



Før en operasjon

Et forestående kirurgisk inngrep er en gylden anledning til å stumpe røyken. Det viser en grundig gjennomgang av vitenskapelige studier av denne problemstillingen.

Studiene omfattet til sammen 1194 personer i alderen 40-50 år. Det viste seg at røykeslutt halverte risikoen for død eller få alvorlige komplikasjoner som for eksempel sårinfeksjoner.

Alle deltakerne fikk hjelp til å slutte å røyke. Røykavvenningsprogrammene varierte i omfang fra en enkelt konsultasjon og etterfølgende telefonoppringning til mer intensive kurs med ukentlige samtaler med helsepersonell kombinert med medisiner som lindrer ubehag når man slutter eller som demper lysten på røyk.

I Norge finnes flere slike medikamenter. Mange velger Nicorette eller Nicotinell. De selges reseptfritt og inneholder nikotin. Ved riktig bruk øker de sjansen for å bli røykfri. Ulempen er at man kan bli avhengig av hjelpemiddelet ettersom de er tilsatt nikotin. Et godt alternativ er en reseptpliktig medisin som virker ved å nedsette lysten på røyk. Gjennomfører man en tilstrekkelig langvarig kur med et av disse midlene og kombinerer den med et systematisk røykavvenningsprogram (for eksempel www.slutta.no) er sjansen for å bli varig røykfri opptil 40 prosent.

Kilde: British Journal of Surgery