

Modul 3: Terapia Comportamentală Partea 2 – Creșterea motivației de a renunța



ENSP

START

01

Descrierea tehnicilor recomandate de consiliere pentru a crește motivația pacienților de a renunța la fumat.

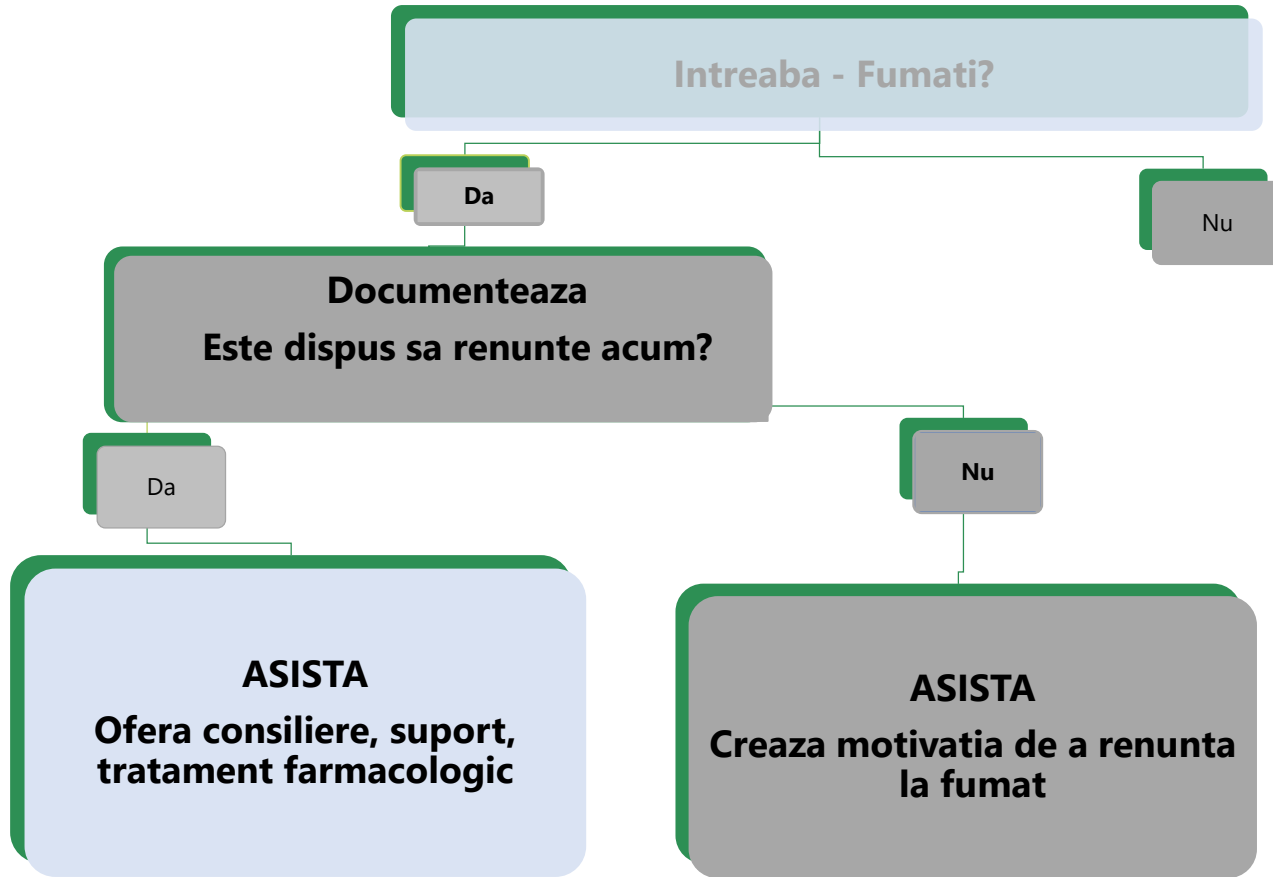
02

Descrierea principiilor cheie ale interviului motivațional.

03

Revizuirea tehnicii de reducere a fumatului în vederea renunțării.





Clinicienii ar trebui să folosească tehnicile



Relevanță

Care sunt motivele pacientului de a renunța la fumat?

Riscuri

Discutați despre riscurile de sănătate

Recompense

Discutați despre beneficiile personale ale renunțării la fumat

Blocaje

Clinicianul ar trebui să întrebe pacientul despre eventualele dificultăți ce ar putea să intervină

Repetiție

Intervențiile de renunțare la fumat ar trebui să se repete periodic până la succes



Interviul motivațional poate fi eficient în asistarea pacienților care vor să renunțe la fumat (nivel de dovadă B)



**Interviul motivational are ca incurajarea si
motivarea fumatorului de a schimba dinamica
fumatului.**

- Clinicianul se poartă ca egalul pacientului și are un rol de suport.

Clinicianul utilizează doar ideile și gândurile pacientului despre fumat, nu ale sale.

- Clinicianul respectă autonomia pacientului și capacitatea sa de a lua decizii.



Cere permisiunea

Întrebări cu final deschis

Denotă un comportament pozitiv

Fă un sumar a ceea ce s-a discutat

Reflectează asupra a ceea ce se spune




...cu c... avut dif...
...m... în trecu...
...privire la simptome...
...dar sunt aici sa te d...

Abordarea clasică:


- De ce nu vrei să renunți la fumat?
- Nu vrei să te simți mai bine?
- Tensiunea arterială a crescut, de ce crezi că s-a întâmplat asta?

Interviul motivațional:

- Care sunt lucrurile bune pe care ți le oferă fumatul?
- Care sunt efectele negative ale fumatului pentru tine?
- Ce intenționezi să faci legat de fumat?

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

*Ai mai încercat în trecut să renunți?
De câte ori? Cât timp a durat?*

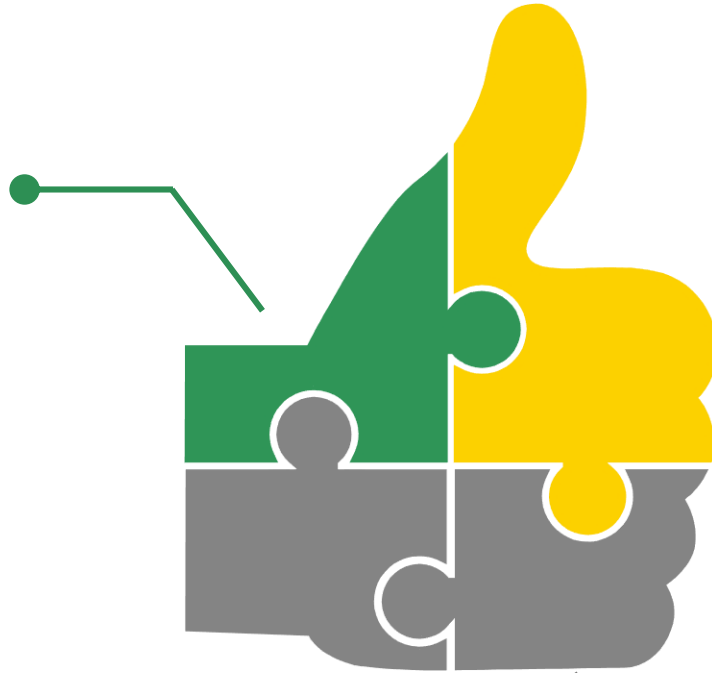
A middle-aged man with grey hair, wearing a black and white plaid shirt and blue jeans, stands on the right side of the slide. He has his hand to his chin in a thoughtful pose.

*De ce ar fi nevoie pentru a crește
șansele de reușită?*

*Cum te-ai simțit? De ce ai început iar
să fumezi?*

Oferă suportul

“Fumatul îți afectează capacitatea pulmonară și modul în care faci efort fizic”



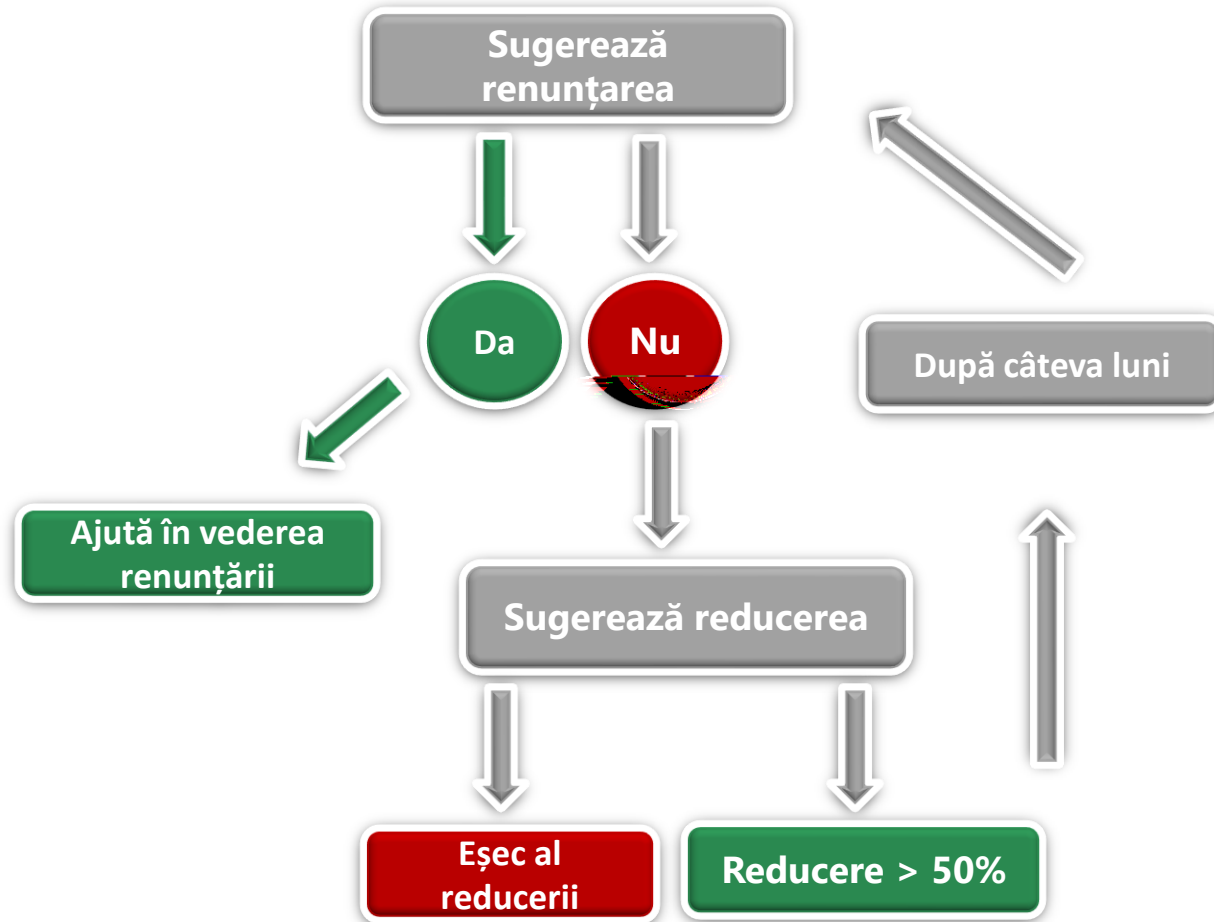
Susține dreptul pacientului de a respinge schimbarea

“Înțeleg că nu ești pregătit să renunți la fumat acum. Când vei fi, voi fi aici să te ajut”

Interviul motivațional trebuie să ajute și să sprijine pacientul. Dacă întâmpinați rezistență, retrageți-vă și încercați mai târziu.



**Reducerea în
vederea
renunțării**



Utilizarea TSN

Utilizarea TSN este recomandată ca parte a procesului de reducere în vederea renunțării la pacienții care au un nivel de dependență nicotinică mare.

Utilizarea Vareniclinei

Utilizarea vareniclinei ca parte a reducerii fumatului a fost demonstrată a fi efectivă printr-un studiu clinic.

Comunicați-i încrederea dvs în reușită

1

2

Reîntăriți importanța renunțării la fumat și efectele pozitive

Felicitați și cele mai mici succese

3



Modul 4 - Farmacoterapia