

National Tobacco Quitline Czech Republic – a way to professionalization



KULHÁNEK, A.^{1,2}

¹ Czech Coalition against Tobacco, z.s., Prague, Czech Republic

² Department of Addictology, First Faculty of Medicine, Charles University and General University Hospital in Prague, Czech Republic

Citation: Kulhánek, A. (2016). Národní linka pro odvykání kouření – cesta k profesionalizaci. *Adiktologie*, 16(4), 374–377.

SUMMARY: *The Czech Republic ranks in the long term among the countries with the highest tobacco smoking prevalence in Europe. Not only legislative changes, but also effective and available addiction treatment services can significantly help reduce the amount of tobacco smokers among the population. One of these services is a tobacco quitline. The main advantage of telephone counselling is nationwide time and local availability for tobacco smokers and general public as well as professionals, and the potential to interconnect treatment services and thereby increase treatment retention and its consequent success rate. The Czech Coalition against Tobacco has been operating the tobacco quitline since 2005. In 2016, the new concept of National Tobacco Quitline Czech Republic was launched, based on the international recommendations and practice of American and European tobacco quitlines. This new professional service can help increase availability of tobacco quitline services and reduce tobacco smoking prevalence in the Czech Republic.*

KEY WORDS: TOBACCO SMOKING – QUITLINE – ADDICTION – CIGARETTES

Submitted: 10 / OCTOBER / 2016

Accepted: 28 / NOVEMBER / 2016

Grant support: This paper was supported by the RVKPP grant No. A-64-16.

Address for correspondence: Adam Kulhánek / adiktolog@bezcigaret.cz / Czech Coalition against Tobacco, z.s., Studničkova 2028/7, 128 00 Prague 2, Czech Republic

Národní linka pro odvykání kouření – cesta k profesionalizaci



KULHÁNEK, A.^{1,2}

¹ Česká koalice proti tabáku, z.s.

² Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze

Citace: Kulhánek, A. (2016). Národní linka pro odvykání kouření – cesta k profesionalizaci. *Adiktologie*, 16(4), 374–377.

SOUHRN: Česká republika dlouhodobě patří k zemím s nejvyšší prevalencí kouření tabákových výrobků v Evropě. Ke snížení počtu kuřáků v populaci mohou významně přispět nejen změny v oblasti legislativy, ale také efektivní a dostupné služby pro léčbu závislosti. Jednou z nich je Linka pro odvykání kouření. Hlavní předností telefonického poradenství je celonárodní časová i místní dostupnost pro kuřáky, laickou veřejnost i odborníky a potenciál propojovat léčebné služby a tím zvyšovat retenci v léčbě a její výslednou úspěšnost. Česká koalice proti tabáku provozuje Linku pro odvykání kouření od roku 2005. V roce 2016 spustila provoz nové koncepce Národní linky pro odvykání kouření vycházející z mezinárodních doporučení a praxe amerických a evropských linek pro kuřáky tabáku. Tato nová profesionální služba může napomoci k posílení dostupnosti služeb pro kuřáky tabáku a snížení prevalence kouření v ČR.

KLÍČOVÁ SLOVA: KOUŘENÍ TABÁKU – LINKA PRO ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ – ZÁVISLOST – CIGARETY

Došlo do redakce: 10 / ŘÍJEN / 2016

Přijato k tisku: 28 / LISTOPAD / 2016

Grantová podpora: Tento text byl podpořen projektem RVKPP č. A-64-16.

Korespondenční adresa: Mgr. Adam Kulhánek / adiktolog@bezcigaret.cz / Česká koalice proti tabáku, z.s., Studničkova 2028/7, 128 00 Praha 2

● 1 ÚVOD

Linky pro odvykání kouření, tzv. quitlines, slouží jako telefonická pomoc pro kuřáky tabáku s cílem podpory odvykání kouření. Mimo to nabízejí další služby, jako jsou svépomocné materiály, podporu rodinným příslušníkům a blízkým, kontakty na léčebná zařízení, poskytování informací, edukaci, podporu motivace při odvykání a další (WHO, 2011). Z hlediska efektivity se quitlines osvědčily jako účinné léčebné komponenty pro odvykání kouření (Stead, Perera & Lancaster, 2006) přispívající ke snížení počtu kuřáků (Cummins, Bailey, Campbell, Koon-Kirby & Zhu, 2007) a současně jako ekonomicky efektivní služby v kontextu ostatních léčebných zařízení (Tomson, Helgason & Gilljam, 2004; Fellows, Bush, McAfee & Dickerson, 2007). Dle doporučení WHO (2011) by měla být linka pro odvykání kouření dostupná všem kuřákům zdarma, prezentována při národních osvětových kampaních, dále v médiích a na propagačních materiálech a její číslo uváděno na baleních tabákových výrobků. Také Směrnice evropského parlamentu a Rady 2014/40/EU nařizuje členským zemím EU, aby na balení tabákových výrobků uváděly kontakty na linku pro odvykání kouření, e-mailové adresy, webové stránky či jiné odkazy k podpoře odvykání. V ČR byla zvolena varianta webových stránek koureni-zabiji.cz

První linkou poskytující poradenství kuřákům byla v roce 1980 americká Cancer Information Service, nejstarší specializovaná linka pro kuřáky v Evropě pak vznikla ve Velké Británii (Anderson & Zhu, 2007).

● 2 HISTORIE LINKY PRO ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ V ČESKÉ REPUBLICCE

Počátky Linky pro odvykání kouření u nás sahají do roku 2005, kdy byla zřízena a provozována Českou koalicí proti tabáku (ČKPT) pod vedením prof. Evy Králíkové. Původní koncepce fungovala na částečně dotovaném čísle 844 600 500, kdy volající hradil sníženou cenu místního hovorného v celé ČR. Služba byla dostupná v pracovních dnech v pilotním provozu v časech mezi 12. a 20. hodinou a následně od 11. do 16. hodiny. Telefonické konzultace poskytovali v první fázi zejména studenti medicíny a později i studenti dalších profesí. Linka byla primárně určena kuřákům tabáku a nabízela základní poradenství pro odvykání kouření, kontakty na zdravotnická zařízení a další informace týkající se tabákové problematiky. V důsledku omezeného technického vybavení umožňovala pouze reaktivní volání, tj. příchozí hovory, kdy se nejčastěji jednalo o jednorázové kontakty.

Ačkoliv byla Linka v prvních letech provozu úzce propojena s Centry pro závislé na tabáku, nedostávalo se jí podpory ze strany Ministerstva zdravotnictví. V první fázi byla financována skrze soukromé zdravotnické zařízení Centrum prevence, jež čerpalo dotaci od VZP, později bylo i toto financování ukončeno. Následně její financování zajiš-

tovala Česká koalice proti tabáku z prostředků získaných realizací seminářů školské primární prevence. Veškerý provoz a řízení Linky v této fázi probíhal na dobrovolnické bázi, konzultanti nepobírali mzdu a služby vykonávali ve svém volném čase. I přes tyto obtížné podmínky byla Linka schopna odbavit více než 200 volajících ročně, a stala se tak svébytnou součástí systému léčby závislosti na tabáku. V posledních dvou letech své existence Linka fungovala, z důvodu nedostatku financí a omezených personálních kapacit, v provizorním režimu a zajišťovala pouze nezbytně nutný kontakt s volajícími. Navzdory snahám vedení České koalice proti tabáku vyjednat s Ministerstvem zdravotnictví podporu a podmínky pro stabilní běh projektu v dalších letech nedošlo k vzájemnému konsenzu. Nový impulz přišel v květnu 2016 po schválení dotační žádosti Rady vlády pro koordinaci protidrogové politiky a zaštitěním služby Národním monitorovacím střediskem pro drogy a závislosti. Od září 2016 tak Česká koalice proti tabáku pod vedením Lukáše Kohoutka zahájila nový provoz Národní linky pro odvykání kouření (NLOK).

● 3 KONCEPCE NÁRODNÍ LINKY PRO ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ

Národní linka pro odvykání kouření je veřejně dostupnou službou určenou všem občanům ČR starším 15 let, kteří hledají pomoc a podporu v procesu odvykání kouření či jiné další informace týkající se kouření tabáku a odvykání. Není tak určena výhradně kuřákům tabáku, ale také jejich rodinným příslušníkům, profesionálům ve zdravotnictví včetně adiktologů, pedagogům a dalším odborníkům a široké veřejnosti. Jejím cílem je jednak plnit funkci telefonické a online služby v systému léčby závislosti na tabáku, jednak podporovat zdraví a prevenci zdravotních rizik předáváním relevantních evidence-based informací z oblasti tabákové problematiky, legislativy a dalších odvětví úzce spojených s těmito tématy.

Služba je dostupná zdarma na čísle 800 350 000 v pracovních dnech od 10. do 18. hodiny a její webovou podporu představují stránky www.bez cigaret.cz. Prostřednictvím Národních stránek pro podporu odvykání www.koureni-zabiji.cz zřizovaných Národním monitorovacím střediskem pro drogy a závislosti poskytuje také internetové poradenství. Kromě standardních příchozích inbound hovorů nabízí i odchozí outbound hovory, a umožňuje tak konzultantům na základě předchozí domluvy proaktivně kontaktovat klienta. Tento prvek pravidelných návazných volání v čase se významně podílí na zvyšování úspěšnosti odvykání (Vidrinc et al., 2013).

Z hlediska koncepce je NLOK definována jako specializovaná služba poradenství pro uživatele návykových látek vycházející z bio-psycho-sociálního modelu. Základními pilíři konzultantské práce je terapeutický přístup s podporou self-efficacy klienta. Těchto metod, navíc společně s koučing-

gem, využívají velké evropské quitlines např. v Rakousku, Švýcarsku, Holandsku či Norsku. Mezi základní výkony konzultantů NLOK patří mapování kuřácké anamnézy, stanovení míry závislosti, sestavení odvykacího plánu, edukace o farmakoterapii, doporučení pro mírnění abstinčních příznaků, prevence relapsu, ale také specifické otázky jako odvykání kouření v těhotenství.

Personální i technické zajištění NLOK je již plně profesionální. Vedení projektu zajišťuje manager společně s provozním týmem. Odbornou garanci zastřešuje expertní tým složený z adiktologa, psychologa a lékaře. Interní guidelines projektu jsou plně v souladu s metodickými doporučeními WHO a North American Quitline Consortium i klinickými doporučeními Nového Zélandu (Ministry of Health, 2014) a amerického panelu (Fiore et al., 2008). Vedení projektu včetně expertního týmu také spolupracuje s rakouskou linkou Rauchfrei Telefon. V řadách konzultantů se nejčastěji nacházejí adiktologové, včetně studentů oboru adiktologie na 1. LF UK, dále psychologové, terapeuti a jim příbuzné profese. Tým konzultantů prochází důkladným in-

terním vzděláním jak v oblasti teorie, tak praxe, včetně návštěv se zkušenými supervizory přímo na lince. Mezi základní dovednosti konzultantů NLOK patří mimo jiné vedení motivačních rozhovorů a základy krizové intervence. Všichni členové týmu pravidelně docházejí na intervize a supervize.

● 4 ZÁVĚR

Po dvou letech přechodného fungování Linky na zcela dobrovolnické bázi se podařilo vybudovat profesionální službu na národní úrovni, která má potenciál významně přispět ke zlepšení dostupnosti a kvality léčby závislosti na tabáku. K problematice kouření tabáku a odvykání přistupuje Národní linka pro odvykání kouření jako k adiktologickému, nikoliv výhradně medicínskému tématu a současně plně podporuje zapojení profese adiktologa do systému léčby kuřáků. Její snahou je etablovat se jako respektovaná služba vycházející z mezinárodních standardů a zkušeností evropských a amerických quitlines s dlouhou odbornou historií.

LITERATURA / REFERENCES

- Anderson, C. M., & Zhu, S. H. (2007). Tobacco quitlines: looking back and looking ahead. *Tobacco Control*, 16, i81–i86. doi:10.1136/tc.2007.020701
- Cummins, S. E., Bailey, L., Campbell, S., Koon-Kirby, C. & Zhu, S. H. (2007). Tobacco cessation quitlines in North America: a descriptive study. *Tobacco Control*, 16(1), i9–i15. doi:10.1136/tc.2007.020370
- Fellows, J. L., Bush, T., McAfee, T., & Dickerson, J. (2007). Cost effectiveness of the Oregon quitline “free patch initiative”. *Tobacco Control*, 16, i47–i52. doi:10.1136/tc.2007.019943
- Fiore, M., Jaén, C. R., Barker, T. B., Bailey, W. C., Benowitz, N. L., Curry, S. J. & Dorfman, S. F. (2008). *Treating tobacco use and dependence: Clinical Practice Guideline*. MD: U.S. Dept. of Health and Human Services, Public Health Service.
- Ministry of Health. (2014). *The New Zealand Guidelines for Helping People to Stop Smoking*. Wellington: Ministry of Health.
- Stead, L. F., Perera, R., & Lancaster, L. (2006). Telephone counseling for smoking cessation. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. doi:10.1002/14651858.CD002850.pub2
- Tomson, T., Helgason, A. R., & Gilljam, H. (2004). Quitline in smoking cessation: a cost-effectiveness analysis. *International Journal of Technology Assessment in Health Care*, 20(4), 469–74. doi:10.1017/S0266462304001370
- Vidrine, J. I., Shete, S., Cao, Y., Greisinger, A., Harmonson, P., Sharp, B., ... Wetter, D. W. (2013). Ask-Advise-Connect. *JAMA Internal Medicine*, 173(6), 458–64. doi:10.1001/jamainternmed.2013.3751
- WHO. (2011). *Developing and improving national toll-free tobacco quit line services*. Retrieved from http://www.who.int/tobacco/publications/smoking_cessation/quit_lines_services/en