



ENSP

**მოდული 2: როგორ
დაეხმაროთ
პაციენტს მოწვევის
თავის დანებებაში**

დაწყება

01

ჯანდაცვის პროფესიონალების როლი მოწვევის შეწყვეტაში, როგორც კლინიკური პრიორიტეტი.

02

როგორ მოახდინოთ მტკიცებულებებზე დაფუძნებული თამბაქოს დამოკიდებულების მკურნალობის ინტეგრირება თქვენს

03

კლინიკურ პრაქტიკაში 5ას სტრატეგიის გადმოცემაში. ინსტრუმენტების განხილვა პრაქტიკაში მოწვევის შეწყვეტის ხელშესაწყობად.





არაფერია უფრო მნიშვნელოვანი,
ვიდრე ჩვენი მწეველი
პაციენტებისთვის მოწევის
შეწყვეტაში დახმარების გაწევა.







უძველესი დროიდან მოხმარებას იმავ სერიოზულობით და კლინიკური მნიშვნელობით, როგორც სხვა ნებისმიერ ქრონიკულ დაავადებას

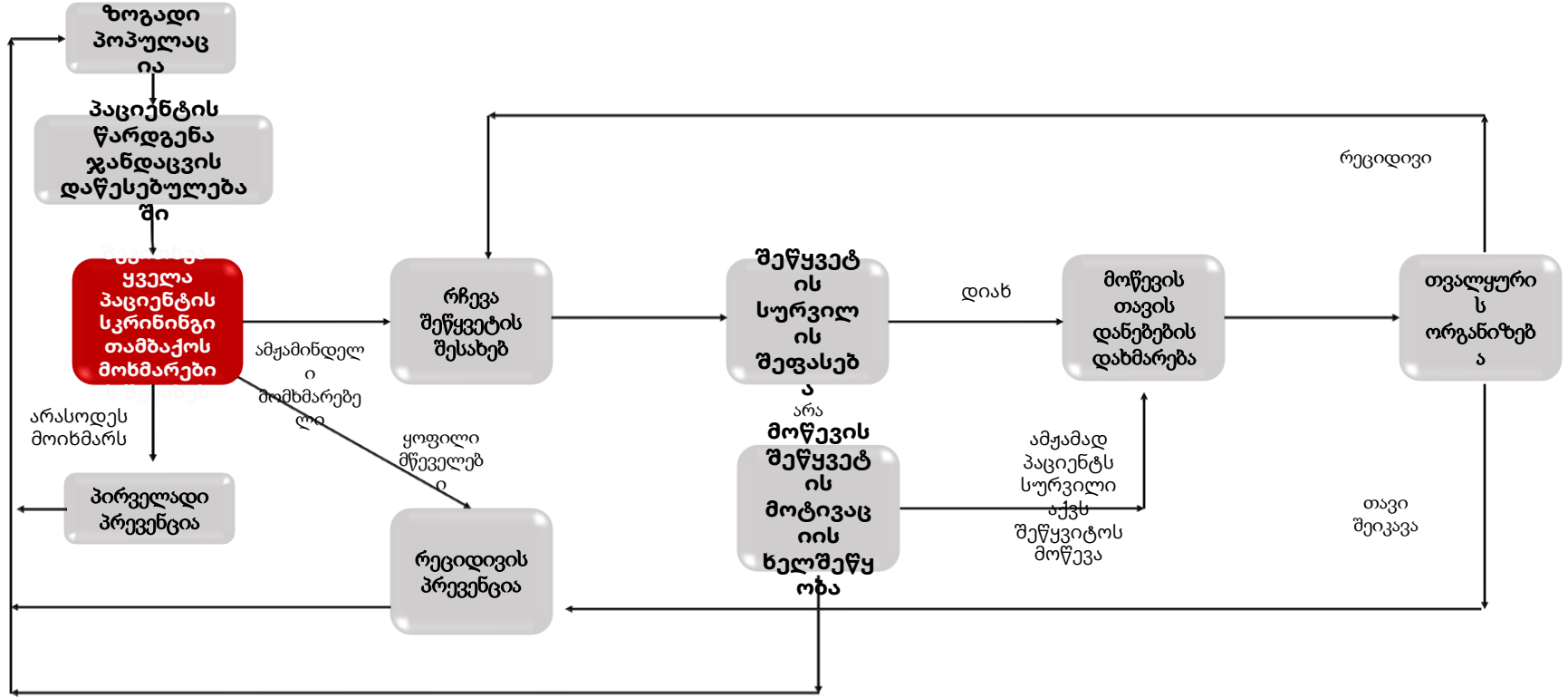


5 A
სტრატე
გია

“ხუთი ა” (5As) სტრატეგია:

- ASK-** თამბაქოს მოხმარების შესახებ 
- ADVISE-** თავის დანებების შესახებ 
- ASSESS-** მოწევის შეწყვეტის მცდელობის სურვილი 
- ASSIST-** თავის დანებების მცდელობისას 
- ARRANGE-** თვალყური 

შეკითხვა & დოკუმენტირება - 30 წამი



ეწვევით ან მოიხმართ
თამბაქოს სხვა ნაწარმს?

ეწეოდით თუ არა წარსულში ან
მოიხმარდით თამბაქოს სხვა
ნაწარმს?



- ნიკოტინდამოკიდებულების დონე
- თავის დანებების პიროვნული მიზეზები
- თავის დანებების წარსული გამოცდილება
- შფოთვის ან დეპრესიის არსებობა





1. გალვიძებიდან რამდენ ხანში ეწევით პირველ სიგარეტს?
5 წუთზე ნაკლები დრო (3)
6-30 წთ (2)
31-60 წთ (1)
60 წუთზე მეტი დრო (0)
2. თამბაქოს მოწვევისაგან თავს იკავებთ იმის გამო, რომ მოწვევა აკრძალულია ზოგიერთ ადგილებში (მაგ: ეკლესია, კინო,მატარებელი, რესტორანი და ა.შ)?
დიახ (1)
არა (0)
3. რომელ სიგარეტზე უარის ტომა იქნება თქვენთვის ყველაზე რთული?
სიგარეტი დილაობით (1)
დანარჩენი სხვა (0)
4. რამდენ სიგარეტს ეწევით დღეში?
10 ან ნაკლები (0)
11-20 (1)
21-30 (2)
31 ან მეტი (3)
5. ეწევით თუ არა უფრო ხშირად გალვიძებიდან პირველ საათებში, ვიდრე დანარჩენ დროს?
დიახ (1)
არა (0)
6. ეწევით თუ არა მაშინ თუ თქვენ იმყოფებით ისე ავად რომდესაც სახლში ხართ დაწოლილი?
დიახ (1)
არა (0)



ქულა 0-3: არა ან დაბალი თამბაქოს
დამოკიდებულება

ქულა 4-6: საშუალო თამბაქოს
დამოკიდებულება

ქულა 7-10: მაღალი თამბაქოს
დამოკიდებულება



დღის განმავლობაში მოწეული სიგარეტების რაოდენობა

რამდენ სიგარეტს ეწევით ყოველდღე?
10 ან ნაკლები
11-20
21-30
31 ან მეტი

პირველი სიგარეტის მოწევის დრო

გალვძიებიდან რამდენ ხანში ეწევით პირველ დერ სიგარეტს?
5 წუთზე ნაკლები დროში
6-30 წუთის განმავლობაში
31-60 წუთის განმავლობაში
60 წუთზე მეტი

- ნიკოტინდამოკიდებულების დონე
- მოწევის შეწყვეტის პიროვნული მიზეზები
- მოწევის შეწყვეტის წარსული გამოცდილება
- შფოთვის და დეპრესიის არსებობა



- 1 ნიკოტინდამოკიდებულების დონე
- 2 მოწევის შეწყვეტის პიროვნული მიზეზები
- 3 მოწევის შეწყვეტის წარსული გამოცდილება
- 4 შფოთვის და დეპრესიის არსებობა

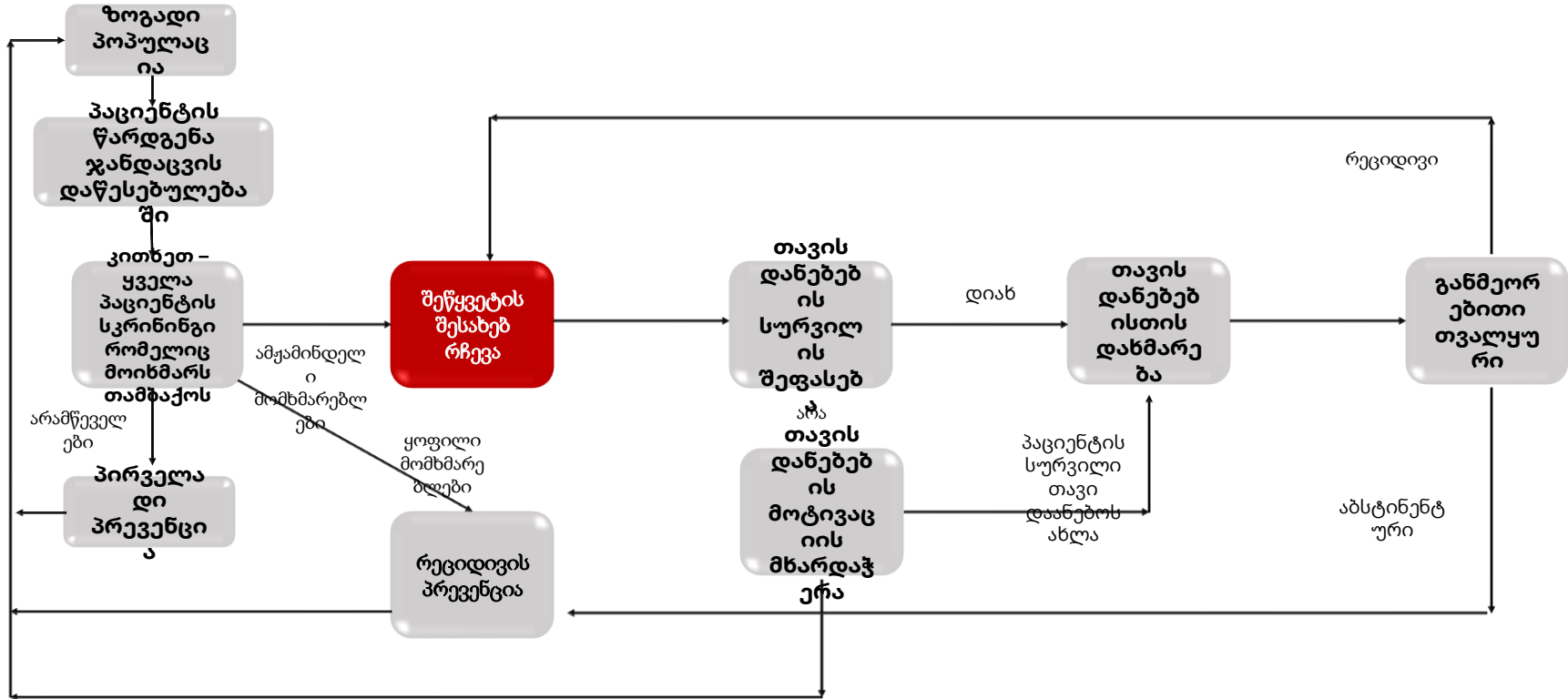




- წარსულში შეწყვეტის მცდელობების რაოდენობა
- ყველაზე ხანგრძლივი მოწევის აბსტინენციის პერიოდი
- ნებისმიერი სახის მოწევის შეწყვეტის მკურნალობა და რისგან შედგებოდა ეს მკურნალობა
- გამოდევნის სიმპტომების ნებისმიერი სახის ისტორია
- რეციდივის ნებისმიერი რისკი

- ნიკოტინდამოკიდებულების დონე
- მოწევის შეწყვეტის პიროვნული მიზეზები
- მოწევის შეწყვეტის წარსული გამოცდილება
- შფოთვის და დეპრესიის არსებობა**





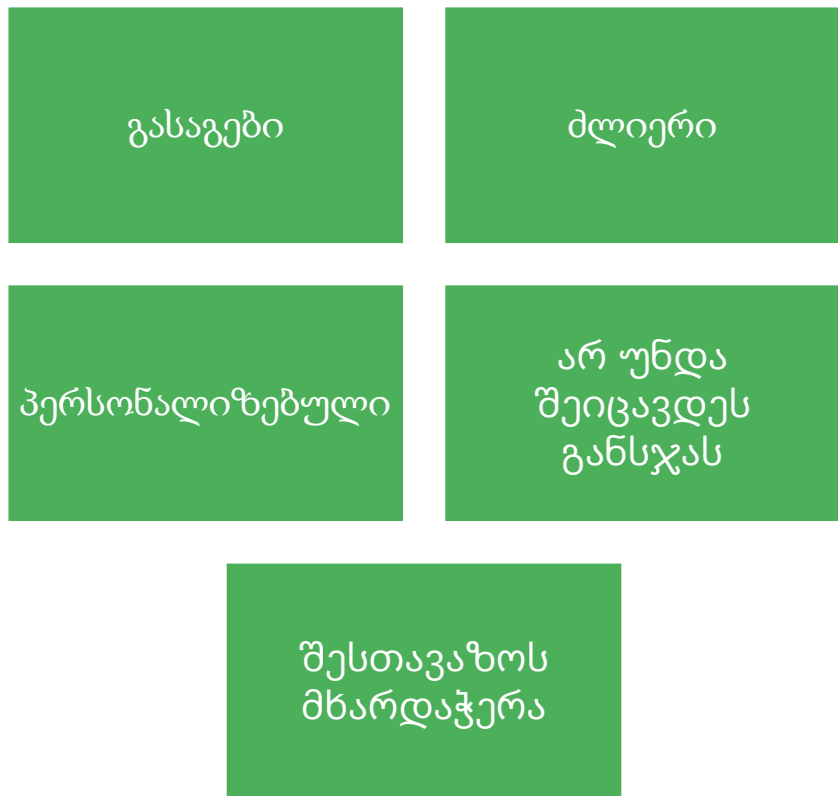


ჯანდაცვის პროვაიდერის რჩევა
მოწვევის თავის დანებების შესახებ
არის ძლიერი ინტერვენცია,
რომელიც ზრდის პაციენტის
მოტივაციას თავი
შეწყვიტოს მოწვევას.

ჯანდაცვის პროფესიონალის რჩევა ყველაზე მთავარი გარე გამოწვევაა



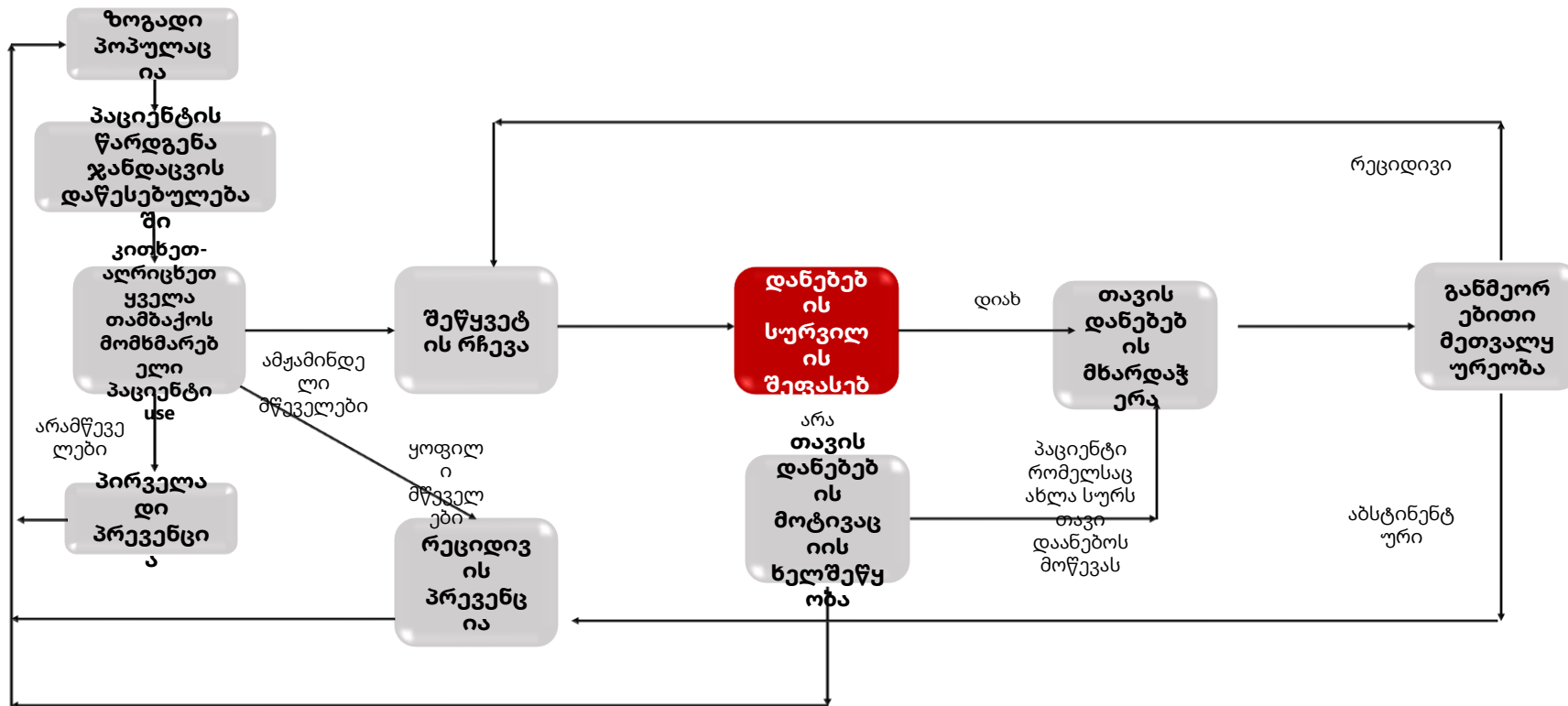
მოწვევის შეწყვეტის რჩევა უნდა იყოს:





თუ გსურთ თავი დაანებოთ მოწვევას მე
შემიძლია დაგეხმაროთ.
გაქვთ თუ არა მოწვევის თავის დაწებების
მცდელობის სურვილი ახლა?





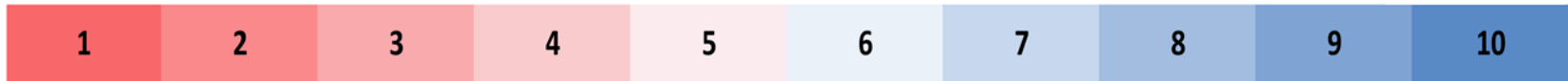
“გსურთ მოწევის თავის დანებება? (ახლა)?”

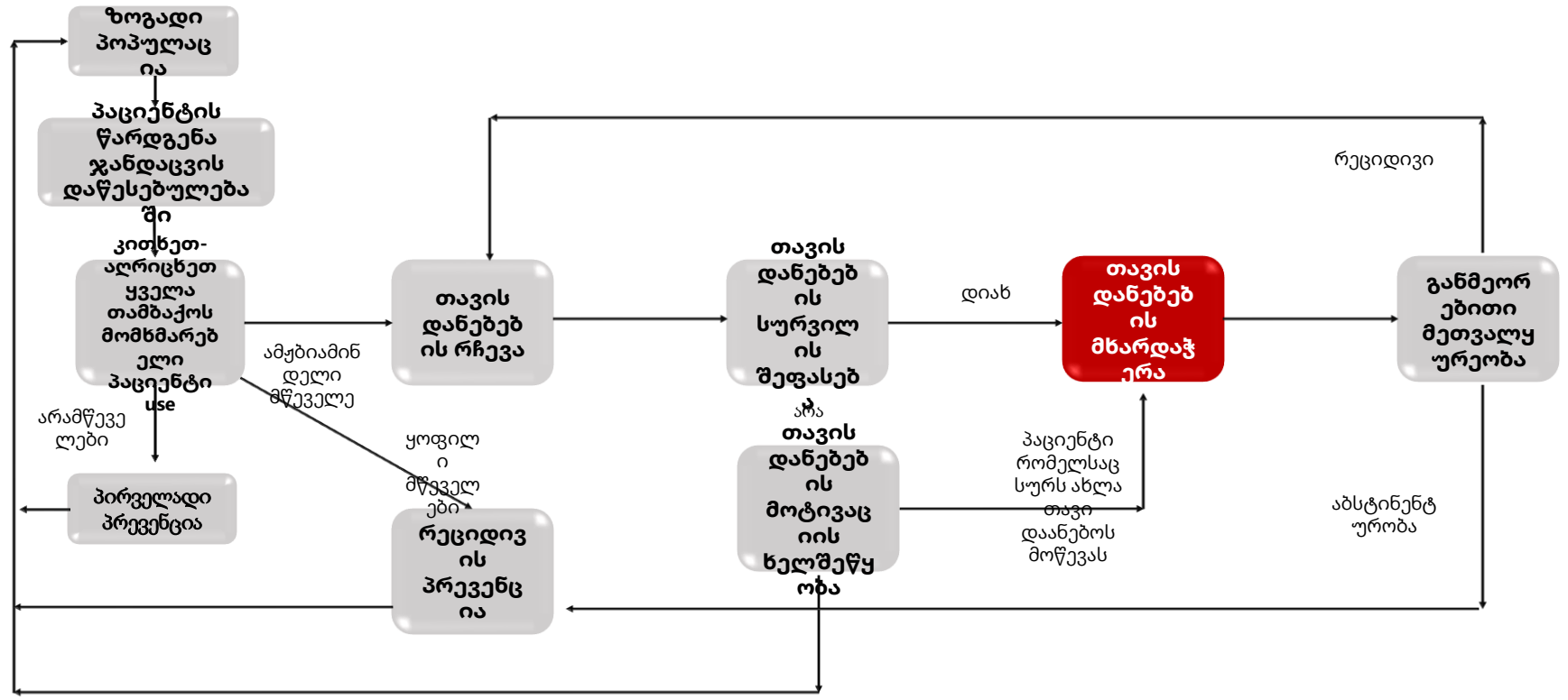
“გსურთ თუ არა სცადოთ მოწევის შეწყვეტა მომდევნო კვირებში?”

“რამდენად ხართ მოტივირებული მოწევის თავის დასანებებლად? ”

არ არის
მოტივაცია

ძლიერი
მოტივაცია







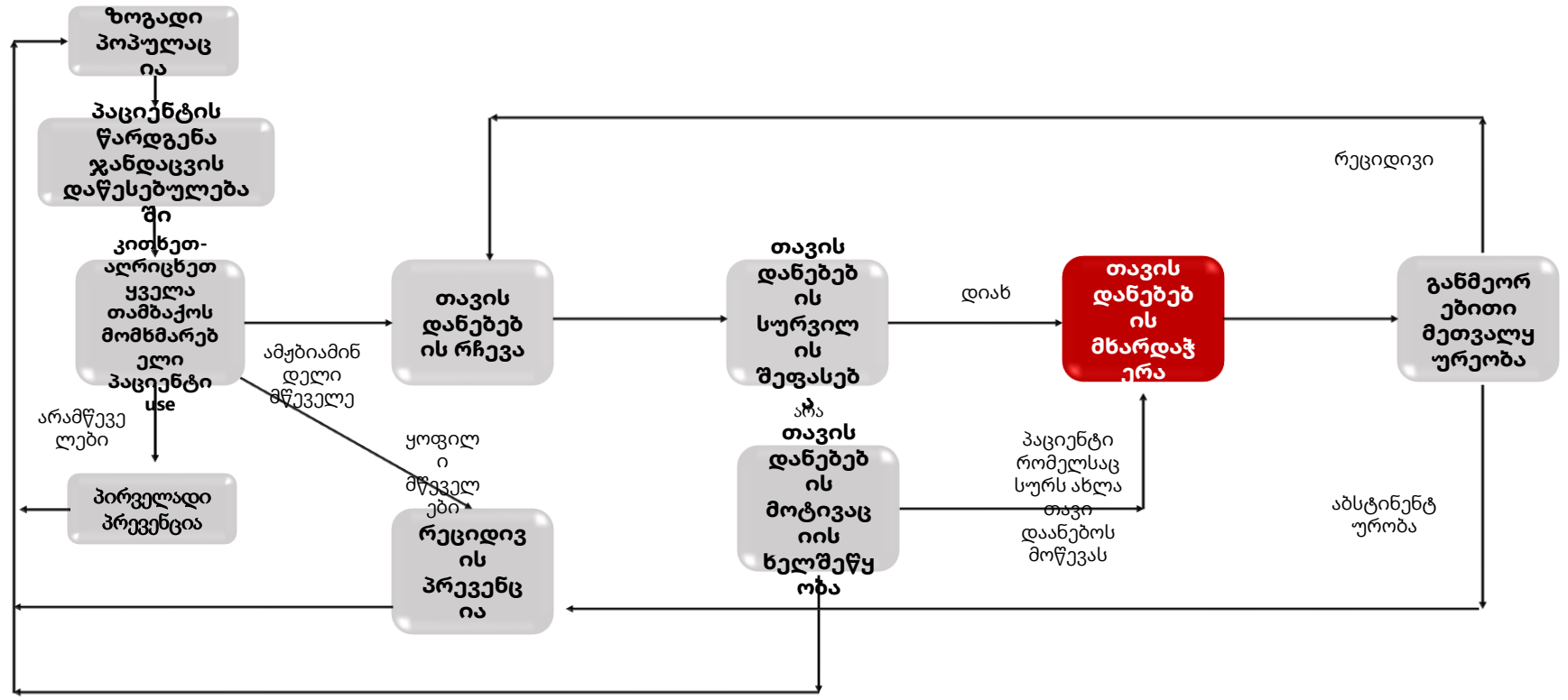
- ❑ არ განსაჯოთ
- ❑ გააძლიერეთ შეტყობინება
- ❑ მხარდაჭერა ხელმისაწვდომია



სასტიკების როლთან არ სურთ თავის დანებვა:

- მოტივაციური ინტერვიუ
- მიწოდის შიშაობა

	კურნალობაარა ქცევითი	მოკლე რჩევა	ხანგრძლივი რჩევა, მრავალფეროვანი სესიები
არა მედიკამენტი ან პლაცებო	კონტროლის მდგომარეობა (CC)	2 x CC	3 x CC
მედიკამენტები	2 x CC	4 x CC	6 x CC

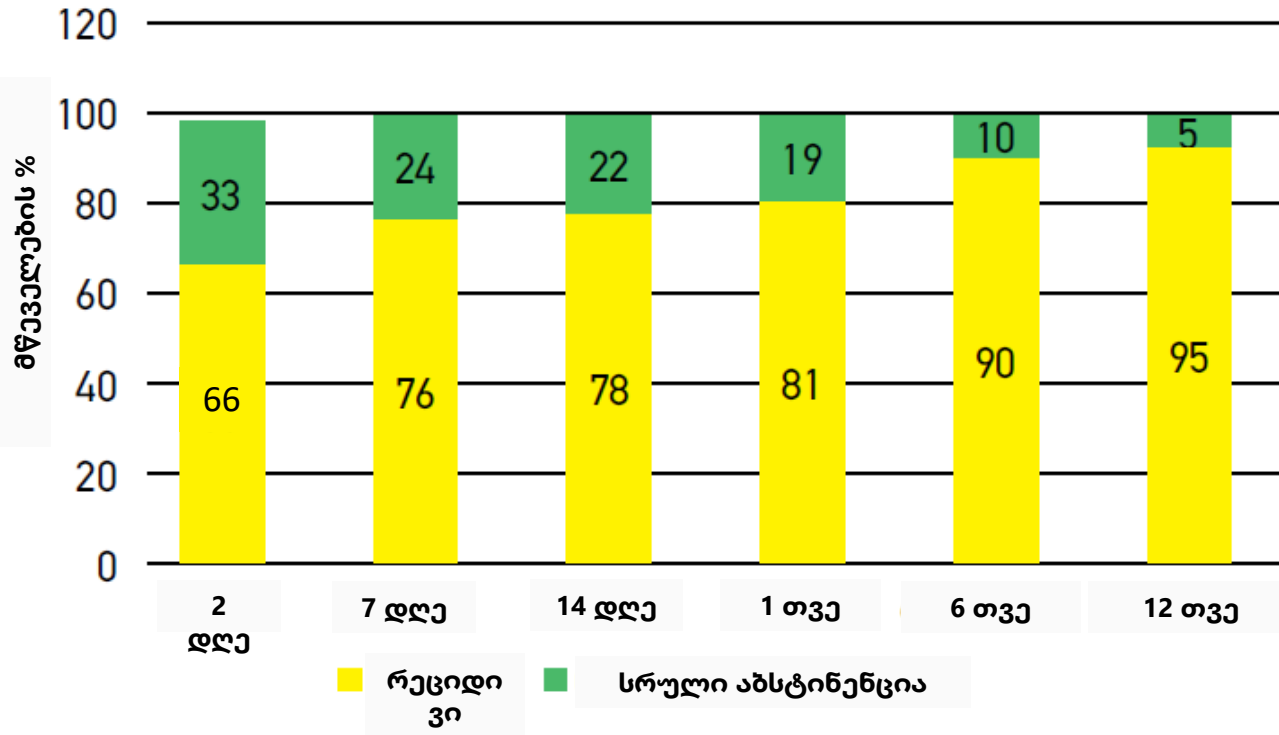




განმეორებითი ვიზიტი
ყოველ 2-8 კვირა 2-6 თვის
განმავლობაში



რეკომენდებულია უფრო ხშირი
კავშირები/კონტაქტები მოწვევის
შეწყვეტის ადრეულ ეტაპზე, როდესაც
რეციდივის რისკი ყველაზე მაღალია



რეციდივის პრევენცია

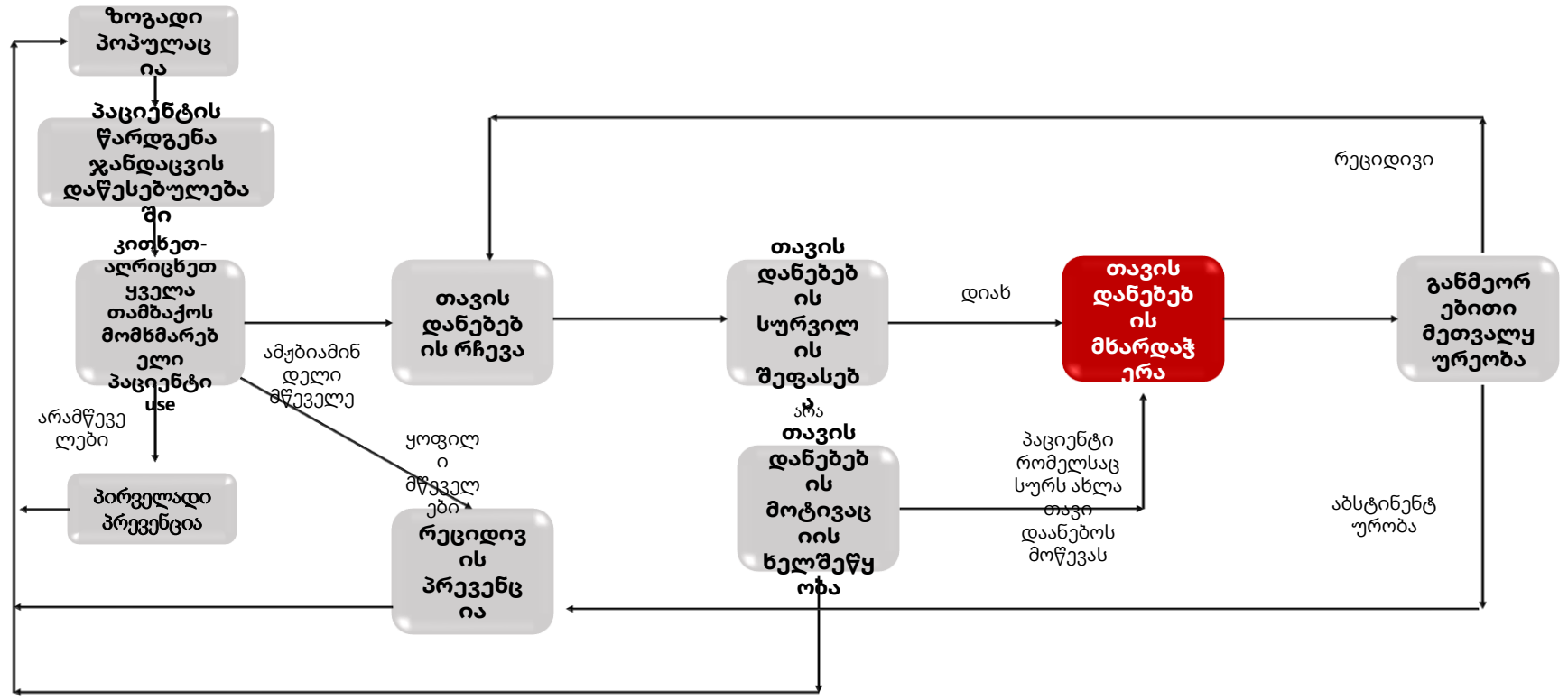
მოწევის შეწყვეტის ადრეულ პერიოდში

- ზოგადად უკავშირდება მოწევის სურვილს და გამოდევნას

მოწევის შეწყვეტის შემდგომი ეტაპები

- ეხება სტრესს ან სხვა ფსიქოლოგიურ ფაქტორებს





მოდული 3 - ქცევითი კონსულტაცია

მოდული 4 – ფარმაცოთერაპია