



Η πιο δύσκολη παράμετρος της διακοπής του τσιγάρου είναι να εξαλείψεις το φυσικό και ψυχολογικό εθισμό στον καπνιστή. Αυτές οι δυσκολίες συχνά οδηγούν σε υποτροπή. Η επιστήμη αρχίζει σήμερα να αποκωδικοποιεί τη λειτουργία του εγκέφαλου μας και τις επιδράσεις των ναρκωτικών ουσιών, όπως π.χ. τα αλκαλοειδή του καπνού, που διαταράσσουν το σύστημα παραγωγής των νευρο-ορμονών και ειδικότερα τις ενδορφίνες και τις ντοπαμίνες.

Ο εγκέφαλος αποτελείται από μερικά εκατομμύρια κύτταρα με αμέτρητες διακλαδώσεις, τους αποκαλούμενους νευρώνες. Μοναδικοί στο είδος τους, οι νευρώνες δε μοιάζουν με κανένα άλλο κύτταρο του οργανισμού μας.

Οι νευρώνες εκκρίνουν μία σειρά ουσιών που «εξαφανίζουν» τον πόνο και δημιουργούν ευφορία: πρόκειται για τις ενδορφίνες, ένα είδος φυσικού «αναλγητικού» το οποίο παράγεται στην περίπτωση στρες, πόνου, φυσικής καταπόνησης καθώς και έντονης χαράς και ικανοποίησης.

Ο μηχανισμός του φυσικού εθισμού βασίζεται στην εξής υπόθεση: η νικοτίνη τεχνητά εμποδίζει την παραγωγή των ενδορφινών και επειτά των ντοπαμινών, ορμονών οι οποίες είναι υπεύθυνες για την ευεξία του καπνιστή. Τα επίπεδα αυτών των ορμονών πέφτουν λίγα λεπτά μετά το κάπνισμα ενός τσιγάρου. Την ίδια ώρα η νικοτίνη μπλοκάρει τη φυσική έκκριση της ενδορφίνης και της ντοπαμίνης. Η επιθυμία είναι έντονα αισθητή αυτή την ώρα. Στην πραγματικότητα, ο καπνιστής δε χρειάζεται την νικοτίνη αλλά υποφέρει από την έλλειψη ενδορφίνης και ντοπαμίνης. Αυτό συνδυάζεται με τις δυσκολίες που σχετίζονται με το ψυχολογικό εθισμό (συνήθεια, εξαναγκασμός, χειρονομία...) και το περιβάλλον (περίγυρος, στρες.....)

Οι ενδορφίνες είναι τα φυσικά ηρεμιστικά των καθημερινών μικρών μας πόνων. Υπάρχουν στη φύση ουσίες όμοιες και με παραπλήσια χημική σύνθεση με τις ενδορφίνες όπως για παράδειγμα τα αλκαλοειδή του καπνού, το όπιο κ.α. Όμως οι παρενέργειές τους είναι πολύ δυσάρεστες.

Οι ουσίες αυτές, στο άτομο που τις λαμβάνει, εγκαθίστανται αμέσως στους νευρώνες. Καθώς λαμβάνουμε αυτές τις «εικονικές» ενδορφίνες, η παραγωγή των φυσικών ενδορφινών διακόπτεται... Το τεχνητό προϊόν δίνει την εντύπωση ότι τις αντικαθιστά όμως αυτό είναι μία «απάτη» για τον οργανισμό, γιατί λαμβάνει το υποκατάστατο τους!

Ο εγκέφαλος του λήπτη «ξεγιελέται», και ο οργανισμός του σταματάει να παράγει φυσιολογικά τις ενδορφίνες που χρειάζεται. Έτσι αναγκάζεται να καταφεύγει συνεχώς στην ουσία υποκατάστατο τους και εθίζεται.

ΤΙ ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ Η ΜΕΘΟΔΟΣ LUXORPUNCTURE;

Η θεραπεία αποτελείται από 3-5 συνεδριάσεις για να βοηθήσει τον καπνιστή κατά τη διάρκεια της περιόδου διακοπής του καπνίσματος, και σε μια παρακολούθηση 3 μηνών. Έπειτα, ενημερωτικά δελτία με συστάσεις για άσκηση πίεσης σε συγκεκριμένα σημεία βοηθούν τον παλιό καπνιστή να διαχειριστεί μόνος του την επιθυμία σε περίπτωση του στιγμιαίου εξαναγκασμού από εξωτερικά ερεθίσματα (συνήθειες, στρες, περιβάλλον...). Σε περίπτωση δυσκολιών, και εάν το άτομο αισθάνεται ότι «θα ραγίσει», με μία ή δύο συνεδρίες συντήρησης ενθαρρύνεται. Διάρκεια της θεραπείας: 3 έως 5 διαδοχικές συνεδρίες και 3 μήνες παρακολούθηση...

Η ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ ΜΕ ΤΗ ΜΕΘΟΔΟ LUXORPUNCTURE

Η τεχνική συνίσταται στη χρήση μιας φωτεινής δέσμης η οποία εκπέμπει στη ζώνη των υπέρυθρων. Η δέσμη κατευθύνεται σε πολύ συγκεκριμένες νευρικές απολήξεις του ανθρώπινου σώματος.

Τα φωτόνια της φωτεινής ακτίνας έρχονται σε επαφή με τα κύτταρα του δέρματος και έτσι έχουμε μεταφορά ενέργειας μεταξύ της φωτεινής δέσμης και του ανθρώπινου ιστού. Η ενέργεια των φωτονίων απορροφάται από τα κύτταρα.

Με την εκπομπή της φωτεινής δέσμης σε συγκεκριμένα σημεία ενεργοποιούμε, στο εθισμένο άτομο, ξανά τη φυσιολογική έκκριση των ενδορφινών και των ντοπαμινών.

Το πρόγραμμα εφαρμογής περιλαμβάνει δύο στάδια:

ΣΤΑΔΙΟ 1ο :ΑΠΕΞΑΡΤΗΣΗ

Με την εφαρμογή της επαναστατικής μεθόδου LUXORPUNCTURE σε τρεις συνεδρίες, που πραγματοποιούνται σε τρεις συνεχόμενες ημέρες, επιτυγχάνουμε την πλήρη οργανική απεξάρτηση από τον εθισμό του καπνίσματος μέσα από τη διαδικασία της άμεσης ρύθμισης της φυσιολογικής έκκρισης των ενδορφινών και των ντοπαμινών.

Με τον τρόπο αυτό συμβάλλουμε ουσιαστικά στην εξάλειψη του εθισμού και στην καταπολέμηση του στερητικού συνδρόμου. Δηλαδή το άτομο δεν έχει ανάγκη να καπνίσει και δεν αντιμετωπίζει στερητικό σύνδρομο.

Ο πρώτος στόχος των συνεδριών με τη μέθοδο Luxoruncture είναι για να βοηθήσει τον καπνιστή να βελτιώσει την ευεξία του ώστε να μειώσει τους καπνικούς εξαναγκασμούς (ασυγκράτητη ανάγκη για να καπνίσει).

Ένα αποτέλεσμα που ανακουφίζει, επιδιώκεται επίσης με στόχο να βοηθήσει να πολεμηθούν οι παρενέργειες από τη διακοπή του καπνίσματος: η νευρικότητα, η οξυθυμία και η υπερβολική όρεξη.

Επίσης η μέθοδος συμβάλλει στην αντιμετώπιση των παρενεργειών από τη διακοπή του καπνίσματος όπως η νευρικότητα, η οξυθυμία και η υπερβολική όρεξη. Ο δεύτερος στόχος είναι να βοηθήσει στη μείωση της ενόχληση της σφαιράς ORL (ιγμόρεια, λάρυγγας,

λαιμός...) που ερεθίζονται από τον καπνό του τσιγάρου.

Το επιδιωκόμενο αποτέλεσμα επιτυγχάνεται φυσιολογικά, εύκολα, χωρίς τη χορήγηση ουσιών ή υποκατάστατων νικοτίνης και κυρίως χωρίς παρενέργειες

ΣΤΑΔΙΟ 2ο : ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ- ΕΓΓΥΗΣΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΟΣ. No smoking support program

Έχοντας απαλλαγεί οργανικά από τον εθισμό του καπνίσματος και μη αντιμετωπίζοντας πλέον κανένα στερητικό σύνδρομο βρισκόμαστε δίπλα στο νέο «μη καπνιστή» θωρακίζοντας κάθε άτομο που έχει απεξαρτηθεί από τον εθισμό του καπνίσματος με το ετήσιο , με το δωρεάν ετήσιο πρόγραμμα ατομικής υποστήριξης, «no smoking support program», που περιλαμβάνει:

1. Συνεχή επικοινωνία για την παρακολούθηση της αντικαπνιστικής του πορείας.
2. Υποστηρικτικές συνεδρίες, που είναι καλό να γίνουν προληπτικά για να θωρακίσουμε το αποτέλεσμα, μία φορά την εβδομάδα το πρώτο μήνα και μια συνεδρία το μήνα για άλλους δύο μήνες.
3. Δωρεάν επανάληψη του συνολικού προγράμματος, μέσα σε 3 μήνες , σε περίπτωση υποτροπής ,εξασφαλίζοντας στην ουσία εγγύηση του αποτελέσματος.

Τα αποτελέσματα από την εφαρμογή του της μεθόδου είναι εξαιρετικά. Το 90% των ατόμων που υποστηρίχθηκαν με τη μέθοδο LUXOPUNCTURE στο τέλος των τριών συνεδριών δηλώνουν ότι δεν επιθυμούν, δεν αισθάνονται την ανάγκη και δεν «πιέζονται» να καπνίσουν. Επίσης δεν αντιμετωπίζουν στερητικό σύνδρομο.

Ακόμη το 70% των ατόμων που υποστηρίχθηκαν με τη μέθοδο LUXOPUNCTURE μετά από ένα χρόνο δεν καπνίζουν.

Επιστημονικές εξελίξεις:

Σε κλινική μελέτη που πραγματοποιήθηκε στη Γαλλία από το CRO (Clinic Research office) INTERNATIONAL TEREΟ σημειώνει τα ακόλουθα αποτελέσματα:

ΔΙΑΚΟΠΗ ΤΟΥ ΚΑΠΝΙΣΜΑΤΟΣ (σε 188 άτομα):

Μέσος αριθμός συνεδριών ν ανά άτομο: 3 (μέγιστο 5)

Διακοπή της κατανάλωσης του καπνού μετά τη θεραπεία: 90,5%

Ικανοποίηση συμμετεχόντων που έχουν σταματήσει το κάπνισμα: 99,2%

Μέση διάρκεια διακοπής του καπνίσματος: 4,4 έτη

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: LUXOMedical Clinics

**Ομήρου 46, Ν. Σμύρνη, Τηλ. 210-9348475 ☐ www.luxomedical.gr ,
e-mail:mrndmd@gmail.com**