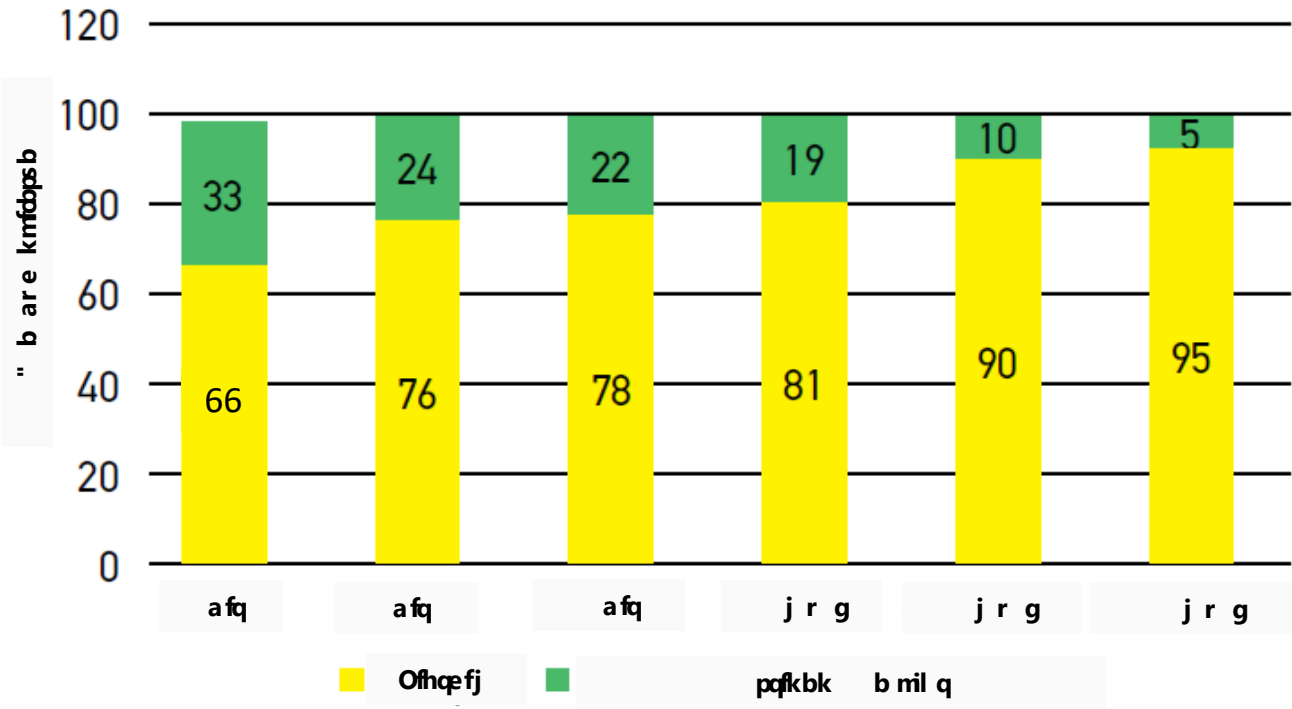




Shumë përdorues të duhanit kanë përdorur duhan për të trajtuar stresin apo çrregullime të humorit.



Varësia nga nikotina është një gjendje kronike e rikthimit



**Nuk ka asgjë më të fuqishme që ju mund të bëni për pacientin tuaj që pi duhan sesa t'a ndihmoni atë për ta lënë.**