Работа кабинета "помощь отказа от курения"

в кабинете отказа от курения в районной поликлиники МБУЗ "Ленинградская ЦРБ" осуществляется консультирование пациента, желающего бросить курить, врачом-методистом отделения медицинской профилактики Т.В. Саенко

Бросить курить сложно, но можно. Каждый, кто хочет избавиться от этой пагубной привычки может обратиться в кабинет помощи по отказу от курения или на горячую линию при поликлинике, консультативный телефонный центр помощи в отказе от потребления табака, позвонив по бесплатному номеру **8 (800) 200 0 200** . Ежедневно в центр обращаются курильщики со всех уголков района и получают квалифицированную помощь.

Цель создания кабинета «помощи при отказе от потребления табака» состоит в оказание информационной и квалифицированной помощи населению при отказе от табакокурения посредством проведения консультирования (беседы) с пациентом при встрече и телефонных консультаций, которые должны реализовываться путем решения следующих задач:

1. Повышение информированности курильщиков о пагубном воздействии табачного дыма на организм, методах помощи при отказе от табакокурения.
2. Повышение мотивации к отказу от употребления табачных изделий.
3. Изменение психологических установок в отношении табакокурения и обучение адаптивным формам поведения.
4. Поддержка при отказе от табакокурения, обучение навыкам самопомощи при появлении симптомов отмены.
5. Разработка индивидуальных мер профилактики рецидивов табакокурения.
6. Анализ особенностей табакокурения у лиц, желающих отказаться от употребления табака, и разработка наиболее эффективных мер оказания консультативной телефонной помощи в отказе от потребления табака.

Во время консультирования ,говорится о наиболее эффективных способах отказа от курения, даются советы пациентам с различными заболеваниями о том, как лучше подготовиться к отказу от курения с учетом имеющихся проблем со здоровьем, отвечают на вопросы о лекарственной терапии табачной зависимости. Большинство курящих людей готовы отказаться от вредной привычки, но не все могут сделать это самостоятельно вследствие развития у них никотиновой зависимости. Самостоятельно, без какой-либо помощи (согласно данным научных исследований), удается навсегда отказаться от табакокурения только 5-7% желающих бросить курить. Остальные нуждаются в поддержке или медицинской помощи при отказе от курения. Эта проблема особенно

актуальна для России: в стране курит 39,1% взрослого населения, из них 60,2% мужчин и 21,7% женщин.