

COCHRANEOV KUTAK

Uređuje doc. dr. sc. Irena Zakarija-Grković

Seansa grupne biheviornalne terapije učinkovita za prestanak pušenja

Kliničko pitanje	Koliko su djelotvorne grupne biheviornalne intervencije kod postizanja dugoročnog prestanka pušenja?
Zaključak	Grupna terapija je bolja pomoć pri prestanku pušenja od samopomoći i drugih manje intenzivnih intervencija. Ako je pet posto ljudi prestalo pušiti na barem šest mjeseci koristeći materijale samopomoći, 8-12% posto bi moglo biti uspješno ako im se ponudi grupna podrška. Kvaliteta ovog dokaza je umjerena jer studije nisu dovoljno detaljno izvještavale o metodama kako bi se isključila moguća pristranost. Postoji također i dokaz o korisnosti grupne podrške u usporedbi sa savjetima i kratkom podrškom zdravstvenog stručnjaka, iako je razlika bila manja i varijabilnija. To je ocijenjeno kao dokaz niske kvalitete zbog varijabilnosti, kao i mogućeg rizika od pristranosti. Postoje i dokazi o niskoj kvaliteti uočene koristi u studijama koje kontrolnoj skupini nisu pružile nikakvu pomoć prilikom prestanka pušenja. Većina studija pratila je sudionike 12 mjeseci.
Nedostatak	Nije bilo dovoljno dokaza da bi se ocijenilo jesu li grupe bile učinkovitije ili ekonomičnije od intenzivnog individualnog savjetovanja. Nije bilo dovoljno dokaza koji bi potkrijepili korištenje određenih psiholoških komponenti u programu izvan okvira podrške i vještina koje su obično uključene. Nije bilo moguće prikazati koje su komponente grupno utemeljenih programa najviše koristile.
Kontekst	Jedan od načina da se pomogne ljudima koji pokušavaju prestati pušiti jest pružiti im potporu u grupi. Sudionici se sastaju redovito, s voditeljem koji je obično obučen za savjetovanje o prestanku pušenja. Komponente programa su različite. Uočena snaga ovog pristupa jest ta da sudionici pružaju jedni drugima podršku i ohrabrenje. Ishod koji je bio važan u istraživanju je prestanak pušenja na šest mjeseci od početka grupnog programa.
Cochrane sustavni pregled	Stead LF et al. Programi biheviornalne grupne terapije za prestanak pušenja. Cochrane pregledi, 2017, Issue 3. Art No.: CD001007.DOI:10.1002/14651858.CD001007.pub3. Ovaj pregled sadrži 66 studija uključujući 21 200 sudionika.

Pearls br. 599, listopad 2018., napisao je Brian R McAvoy, a preveli članovi Hrvatskog Cochranea

Cochrane systematic review:

<https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD001007.pub3/full#CD001007>

Cjepiva imaju skroman utjecaj na gripu u zdravih odraslih osoba

Kliničko pitanje	Koliko su djelotvorna cjepiva protiv gripe u zdravih odraslih osoba?
Zaključak	Zdrave odrasle osobe koje su primile inaktivirano parenteralno cjepivo protiv gripe, za razliku od onih koji se nisu cijepili, vjerojatno su imale 1% niži rizik od pojave gripe tijekom jedne sezone gripe (2,3% u odnosu na 1%, dokazi umjerene sigurnosti) i vjerojatno su imali 3,4% manji rizik od pojave bolesti slične gripi (21,5% prema 18,1%, dokazi umjerene sigurnosti). Broj osoba koje je bilo potrebno cijepiti protiv gripe i bolesti sličnih gripi bio je 71, odnosno 29, što odražava visoke stope bolesti sličnih gripi u kontrolnim skupinama mnogih ispitivanja. Broj od 29 skriva varijacije u apsolutnom smanjenju bolesti sličnih gripi za skupine s niskim i visokim rizikom, a stupanj koristi može se barem djelomično razlikovati zbog nedosljedne klasifikacije simptoma.
Nedostatak	Ekstrapolacija tih učinaka u okolnostima drugačijim od onih u studijama izazovno je zbog neizvjesnih metoda za potvrđivanje gripe i varijacija u apsolutnim smanjenjima bolesti sličnih gripi nakon cijepjenja. Učinci inaktiviranih cjepiva na izgubljene radne dane ili ozbiljne komplikacije gripe bili su neizvjesni.
Kontekst	Virusne bolesti dišnog sustava predstavljaju teško opterećenje za društvo. Većinu virusnih respiracijskih bolesti izazivaju različiti agensi koji se ne mogu klinički razlikovati. Varijabilni udio bolesti sličnih gripi (u prosjeku od 7% do 15%) prouzročen je virusima gripe i poznat je kao influenza.
Cochrane sustavni pregled	Demicheli V et al. Cjepiva za sprječavanje gripe u zdravih odraslih osoba. Cochrane pregledi, 2018, Issue 2. Art. No.: CD001269.DOI: 10.1002/14651858.CD001269.pub6. Ovaj pregled sadrži 52 studije uključujući preko 80 000 sudionika.

Pearls br. 601, studeni 2018., napisao je Brian R McAvoj, a preveli članovi Hrvatskog Cochranea

Cochrane systematic review:

<https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD001269.pub6/full>