



وزارة الصحة
Ministry of Health

بيان للموقف السعودي بشأن علاج استخدام النظم الالكترونية لتوصيل النيكوتين (ENDS Management) ، 2023

د. منصور ظافر القحطاني

استشاري طب المجتمع ، المشرف العام على برنامج مكافحة التبغ
الرياض - المملكة العربية السعودية

د. علي حماد الزهراني

استشاري طب الأسرة ، مدير برنامج مكافحة التبغ
مكة المكرمة - المملكة العربية السعودية

د. عبدالمحسن الزلباني

أستاذ علم الأوبئة وطب المجتمع رئيس قسم طب الأسرة والمجتمع كلية الطب
جامعة طيبة - المملكة العربية السعودية

د. أحمد النجيب عبدالرحيم أحمد

أخصائي الصحة العامة، مدير برنامج مكافحة التبغ،
الحدود الشمالية - المملكة العربية السعودية

د. نجيب مبارك البريكي

الماجستير المهني في جودة الرعاية الصحية والتميز ، برنامج مكافحة التبغ
الرياض - المملكة العربية السعودية

د. عبدالله معيوف العنزي

أستاذ مساعد في العلاج التنفسي، جامعة الملك سعود بن عبد العزيز للعلوم الصحية،
الرياض، المملكة العربية السعودية

د. أحمد علي يعقوب

أخصائي الصحة العامة، برنامج مكافحة التبغ،
الرياض - المملكة العربية السعودية

د. أشرف عبدالقيوم أمير

استشاري طب الأسرة ، الرئيس التنفيذي للخدمات الطبية التنفيذية في المركز الطبي الدولي ،
جدة - المملكة العربية السعودية

د. الجوهرة محمد المزروع

مدير قسم الدراسات والعلاقات الدولية في برنامج مكافحة التبغ،
الرياض - المملكة العربية السعودية

مقدمة :

يشار إلى النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين (ENDS) إلى أنواع مختلفة من الأسماء التي تشمل السجائر الإلكترونية أو السحبة أو الشيشة الإلكترونية أو جوهول أو فيب (vape) أو أقلام الفيب. وهي أجهزة تعمل بالبطاريات تستخدم للتدخين أو سحب السوائل و المحاليل التي تحتوي على المنكهات. صممت هذه الأجهزة لتوصيل النيكوتين والمنكهات والمواد المضافة الأخرى للمستخدم عن طريق الإستنشاق (مكتب الجراحين الأمريكي ، 2016)

السجائر الإلكترونية ليست آمنة لليافعين والشباب والنساء الحوامل ، وكذلك البالغين الذين لا يستخدمون منتجات التبغ حالياً (مركز السيطرة على الأمراض **بأتلانتا، 2021**). حيث يواصل مركز السيطرة على الأمراض الأمريكية وإدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) وإدارات الصحة الحكومية والمحلية وشركاء الصحة السريرية والصحة العامة في الولايات المتحدة الأمريكية مراقبة استخدام السجائر الإلكترونية وإصابات الرئة المرتبطة باستخدام السجائر الإلكترونية والتي تسمى اختصاراً بـ (EVALI) (مركز السيطرة على الأمراض **بأتلانتا، 2020**)

غالبًا ما تحتوي محاليل النظم الإلكترونية على النيكوتين وهي مادة كيميائية تسبب الإدمان. علاوة على ذلك، فهي تحتوي على مجموعة من المواد الكيميائية والنكهات التي تجعله سبباً مباشراً لإحداث الضرر على مستخدميه عن طريق استنشاق مجموعة من المواد الكيميائية والنكهات، والتي ترتبط بشكل كبير بمرض الانسداد الرئوي المزمن (**هانقشوان سد وآخرون، 2020**)، وتسبب السرطان، وتضر بالأجنة (**باهل ق. وآخرون 2012**)، ومصدر لتلوث الهواء الداخلي وزيادة خطر الإقبال على التدخين بين الشباب (**وزارة الصحة الاسترالية 2019**).

يستخدم بعض الأشخاص النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين كوسيلة للإقلاع عن استخدام التبغ، ولكن الأدلة الحالية غير كافية للتوصية لاستخدامه كوسيلة للإقلاع عن التبغ (**سيو والواخرون، 2015**).

في عام 2016، وسعت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية سلطاتها التنظيمية لتشمل تصنيع واستيراد وتعبئة ووضع العلامات والإعلان والترويج والبيع والتوزيع لجميع منتجات التبغ بما في ذلك النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين، **بموجب هذا القانون الجديد المسمى "قاعدة الإعتبار"، قامت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية بالتالي :**

- طلب وضع تحذيرات صحية على النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين ومنتجات التبغ الأخرى.
- حظر بيع النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين للشباب الذين تقل أعمارهم عن 18 عاماً.
- حظر توزيع العينات المجانية وحظر بيع النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين في مكائن البيع الآلية.
- يتطلب أن يحصل مصنعو النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين على ترخيص للتسويق من إدارة الغذاء والدواء.
- يتطلب من متاجر السجائر الإلكترونية التي تملط السوائل الإلكترونية الامتثال للمتطلبات القانونية لمصنعي التبغ.

تشير الأكاديمية الأمريكية لأطباء الأسرة (AAFP) بأن استخدام النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين تتزايد بشكل مثير للقلق خاصة بين الشباب واليافعين ، فضلاً عن استخدامها من قبل أولئك الذين يحاولون الإقلاع عن استخدام التبغ (**الأكاديمية الأمريكية لأطباء الأسرة، 2017**).

وخلصت فرقة الخدمات الوقائية الأمريكية إلى أن الأدلة الحالية غير كافية للتوصية بالنظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين كوسيلة للإقلاع عن استخدام التبغ.

منهجية استخدام النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين (ENDS):

أ. اعتبارات عامة:

١. انبعاثات النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين ليست بخار ماء غير ضار ، بل يتعرض كل من المستخدم ومن حولهم للمواد الكيميائية وبعضها يسبب السرطان.
٢. لا توجد أدلة كافية تشير إلى أن النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين أقل ضرراً على الجنين من السجائر التقليدية ، بل يجب إبلاغ النساء الحوامل أو اللاتي يحاولن الحمل بالمخاطر التي تشكلها النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين على صحة الأم والجنين.
٣. اطرح الأسئلة الصحيحة: "هل تستخدم السجائر أو الشيشة الإلكترونية أو السحبة أو الغيب؟" بدلاً من "هل تدخن؟" حيث إنها طريقة أقل فعالية لاستكشاف الوضع الدقيق و الحالي لتدخين أي نوع من أنواع التبغ.
٤. يجب معالجة السجائر الإلكترونية بطريقة مماثلة لمنتجات التبغ الأخرى ويجب تقديم المشورة بعدم استخدامها في الداخل أو في الأماكن المغلقة أو بالقرب من الأطفال ، فهذا يعرض الأشخاص الآخرين من حولهم للتأثيرات السلبية بسبب سوء جودة الهواء ، خاصةً عند تواجد مجموعة من المدخنين الذين يستخدمون السجائر الإلكترونية في نفس المكان وفي نفس الوقت.
٥. تحتاج النساء الحوامل إلى طلب المشورة والدعم من الأخصائيين الصحيين لتقليل تعرض الجنين للنيكوتين إلى أدنى مستوى ممكن. و يوصى بالدعم السلوكي للإقلاع عن التدخين كالخيار العلاجي الأول ، ولكن يجب أن تكون هناك رسائل صحية واضحة موجهة للعامة مفادها أنه عندما يفشل الدعم السلوكي لوحده فإن العلاج ببدائل النيكوتين هو الخيار الثاني الموصى به. حيث أن استخدام السجائر الإلكترونية بدون دعم لتقليل استخدام النيكوتين والتعرض له ليس بديلاً آمناً للتدخين أثناء الحمل.

ب. التدخلات السلوكية لمستخدمي النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين:

التدخل السلوكي موصى به في علاج إدمان النيكوتين حيث ساهم في نجاح معدل الإقلاع عن التدخين والامتناع عنه. ومع ذلك ، فإن الجمع بين العلاج السلوكي و العلاج الدوائي هو النهج الأكثر فعالية (فاستخدام التبغ يعتبر عادة وإدمان).

يمكن توفير التدخل السلوكي عن طريق المقابلات الشخصية وجها لوجه أو عن بعد من خلال الخدمات الافتراضية، فالتدخل السلوكي الموصى به هو المقابلات التحفيزية والعلاج المعرفي السلوكي.

المقابلات التحفيزية هي التدخل السلوكي الموصى به لتحفيز مستخدمي النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين على الإقلاع عن التدخين والالتزام بالعلاج وهي محادثة ثنائية الاتجاه داعمه يتم من خلالها الاستماع وتقديم المشورة لهم للإقلاع عن التدخين. يجب على مقدم الرعاية الصحية عدم الحكم المسبق و استخدام لغة غير هجومية وسريعة الحكم بل عليه التعبير عن التعاطف لكسب ثقة مستخدمي هذه النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين.

كما يجب أن يتم التطرق في المحادثة مع مستخدمي هذه الأجهزة عن العوائق والفوائد المترتبة على الإقلاع عن استخدام النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين وتحديد أهداف للإقلاع عنها. و من ناحية أخرى ، فإن العلاج السلوكي المعرفي هو تدخل سلوكي آخر لدعم مستخدمي هذه الأجهزة الإلكترونية في الإقلاع عن التدخين ومساعدتهم في التغلب على التحديات التي قد تواجههم.

يشمل العلاج السلوكي المعرفي تدريباً سلوكياً مكثفاً يركز على تحديد المشكلات الشخصية والمعرفية والبيئية التي تؤدي إلى استخدام النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين.

يمكن العلاج السلوكي المعرفي مستخدمي هذه الأجهزة من الأدوات السلوكية التي تمكنهم من التغلب على تحديات الإقلاع والالتزام بتغيير سلوكهم.

ت. نهج الثمان خطوات لعلاج مستخدمي الأنظمة الإلكترونية لتوصيل النيكوتين (خدمة الصحة الوطنية بـأسكوتلندا، 2018)، (ليز تايلور وآخرون، 2020)، في غياب الأدلة المرجعية المنهجية فيما يتعلق بالتخفيض الفعال أو التوقف عن استخدام السجائر الإلكترونية، وبالتالي نوصي بالخطوات الثمانية التالية ليمر من خلالها الراغب في الإقلاع:

١. تقييم الاستعداد الحالي للفرد وقدرته على التقليل أو الإقلاع عن استخدام السجائر الإلكترونية.

استكشف الأسباب التي تجعل الفرد يريد خفض أو إيقاف استخدام السجائر الإلكترونية.

٢. تقييم الممارسات الحالية لإستخدام السجائر الإلكترونية.

١. اسأل عن تركيز النيكوتين الذي يستخدمه الفرد من السائل الإلكتروني؟

ب. كم مرة يشعر الفرد أنه بحاجة إلى استخدام السجائر الإلكترونية؟

ت. لماذا يشعر الفرد أنه بحاجة إلى استخدامه؟

ث. في أي وقت يستخدمه الفرد غالباً؟

من المهم أن تكون في هذا السياق والترتيب من أجل تقييم درجة الإدمان والاعتماد على مقياس ولاية بنسلفانيا للإعتماد على النيكوتين و الموضوع أدناه *

٣. تقييم محاولات الإقلاع عن التدخين السابقة.

١. إذا تم استخدام العلاج ببدائل النيكوتين أو الأدوية الموصوفة (فارينيكليين / بوبروبيون) من قبل، فما هي تجربة الفرد في استخدامها؟

ب. اسأل الفرد عما إذا كان قد حاول الإقلاع عن استخدام السجائر الإلكترونية من قبل وما الذي ساعده في الإقلاع عن التدخين؟

٤. اشرح مكونات السائل في السجائر الإلكترونية ومحتوياته.

١. تحتوي سوائل السجائر الإلكترونية على النيكوتين؛ المنكهات، والبروبيلين غليكول، والجلسرين النباتي، هناك العديد من الأنواع المختلفة للسجائر الإلكترونية المتاحة والتي توفر مستويات مختلفة من التوصيل ومستويات مختلفة من النيكوتين.

٥. اشرح إدمان النيكوتين للفرد و الأعراض الانسحابية المصاحبة له.

١. إذا كان المدخن يعاني من أعراض انسحابية من السجائر الإلكترونية، فذلك لأنه لا يزال يتخلص من النيكوتين. وبالرغم من ذلك، لن يعاني الجميع من حدوث أعراض انسحابية.

ب. الرجوع إلى مقاييس العلاج الإرشادية بشأن الأعراض الانسحابية.

٦. ناقش المساعدة المتاحة للحصول على الدعم في التقليل أو الإقلاع عن التدخين.

٧. حدد تاريخاً للإقلاع عن التدخين أو فترة زمنية للتقليل منه وضمان الالتزام من الفرد.

٨. **قدم ملخصاً لما تم مناقشته، وقم بترتيب زيارة المتابعة لضمان الإقلاع عن التدخين ومنع الانتكاس:** يجب على الفرد الاستمرار في حضور الجلسات وفقاً للخطة والمواعيد المتفق عليها بين المتخصصين في الرعاية الصحية والمراجع للمساعدة في الإقلاع عن تدخين السجائر الإلكترونية.

*مؤشر ولاية بنسلفانيا للاعتماد على النيكوتين ، ٢٠٢٢:

١. كم مرة في اليوم تستخدم عادة سيجارتك الإلكترونية؟ (نفترض أن "المرة" الواحدة تتكون من حوالي ١٥ نفس ، أو تدوم حوالي ١٠ دقائق)

• ٠ - ٤ مره/ يوم = ٠

• ١ - ٩ = ١

• ٢ - ١٤ = ٢

• ٣ - ١٩ = ٣

• ٤ - ٢٩ = ٤

• ٥ - ٣٠ مره أو أكثر = ٥

٢. في الأيام التي يمكنك فيها استخدام سيجارتك الإلكترونية بحرية ، ما هو أقرب وقت بعد استيقاظك من النوم تقوم باستخدام السيجارة الإلكترونية لأول مرة؟

• أقل من ٥ دقائق = ٥

• ٦ - ١٥ دقيقة = ٤

• ١٦ - ٣٠ دقيقة = ٣

• ٣١ - ٦٠ دقيقة = ٢

• ٦١ - ١٢٠ دقيقة = ١

• أكثر من ١٢١ دقيقة = ٠

٣. هل تستيقظ أحياناً في الليل لاستخدام سيجارتك الإلكترونية؟

• نعم = ١

• لا = ٠

٤. إذا كانت الإجابة بنعم ، فكم عدد الليالي في الأسبوع التي تستيقظ فيها عادةً للقيام بذلك ؟

• ٠ - ليلة = ٠

• ٢ - ٣ ليال = ١

• ٤ ليال أو أكثر = ٢

٥. هل تستخدم السيجارة الإلكترونية الآن لأنه من الصعب حقاً الإقلاع عنها (تستخدم السيجارة الإلكترونية)؟

• نعم = ١

• لا = ٠

٦. هل سبق لك أن شعرت برغبة شديدة في استخدام السيارة الإلكترونية؟

● نعم = ١

● لا = ٠

٧. خلال الأسبوع الماضي ، ما مدى قوة رغبتك في استخدام السيارة الإلكترونية؟

● لا شيء / طفيف = ٠

● معتدل / قوي = ١

● قوي جدا / قوي للغاية = ٢

٨. هل من الصعب عليك الامتناع عن استخدام السيارة الإلكترونية في الأماكن التي لا يفترض بك أن تستخدمها؟

● نعم = ١

● لا = ٠

٩. (عندما لم تستخدم سيارة إلكترونية لفترة أو عندما حاولت التوقف عن استخدام واحدة) هل شعرت بمزيد من الانفعال لأنك لا تستطيع استخدام سيارة إلكترونية؟

● نعم = ١

● لا = ٠

١٠. هل شعرت بالتوتر أو الأرق أو القلق لأنك لا تستطيع استخدام السيارة الإلكترونية؟

● نعم = ١

● لا = ٠

النتائج:

● 0-3 = لا يوجد اعتماد

● 4-8 = اعتماد منخفض

● 9-12 = اعتماد متوسط

● 13 أو أكثر = اعتماد كبير

هناك ثلاثة خيارات لدعم الأفراد للإقلاع عن التدخين:

١. **الدعم السلوكي فقط** (استخدام نفس البروتوكول للإقلاع عن تدخين السجائر) بما في ذلك العلاج السلوكي المعرفي الذي يمكن أن يساعد المدخنين بشكل فعال في تخفيف الأعراض الانسحابية. قد يوفر الجدول التالي بعض التدخلات المعرفية أو السلوكية المقترحة.

| الأعراض الانسحابية | العلاجات المعرفية السلوكية |
|---|---|
| صداع | إذا كان المدخن يعاني من صداع متكرر ، فتأكد من حصوله على قسط كافٍ من النوم ، وتناول الطعام بانتظام ، والمشاركة في النشاط البدني. حيث أن هذه التغييرات في نمط الحياة تساعد على تقليل حدة الصداع. |
| سعال | الإكثار من تناول السوائل ، ملعقة من العسل والشاي الدافئ والعصائر واستنشاق أبخرة الماء وتجنب منتجات الألبان هي "علاجات" شائعة للتعامل مع السعال. |
| الرغبة الشديدة | الاستراتيجية للتعامل مع الرغبة الشديدة في التدخين: ١. التأخير: حدد مهلة زمنية قبل أن يستسلم المدخن لتدخين السجارة فيتأخر قدر استطاعته. ٢. إذا شعر المدخن أنه يجب أن يستسلم لرغبه ينتقل إلى الخطوة ٢. ٣. التنفس العميق: اطلب من المدخن أن يأخذ ١٠ أنفاس عميقة للاسترخاء. محاولة التوسط بالتنفس العميق ليريح نفسه من الداخل حتى تزول الرغبة. ٤. إذا لم تهدأ الرغبة ، فانتقل إلى الخطوة التالية. ٥. اشرب الماء: شرب الماء بديل صحي لإصاق السجارة في فم المدخن. حيث يساعد الماء على طرد السموم لإنعاش جسم المدخن. ٦. إذا كان لا يزال يرغب في تدخين السجائر ، فانتقل إلى الخطوة التالية. ٧. فعل شيئاً آخر لإلهاء نفسه: القراءة ، الذهاب للتمشية ، مشاهدة التلفاز - الانخراط في أي هواية أخرى غير التدخين! |
| زيادة الشهية أو زيادة الوزن | زيادة الوزن هي واحدة من أكثر العواقب والآثار الجانبية شيوعاً المسؤولة عن عرقلة المدخنين الذين يحاولون الإقلاع عن التدخين. من الصحيح أنه عندما يقلع المدخن عن التدخين ، فمن المرجح أن يكون لديه شهية أكبر ويميل إلى استبدال السجائر بالطعام. ومع ذلك ، يمكن للمدخن تجنب زيادة الوزن عن طريق اتخاذ خيارات غذائية صحية (الفواكه والخضروات والوجبات الخفيفة الصحية الأخرى) و ممارسة النشاط البدني وشرب الكثير من الماء ، مما سيساعد أيضاً في اتخاذ خطوة مهمة نحو نمط حياة أكثر صحة! |
| تغيرات المزاج (الحزن أو التهيج أو الإحباط أو الغضب) | محاولة التركيز على الأفكار الإيجابية حول الإقلاع عن التدخين ، و أن يذكر المدخن نفسه بجميع فوائد الإقلاع عن التدخين ؛ و مدى تحسن شعوره جسدياً. |
| القلق و الإضطراب | أفضل طريقة للتعامل مع القلق هو النهوض والتحرك! الانخراط في النشاط البدني ، والذهاب في نزهة مشياً على الأقدام! |
| صعوبة في التركيز | أفضل طريقة للتعامل مع صعوبة التركيز هي من خلال عقل المدخن نفسه. التأمل والتخيل الذهني تعد طرقاً رائعة لزيادة التركيز واستعادة قدرات المدخن على العمل بشكل طبيعي. |
| اعراض مشابهه لأعراض الانفلونزا | كما هو الحال مع أي حالة من حالات الأنفلونزا أو نزلات البرد فإن أفضل "دواء" هو الراحة وشرب السوائل. يجب على المدخن الاستمرار في شرب الماء والتأكد من أن الجسم يحصل على قسط كافٍ من النوم. |
| الأرق | طرق الاسترخاء والتمارين المنتظمة جيدة للتغلب على مشكلة الأرق. |

٢. **الروابط السلوكية والاجتماعية والتدخلات الموصى به (منظمة الصحة العالمية, ٢٠١٤):** فيما يلي بعض الاقتراحات حول كيفية البدء في كسر الروابط بين التدخين وسلوكيات معينة.

| التصرف / السلوك | اقتراح لكسر الارتباط |
|---|---|
| البدء في نشاط جديد بعد الأكل مباشرة، يجب أن يصرف المدخن نفسه عن الإغراءات و أن يدفع نفسه إلى القيام بالتمارين أو القراءة أو القيام بأنشطة أخرى. | التدخين المرتبط بتناول الطعام |
| يجب على المدخن تجنب هذه التجمعات حتى ينجح في الإقلاع عن التدخين لكن ألا يضطر إلى قطع العلاقات مع جميع أصدقاءه ، فقط أن يتجنب الخروج معهم حتى يكون قوياً في الالتزام بالامتناع عن مشاركتهم التدخين. | التدخين كمنشط اجتماعي (أثناء التواجد مع الأصدقاء أو زملاء العمل) |
| هذه المفهوم خاطئ و شائع عند الكثير من المدخنين. حيث أنه لا علاقة للتدخين على الإطلاق بتخفيف التوتر. ومع ذلك ، هناك العديد من الطرق الأخرى للتعامل مع التوتر مثل: شرب الماء أو الشاي ، واستخدام كرة الضغط لإبقاء يديك مشغولة ، وممارسة التنفس العميق أو ممارسة الرياضة لتخفيف التوتر ، وكذلك تعلم مهارات التعامل مع الضغوطات الحياتية. | التدخين كمسكن للتوتر |
| يجب على المدخن الانخراط في نشاط آخر أثناء الاتصال بالهاتف. سواء كان ذلك من خلال اللعب بكرة الضغط ، أو التجول فإنه يصرف الانتباه عن الرغبة في التدخين.. | التدخين أثناء التكم على الهاتف |

٣. **العلاج الدوائي للمساعدة على التوقف عن استخدام النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين وفقاً لتوصيات الدليل السعودي للإقلاع عن التدخين :**

١. **العلاج ببدائل النيكوتين والدعم السلوكي.**

- يمكن استخدام العلاج ببدائل النيكوتين لأولئك الذين يدخلون السجائر الإلكترونية ويريدون تقليل أو إيقاف التدخين الإلكتروني.
- يوفر العلاج ببدائل النيكوتين مستويات من النيكوتين غير مسببة للإدمان ، ولكن بعض الأشخاص يستخدمون العلاج ببدائل النيكوتين على المدى الطويل لتجنب الانتكاس مرة أخرى والعودة إلى التدخين (بي هوزاك جي. وآخرون ، ٢٠٠٣).
- يحتاج الطبيب إلى تحديد درجة الاعتماد على النيكوتين من خلال مقياس ولاية بنسلفانيا للاعتماد على النيكوتين.
- هناك دليل على أن استخدام العلاج بأكثر من منتج في وقت واحد يكون الشخص أكثر نجاحاً في محاولة الإقلاع عن التدخين (المركز الوطني للإقلاع عن التدخين، والتدريب، ٢٠١٩).
- على الطبيب أن يقوم بتذكير المدخنين بأن الإكثار من النيكوتين من خلال الاستمرار في استخدام السجائر الإلكترونية مع العلاج ببدائل النيكوتين يمكن أن يؤدي إلى آثار جانبية مثل الصداع والغثيان.

٢. **العلاج بالفارينيكليين (شامبكس) والدعم السلوكي.**

- تطبيق نفس الإرشادات عند وصف الفارينيكليين للإقلاع عن تدخين السجائر ومواد التبغ الأخرى للمساعدة على الإقلاع عن استخدام السجائر الإلكترونية .
- الفارينيكليين غير مريض لاستخدامه للأفراد الذين تقل أعمارهم عن ١٨ عاماً أو الحوامل (الدليل السعودي لخدمات الإقلاع عن التبغ ، ٢٠١٨).

اجماع لجنة الخبراء على التوصيات التالية:

١. يمكن علاج تدخين النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين باستخدام نفس برتوكول استخدام التبغ .
٢. منتجات النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين ليست آمنة وتعتبر ضارة بالصحة.
٣. لا يوصى باستخدام النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين كطريقة آمنة أو أداة بديلة للإقلاع عن التدخين.
٤. تعزيز استراتيجية منظمة الصحة العالمية (FCTC-) MPOWER للسيطرة على وباء التبغ بما في ذلك النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين.
٥. ندعو المؤسسات العلمية والجامعات في المملكة العربية السعودية لإجراء البحوث المتعلقة باستخدام النظم الإلكترونية لتوصيل النيكوتين والمخاطر المتعلقة به.

المصادر

١. The American Academy of Family Physicians (AAFP), Electronic nicotine delivery systems (ENDS) - https://www.aafp.org/dam/AAFP/documents/patient_care/tobacco/ends-fact-sheet.pdf, ٢٠١٧
٢. الدليل السعودي لخدمات الاقلاع عن التبغ، برنامج مكافحة التدخين، وزارة الصحة السعودية / اللجنة الوطنية لمكافحة التبغ، ٢٠١٨ (Saudi Guideline for Tobacco)
٣. Bahl V, Lin S, Xu N, Davis B, Wang YH, Talbot P. Comparison of electronic cigarette refill fluid cytotoxicity using embryonic and adult models. *Reprod. Toxicol.* ٢٠١٢;٣٤(٤):٥٢٩-٣٧
٤. مركز السيطرة على الأمراض بآتلانتا، ٢٠٢١ What's The Bottom Line? https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/about-e-cigarettes.html
٥. مركز السيطرة على الأمراض بآتلانتا، ٢٠٢٠ Outbreak of Lung Injury Associated with the Use of E-Cigarette, or Vaping, Products, ٢٠٢٠/٢٠٢٠ https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/severe-lung-disease.html
٦. وزارة الصحة الأسترالية، Department of Health, Australian Government, Policy and regulatory approach to electronic cigarettes (e-cigarettes) in Australia, ٢٠١٩
٧. Grana R, Benowitz N, Glantz SA. E-cigarettes: a scientific review. *Circulation.* ٢٠١٤;١٢٩(١٩):١٩٧٢-٨٦٧
٨. Hangchuan S., et al, Association of flavored electronic nicotine delivery system (ENDS) use with self-reported chronic obstructive pulmonary disease (COPD): Results from the Population Assessment of Tobacco and Health (PATH) study, Wave ٤, ٢٠٢٠
٩. Le Houezec J. Role of nicotine pharmacokinetics in nicotine addiction and nicotine replacement therapy. *International Journal of Tuberculosis and Lung Disease.* ٢٠٠٣. ٧(٩): ٨١١-٨١٩
١٠. Liz Taylor, et al, NHS Health Scotland, Supporting individuals to cut down and quit vaping.pdf, ٢٠٢٠
١١. المركز الوطني للاقلاع عن التدخين، والتدريب، National Centre for Smoking Cessation and training (NCSCT): Combination Nicotine Replacement Therapy (NRT) briefing. Available from: www.ncsct.co.uk/usr/pub/Briefing%٢٠٣.pdf ٢٠١٩
١٢. خدمة الصحة الوطنية بأسكتلندا، ٢٠١٨، دعم الأفراد للإقلاع والتقليل من التدخين الإلكتروني، NHS, Health Scotland, Supporting individuals to cut down and quit vaping, ٢٠١٨ supporting-individuals-to-cut-down-and-quit-vaping.pdf
١٣. www.healthscotland.scot/publications/smoke-free-prisons-pathway-a-servicespecification-supporting-people-in-our-care
١٤. مكتب الجراح الأمريكي، ٢٠١٦ Office of the Surgeon General. *E-cigarette Use among Youth and Young Adults: A Report of the Surgeon General [PDF-٨.٤٧ MB]*. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention; ٢٠١٦.
١٥. مؤشّر ولاية بنسلفانيا للاعتماد على النيكوتين، Penn State Nicotine Dependence Index, center on research on tobacco & health, ٢٠٢٢, <https://research.med.psu.edu/smoking/dependence-index/>
١٦. Siu AL et al, Behavioral and pharmacotherapy interventions for tobacco smoking cessation in adults, including pregnant women: U.S. Preventive Services Task Force recommendation statement. *Ann Intern Med.* ٢٠١٥;١٦٣(٨):٦٢٢-٦٣٤
١٧. منظمة الصحة العالمية، ٢٠١٤ A guide for tobacco users https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10.665/1128333/9789241507939_eng.pdf