

**Модуль 2: Как помочь
Вашим пациентам
прекратить курение**



ENSP

НАЧАТЬ

01

Роль профессиональных работников здравоохранения в прекращении курения как клинический приоритет.

02

Как интегрировать лечение табачной зависимости, основанное на научных данных, в Вашу клиническую практику с использованием стратегий 5А.

03

Обзор имеющихся инструментов, чтобы помочь интегрировать прекращение курения в Вашу практику.





Нет ничего более значительного, что мы можем сделать для своих курящих пациентов, чем помочь им прекратить курение.



Лечите потребление табака с такой же тщательностью и клинической значимостью, как любое другое важное хроническое заболевание



Стратегии “Пять А” (5A):

**СПРОСИТЕ
(ASK)**

о потреблении табака

**ДАЙТЕ СОВЕТ
(ADVISE)**

прекратить курение

**ОЦЕНИТЕ
(ASSESS)**

желание сделать попытку прекращения курения

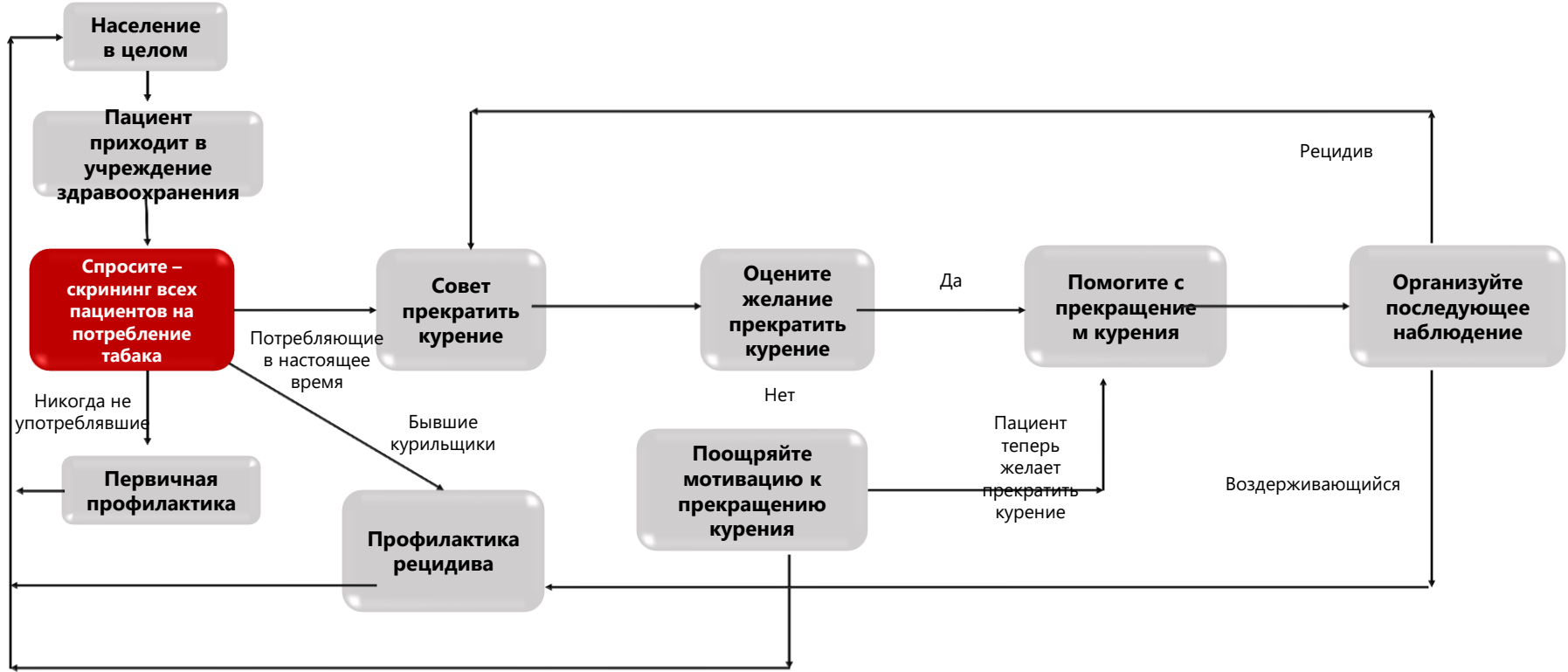
**ПОМОГИТЕ
(ASSIST)**


в попытке прекратить курение

**ОРГАНИЗУЙТЕ
(ARRANGE)**

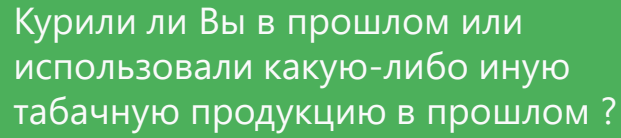
последующее наблюдение

Спросите и задокументируйте - 30 секунд



A middle-aged man with grey hair and glasses, wearing a white lab coat over a blue shirt and a red and blue striped tie, stands on the left side of the slide. He is gesturing with his hands as if speaking.

Вы курите или употребляете
какую-либо иную табачную
продукцию ?

A green speech bubble with a white border, containing white text.

Курили ли Вы в прошлом или
использовали какую-либо иную
табачную продукцию в прошлом ?



- **Уровень никотиновой зависимости**
- Личные причины для прекращения курения
- Прошлый опыт прекращения курения
- Наличие тревожности или депрессии





1. Как скоро после пробуждения Вы закуриваете первую сигарету ?

Менее 5 минут (3)

6-30 минут (2)

31-60 минут (1)

Более 60 минут (0)

2. Трудно ли Вам воздерживаться от курения в местах, где курение запрещено (например, в церкви, кинотеатре, поезде, ресторане и др.)?

Да (1)

Нет (0)

3. От какой сигареты Вам будет труднее всего отказаться ?

От первой сигареты утром (1)

От всех остальных (0)

4. Как много сигарет в день Вы выкуриваете ?

10 или менее (0)

11-20 (1)

21-30 (2)

31 или более (3)

5. Курите ли Вы более часто в первые часы после пробуждения, чем в течение остального дня ?

Да (1)

Нет (0)

6. Курите ли Вы, когда Вы болеете так, что лежите в постели большую часть дня ?

Да (1)

Нет (0)



Баллы 0-3: табачная зависимость отсутствует или слабая

Баллы 4-6: средняя табачная зависимость

Баллы 7-10: высокая табачная зависимость



Число сигарет, выкуриваемых в день

Как много сигарет в день Вы выкуриваете?

10 или менее

11-20

21-30

31 или более

Время до первой сигареты

Как скоро после пробуждения Вы выкуриваете первую сигарету ?

Менее 5 минут

6-30 минут

31-60 минут

Более 60 минут



- 1. Уровень никотиновой зависимости
- 2. Личные причины для прекращения курения
- 3. Прошлый опыт прекращения курения
- 4. Наличие тревожности или депрессии



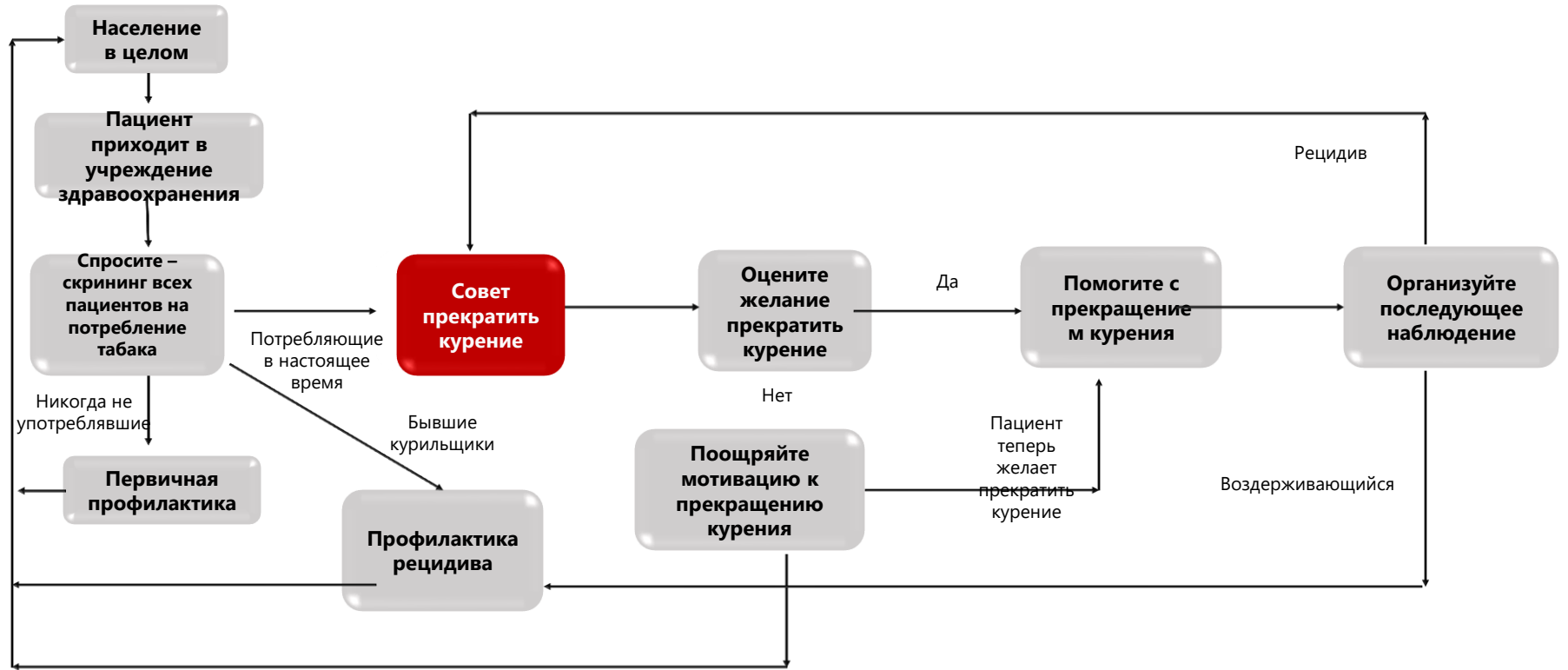


- число попыток прекращения курения в прошлом
- самый продолжительный период воздержания от курения
- проводилось ли в прошлом лечение по прекращению курения и что оно включало
- наличие симптомов отмены в прошлом
- наличие факторов риска рецидива

- 1. Уровень никотиновой зависимости
- 2. Личные причины для прекращения курения
- 3. Прошлый опыт прекращения курения
- 4. Наличие тревожности или депрессии



Дайте совет прекратить курение





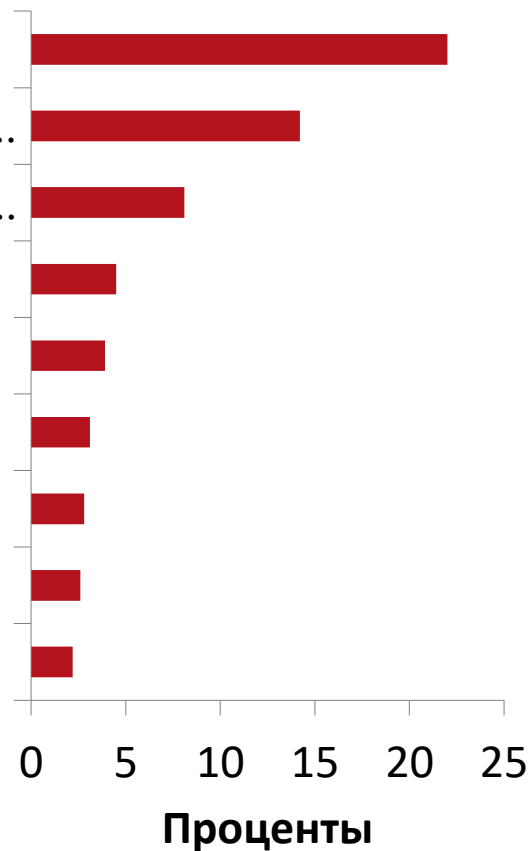
Совет поставщика услуг здравоохранения по прекращению курения является мощной мерой, которая может повысить мотивацию пациента по прекращению курения.

Совет профессионального работника здравоохранения является важным внешним триггером



совет профессионального работника здравоохранения;
что-то сказанное кем-то...;
что-то еще...;
ограничения курения;
реклама НЗТ;
правительственная реклама;
предупреждение о вреде для здоровья;
просто решил (а);
новое лечение

Health Prof advice
Something said by...
Someone else...
Smoking restrictions
NRT ad
Gov ad
Health warning
Just decided
New treatment



Совет по прекращению курения должен быть:

Ясным

Энергичным

Персонализированным

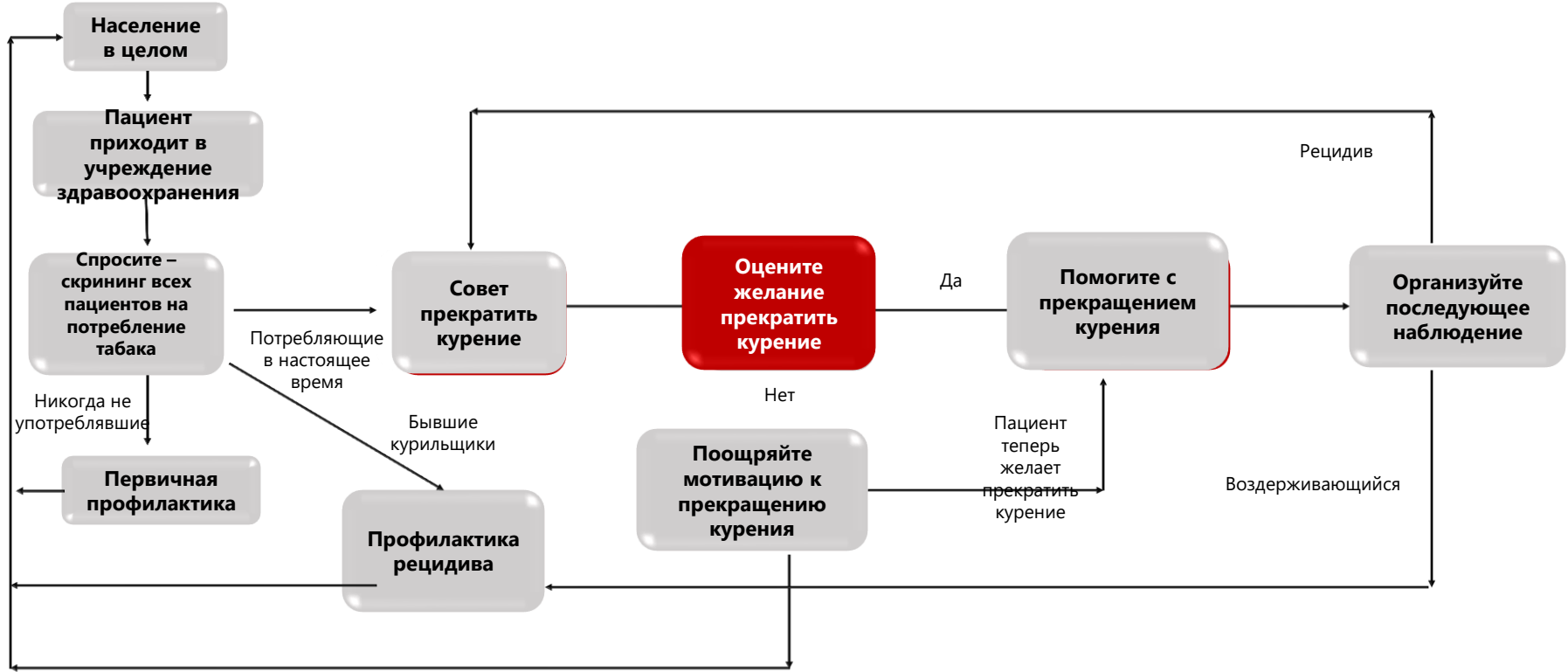
Не осуждающим

Предлагающим
поддержку



Если Вы захотите прекратить курение, я могу помочь Вам.
Желаете ли Вы предпринять попытку прекратить курение сейчас?

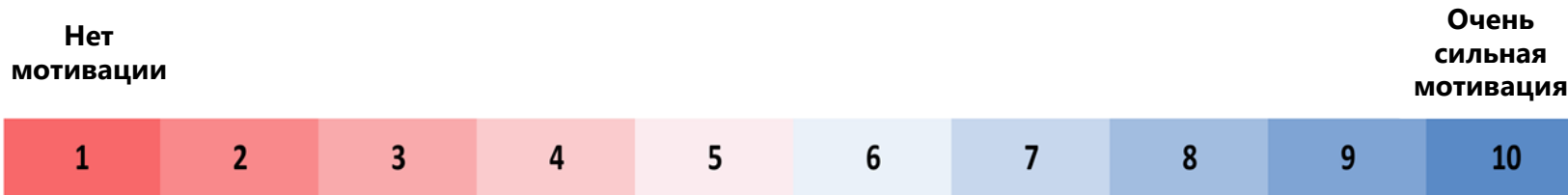


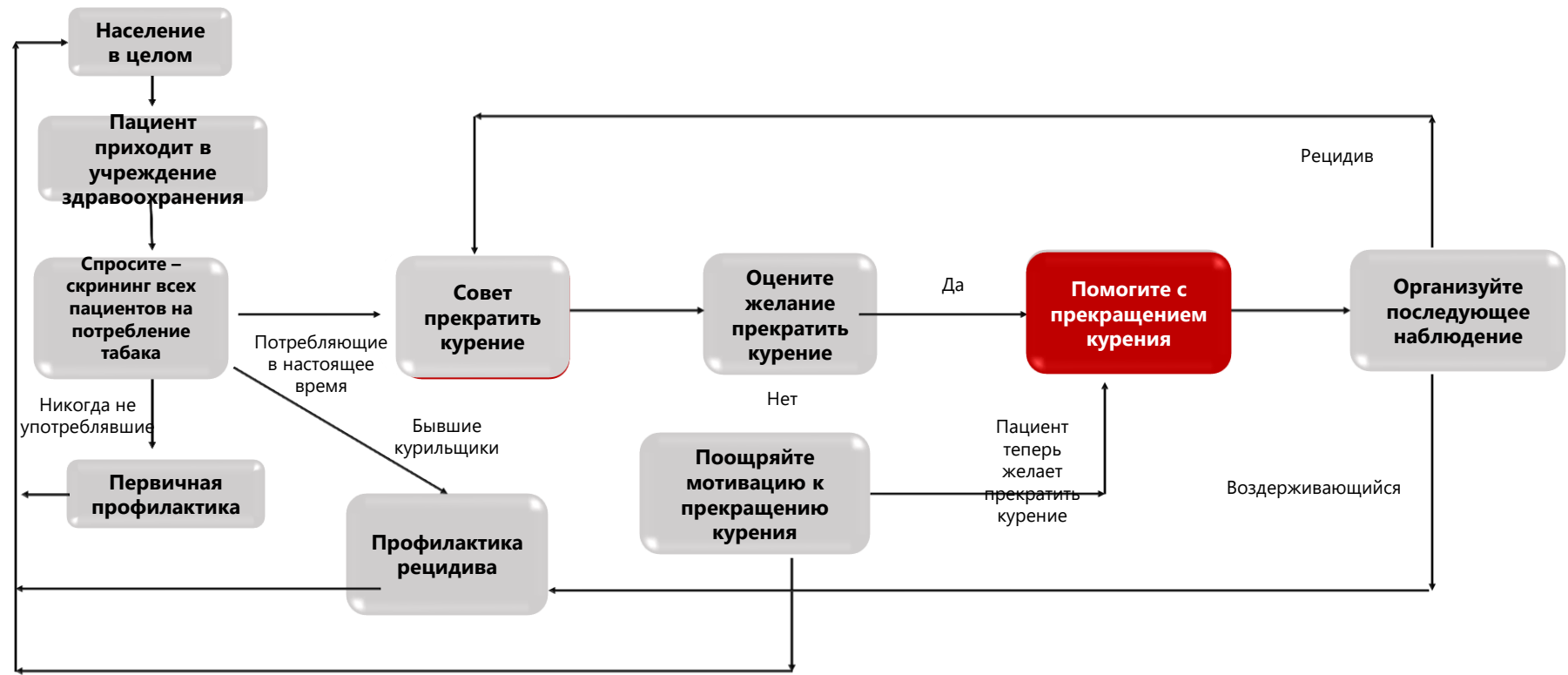


“Желаете ли Вы прекратить курение (сейчас)?”

“Желаете ли Вы предпринять попытку прекращения курения в ближайшие недели ?”

“Насколько Вы мотивированы для прекращения курения?”







- Сохраняйте не осуждающую позицию
- Усиливайте основное послание
- Поддержка имеется

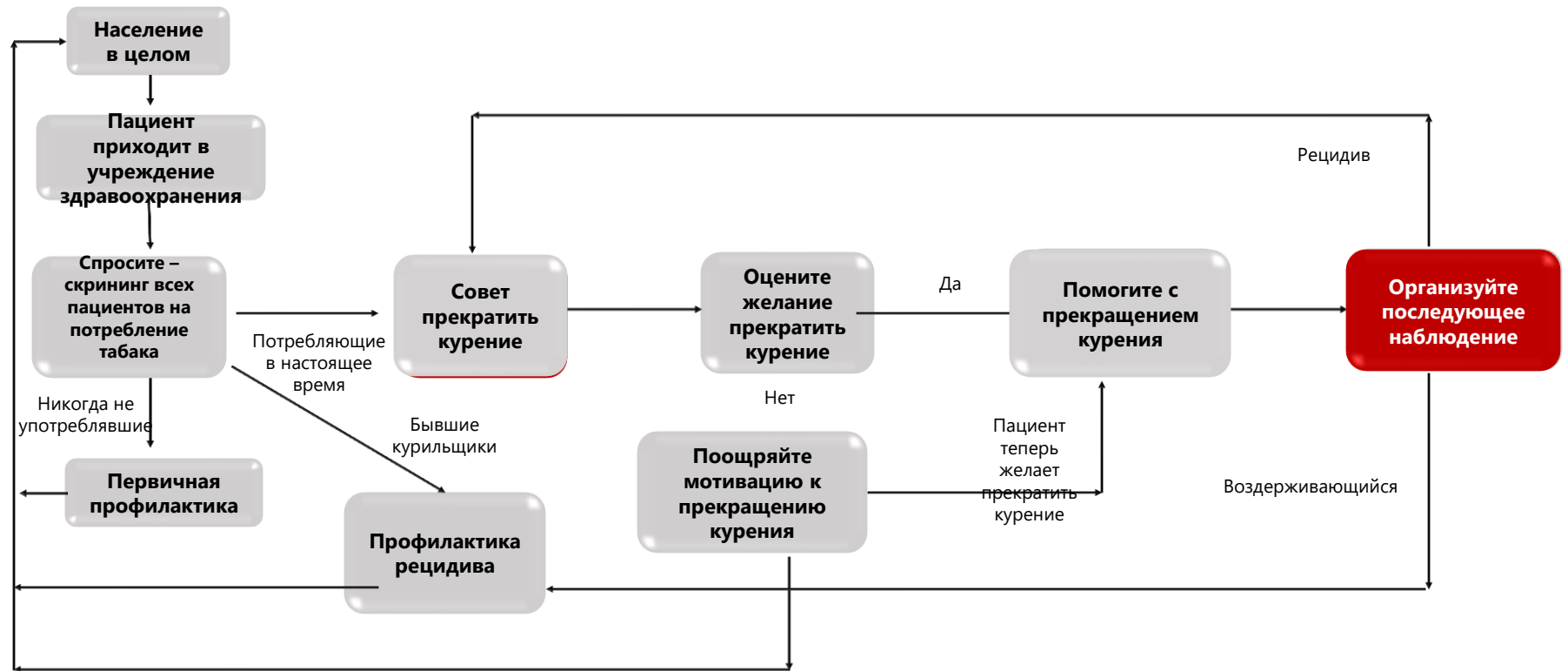


Пациенты, не желающие прекратить курение:

- Мотивационное интервью
- Сокращение курения

Лечение, основанное на научных данных, может значительно повысить вероятность успеха пациента в прекращении курения

	Без поведенческого лечения	Краткий совет	Более продолжительный совет, множественные сессии
Без лекарства или плацебо	Контрольное состояние (СС)	2 x СС	3 x СС
С лекарством	2 x СС	4 x СС	6 x СС



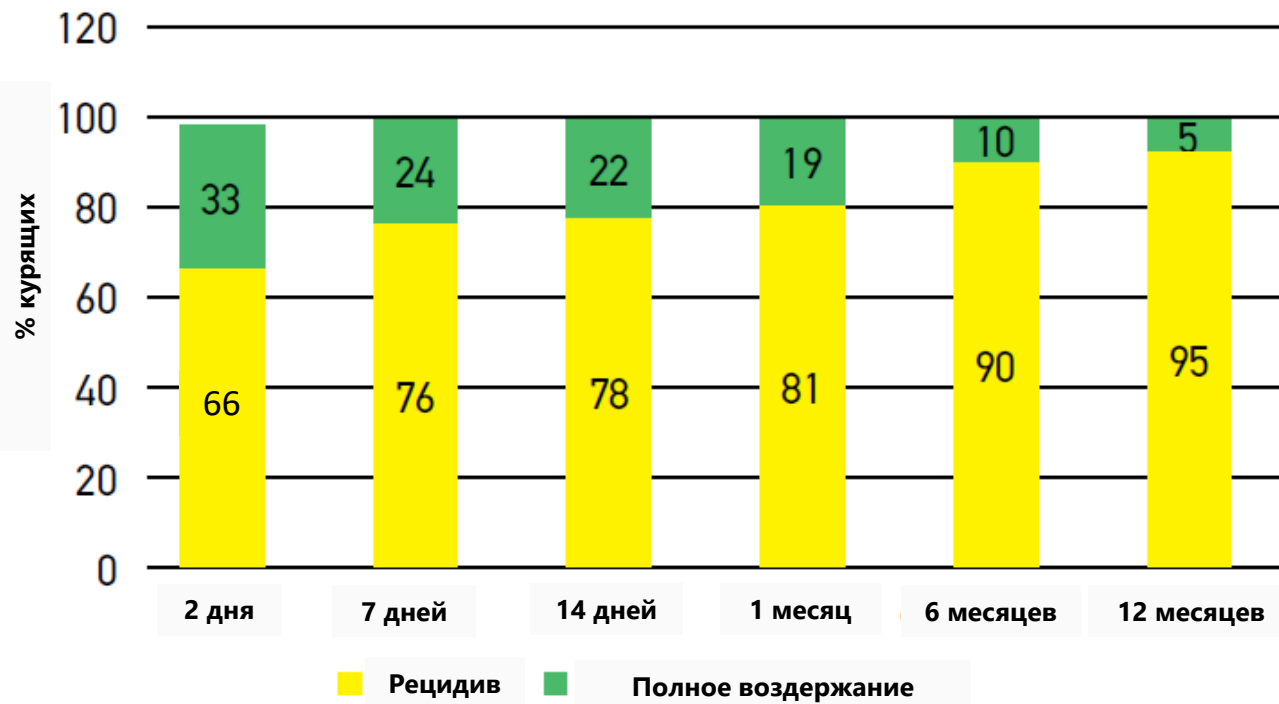


**Визит последующего
наблюдения
Раз в 2-8 недель на протяжении
2-6 месяцев**



На раннем этапе процесса прекращения курения, когда риск рецидива самый высокий, рекомендованы более частые контакты

Частота рецидивов в течение первого года – без оказания помощи



Предупреждение рецидивов

В раннем периоде прекращения курения

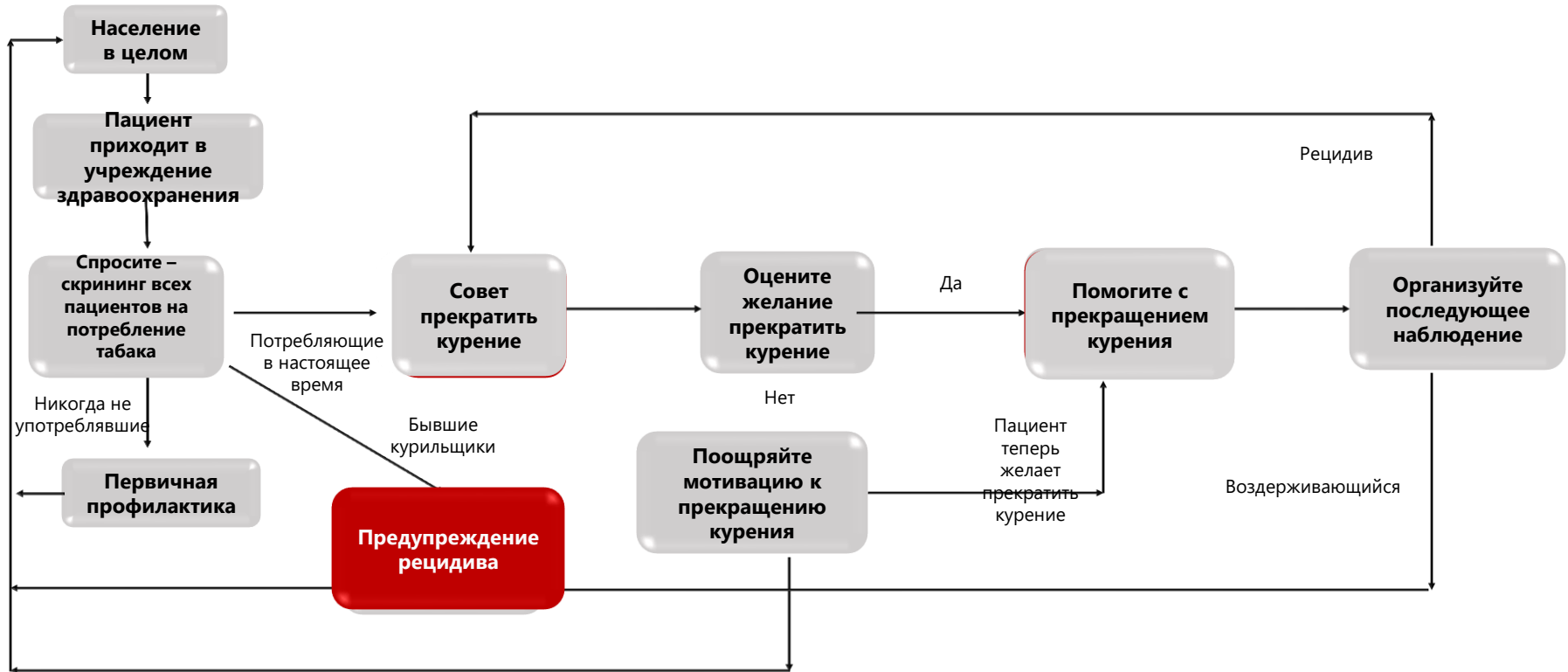
- обычно связаны с тягой и отменой

На более поздних стадиях прекращения курения

- Стресс или иные психологические факторы



Предупреждение рецидива



**Модуль 3 – Поведенческое
консультирование**

Модуль 4 – Фармакотерапия