



"Akinek sikerül leszoknia a dohányzásról, boldogságot érez" - fejtette ki a *Rhode Island-i Brown Egyetem* vizsgálatára

hivatkozva

S

tefan Andreas

kasseli tüdőgyógyász, a

Német Pneumológiai és Tüdőgyógyászati Társaság (DGP)

tagja. "Ugyanakkor az, akinek próbálkozása ellenére sem sikerül végleg letennie a cigarettát, akár sokkal depresszívebb hangulatba kerülhet, mint megelőzően, a dohányzás idején." A vizsgálatban összesen 236 dohányos vett részt.

A hangulatot elemző teszteken azok érték el a legmagasabb pontszámokat, akik a 28 héten át tartó tanulmány ideje alatt le tudtak mondani a cigarettáról. Azok voltak viszont a legboldogtalanabbak, akik a 28 hét leteltével szinte azonnal visszatértek a dohányzáshoz.

Minden résztvevő kapott nikotintapaszkát és orvosi tanácsokat, illetve időről időre tesztekkel vizsgálták az esetleges depresszív tüneteiket.

"A kutatók a vizsgálat alapján meg vannak győződve arról, hogy a dohányzás abbahagyásával csökken a levertség érzete. Akinek sikerül letennie a cigarettát, megszabadulhat depresszív panaszairól. Aki viszont újra elkezd dohányozni, az nagyobb depresszióra számíthat, mint korábban" - hangsúlyozta Andreas.

Forrás: MTI