

**Модуль 3:
Поведенческое
консультирование
Часть 1**

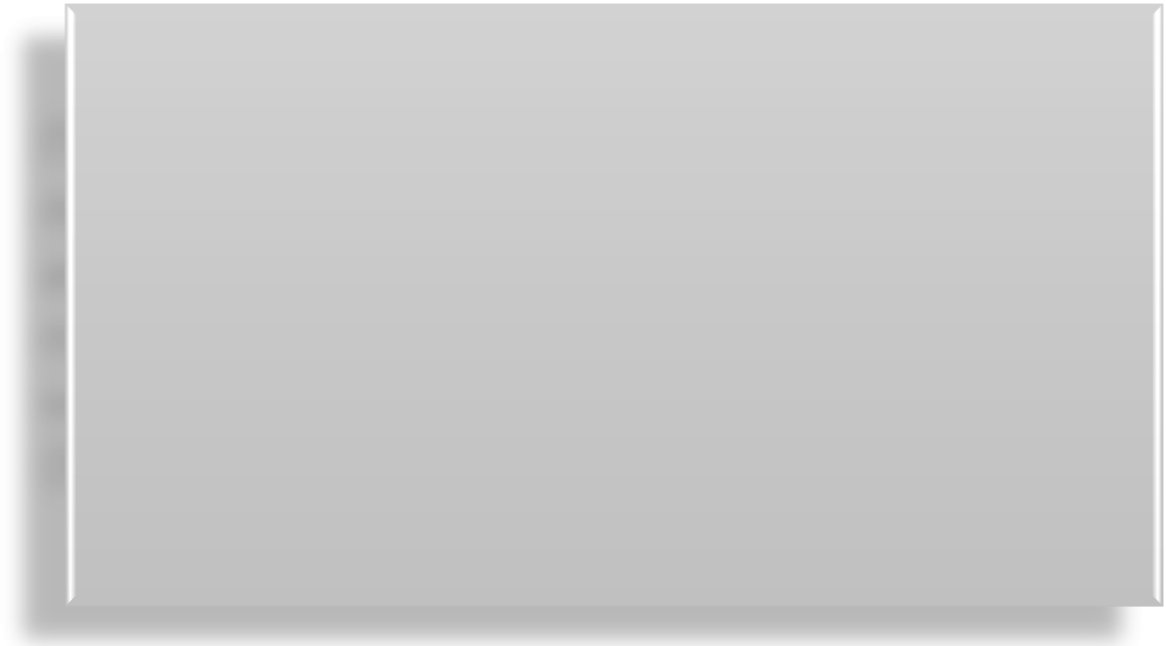


ENSP

НАЧАТЬ

После завершения Курса Вы сможете:







Навыки, как справляться с ситуациями, когда они обычно курят

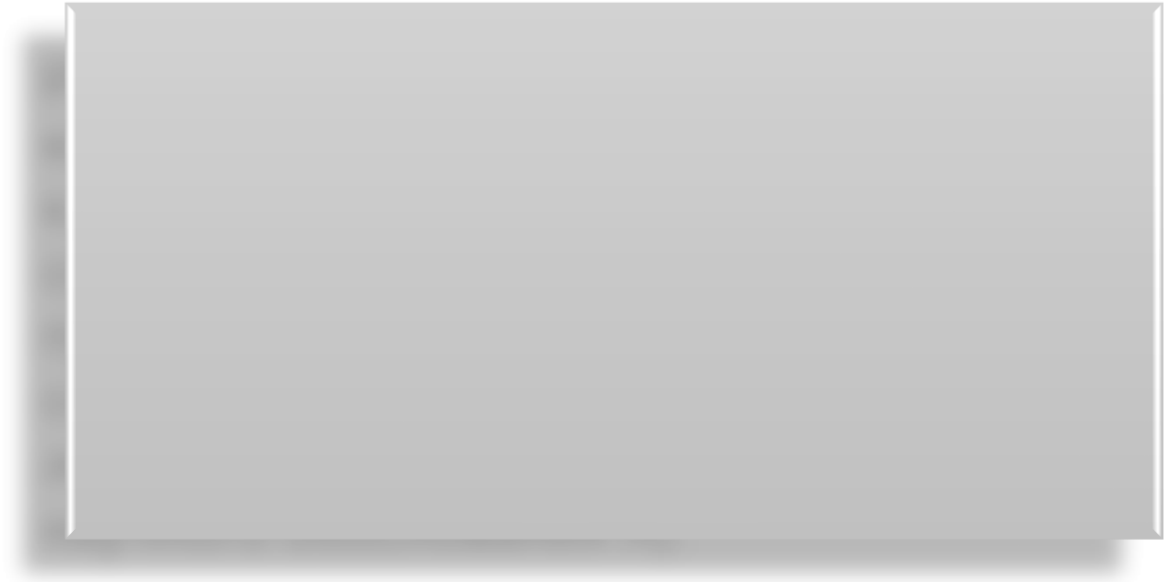
Облегчает физиологические симптомы отмены



- Выявите поведенческие причины курения, долгосрочные и немедленные факторы курения, которые приводят человека к курению
- Повышайте мотивацию по прекращению курения и уменьшайте опасения в связи с прекращением курения и приобретением статуса некурящего человека
- Научите справляться с эмоциями



- Краткий совет (3-5 минут)
- Врачом пациента
- Направление в специализированное подразделение службы по прекращению курения



Самопомощь	Включает печатные, видео или онлайн материалы, которые помогают самостоятельно прекратить курение.
Краткий совет врача/ профессионального работника здравоохранения	Устные инструкции врача или иного профессионального работника здравоохранения, содержащие послание о «прекращении курения», продолжительностью 3-5 минут.
Индивидуальное консультирование	Индивидуальное консультирование определяется как личная встреча, продолжительностью более 10 минут, между пациентом и консультантом, получившим подготовку в области оказания помощи по прекращению курения.
Групповое консультирование	Консультационная поддержка , проводимая в малых группах. Чаще всего в качестве фасилитатора выступает консультант, получивший подготовку в области прекращения курения.
Телефонное консультирование	Телефонные службы предоставляют информацию и поддержку для курильщиков, часто в рамках финансируемых правительством «линий помощи», обеспечивающих проактивные (инициируемые консультантом) или реактивные (инициируемые курильщиком) телефонные контакты.
Через Интернет	Услуги, предоставляемые онлайн в формате самопомощи или интерактивном
Текстовые сообщения	Консультационная поддержка и руководство предоставляются через текстовые сообщения. Часто применяется для усиления воздействия на участников



Рекомендация Европейского Руководства ENSP







СПРОСИТЕ – Употребляет ли пациент табак?

Да

Нет

ОЦЕНИТЕ
Желает ли он/она прекратить курение сейчас?

Да

Нет

ПОМОГИТЕ

Предоставьте практическое консультирование, поведенческую поддержку, фармакотерапию

ПОМОГИТЕ

Создайте мотивацию по прекращению курения

Помощь по прекращению курения для мотивированного пациента



СПРОСИТЕ- Употребляет ли пациент табак?

Да

ОЦЕНИТЕ
Желает ли он/она прекратить курить сейчас?

Да

ПОМОГИТЕ
Предоставьте практическое консультирование, поведенческую поддержку, фармакотерапию

ПОМОГИТЕ
Создайте мотивацию по прекращению курения

КПТ широко оценивалась в тщательных клинических исследованиях и имеет надежное эмпирическое обоснование, как эффективный метод для повышения показателя воздержания от курения.



- ❑ КПТ структурирована, ориентирована на цель и сфокусирована на неотложных проблемах, с которыми встречается пациент, делающий попытку прекращения курения
- ❑ КПТ предусматривает акцент на развитии новых ценных навыков, помогающих людям прекратить курение и сохранять воздержание от курения
- ❑ Включает совершенствование навыков на практике



1

2

3

- ❖ Мотивы прекращения курения
- ❖ Сомнения в связи с прекращением курения
- ❖ Прошлый опыт прекращения курения и потенциальные извлеченные уроки
- ❖ Персональные триггеры курения и ситуации высокого риска, которые повышают риск рецидива



Установите “Дату прекращения курения”



Подчеркните важность соблюдения «правила ни одной затяжки».

Курение (даже одна затяжка) повышает вероятность полноформатного рецидива.





Five empty, rounded rectangular green boxes stacked vertically, intended for notes or a checklist.



Five empty, rounded rectangular green boxes stacked vertically, intended for writing advice.

**Объясните, что такое
никотиновая зависимость
и процесс прекращения курения**

Предоставьте основную информацию о курении и успешном прекращении курения









**«Привычный порядок» курения –
повседневные обстоятельства, которые
пациенты связывают с курением**



«Триггер»

ситуациями высокого риска





- ❖ Выявите ситуации высокого риска, в которых пациент может стремиться к курению
- ❖ Обсудите альтернативные реакции на триггеры и стресс, иные, чем курение
- ❖ Обсудите, как сократить подверженность ситуациям высокого риска

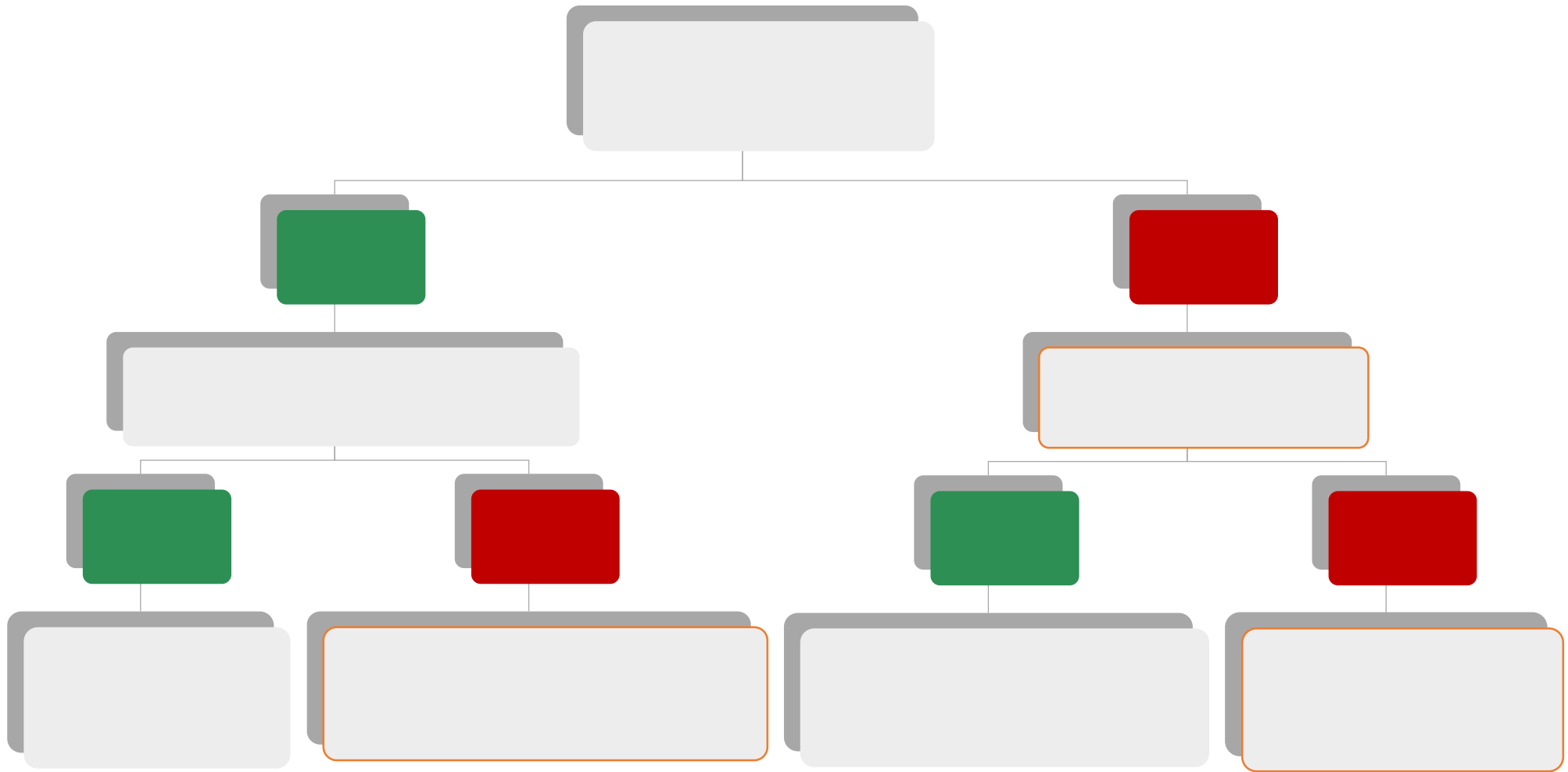




“Важно, чтобы Вы продолжали прием лекарства в течение всего курса лечения”

“Пожалуйста, обязательно поговорите со мной, если у Вас появятся вопросы по приему лекарств”

Пациенты, недавно прекратившие курение





*Вы все еще испытываете
потребность/сильное желание
курить?*

*Что требуется для того,
чтобы еще более повысить
для Вас вероятность
прекращение курения?*

**Модель 3 - Поведенческое
консультирование**

**Часть 2 – Повышение мотивации пациента
по прекращению курения**