

**Modul 3: Vedenjsko  
svetovanje  
2. del – Krepitev  
motivacije pacientov za  
opuščanje kajenja**

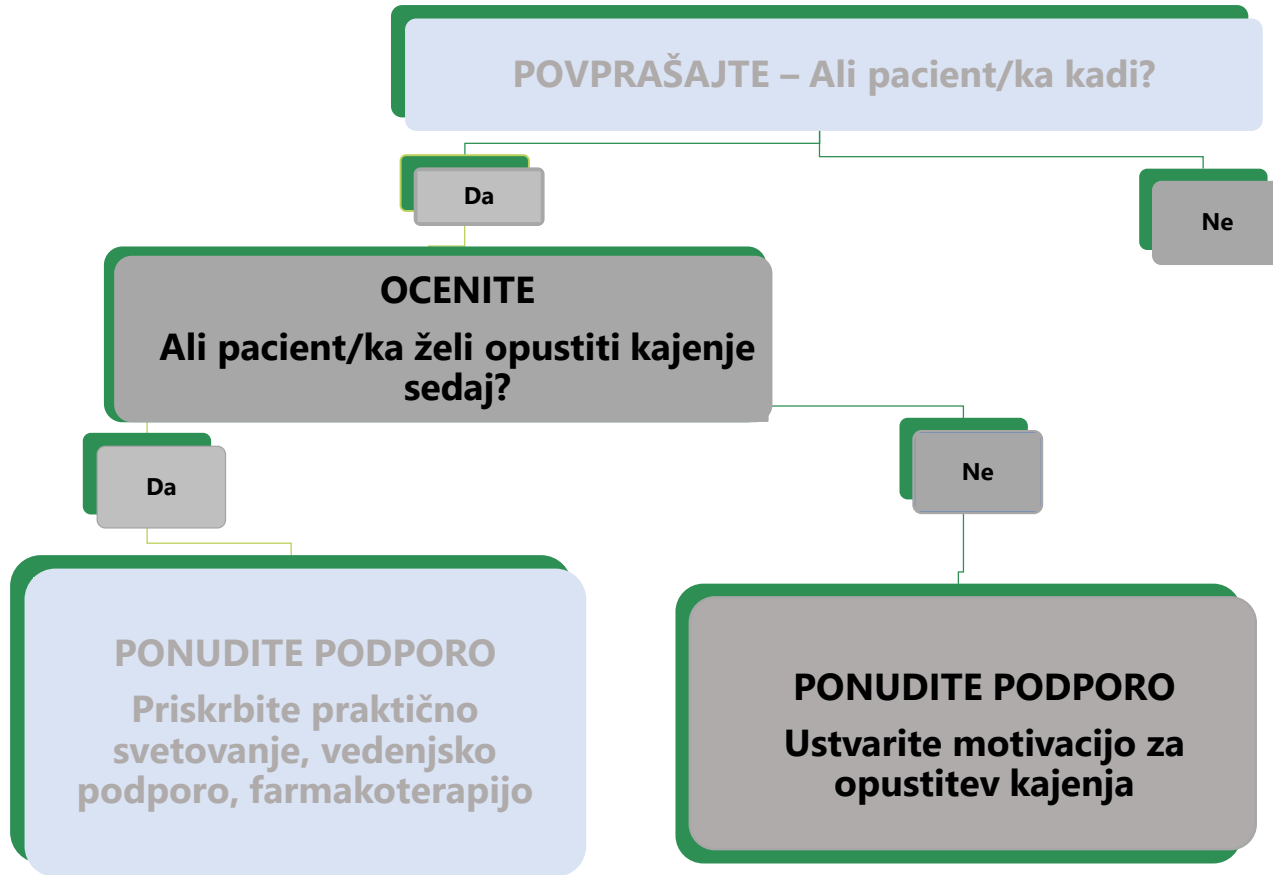


**ENSP**

**START**

Po zaključku tečaja boste znali:





**motivacijske tehnike**



**Pomembnost (Relevance)**

**Tveganja (Risks)**

**Nagrade (Rewards)**

**Ovire (Roadblocks)**

**Ponovitve (Repetition)**

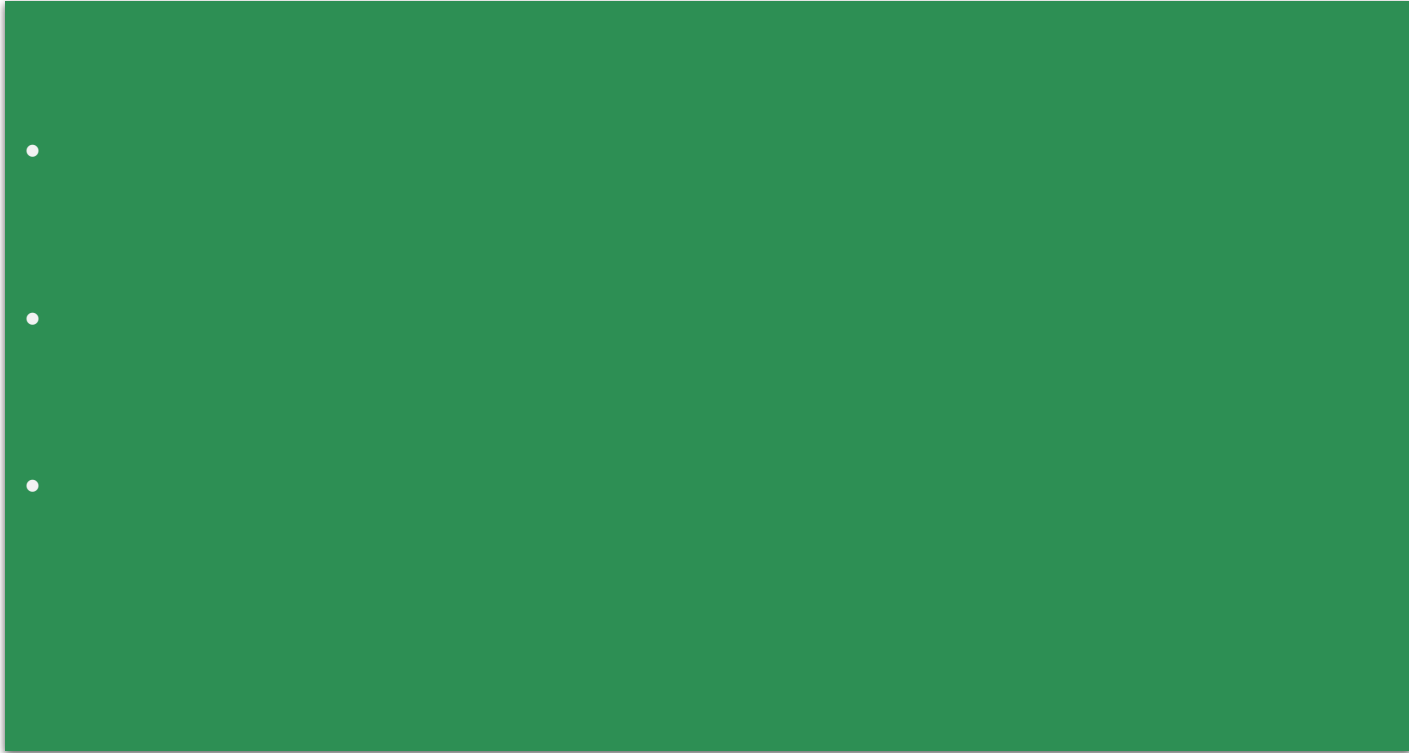


## *Priporočilo Evropskih smernic ENSP za odvajanje od kajenja:*

**Motivacijski**



**Motivacijski**





Prositate za  
dovoljenje

Vprašanja odprtega  
tipa

Krepite pozitivno  
govorjenje in vedenje

Razmišljajte o povedanem  
in slišanem

Povzemite povedano



**PR  
A  
V  
I  
LA**

**Uprite se  
refleksu  
popravljanja**

**Razumite  
motivaciju  
pacienta**

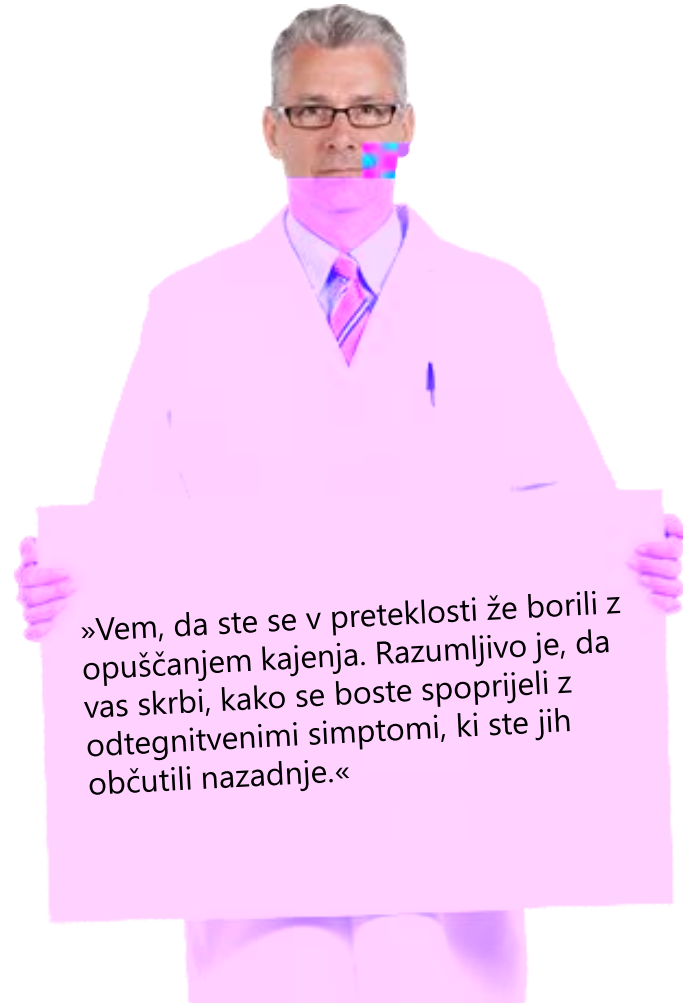
**Poslušajte  
pacienta**

**Okrepite  
pacienta**

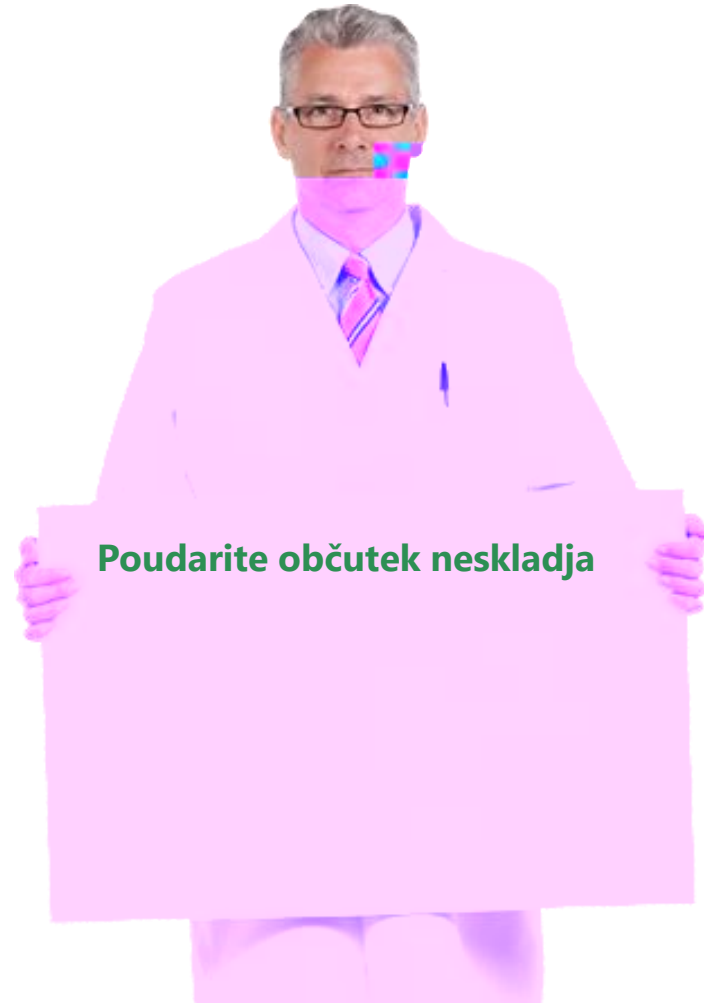


**Načela  
MR**





»Vem, da ste se v preteklosti že borili z opuščanjem kajenja. Razumljivo je, da vas skrbi, kako se boste spoprijeli z odtegnitvenimi simptomi, ki ste jih občutili nazadnje.«




## Standardni pristop:

## Motivacijski razgovor:

- 
- 
- 

- 
- 
-

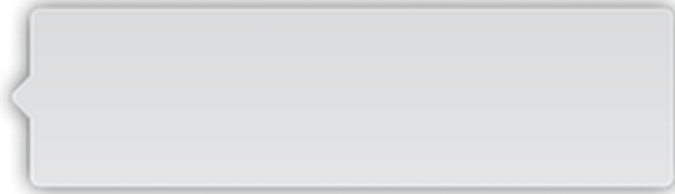
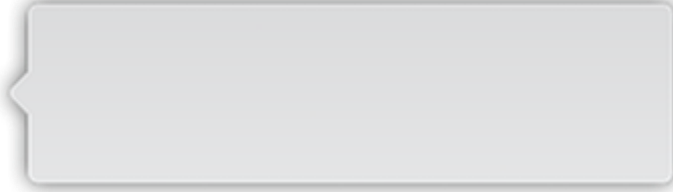
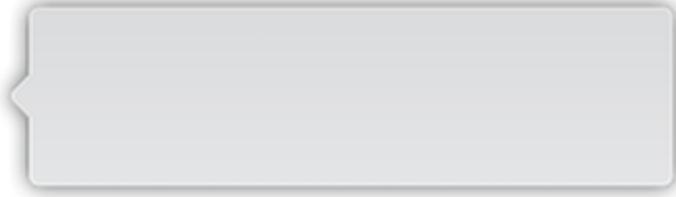
A middle-aged man with grey hair and glasses, wearing a white lab coat over a blue shirt and a striped tie, stands on the left side of the slide, gesturing with his hands as if speaking.

Na lestvici od 1 do 10 prosim izberite, kako pomembna je za vas opustitev kajenja.

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

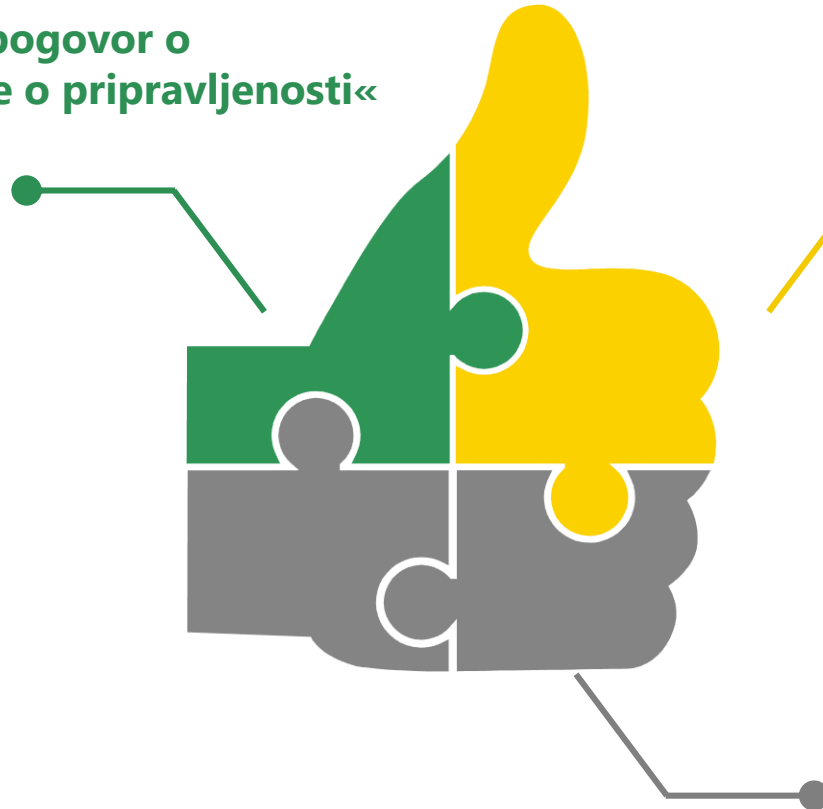
Hmmm ...X od 10

Krasno! Kako to, da niste izbrali manj?



## Okrepite in podprite »pogovor o spremembi« in »besede o pripravljenosti«

Torej opažate, da kajenje vpliva na vaše dihanje in da zato težko sledite svojim zelo aktivnim otrokom.«



## Podprite pacientovo pravico, da zavrne spremembo.

»Razumem, da sedaj še niste pripravljeni opustiti kajenja. Na voljo vam bom, ko boste želeli poskusiti.«”

## Plavajte s tokom odpora

Motivacijski razgovor bi moral biti bolj podoben plesu kot boju. Ko se pacient začne upirati in noče nadaljevati razprave, odnehajte.

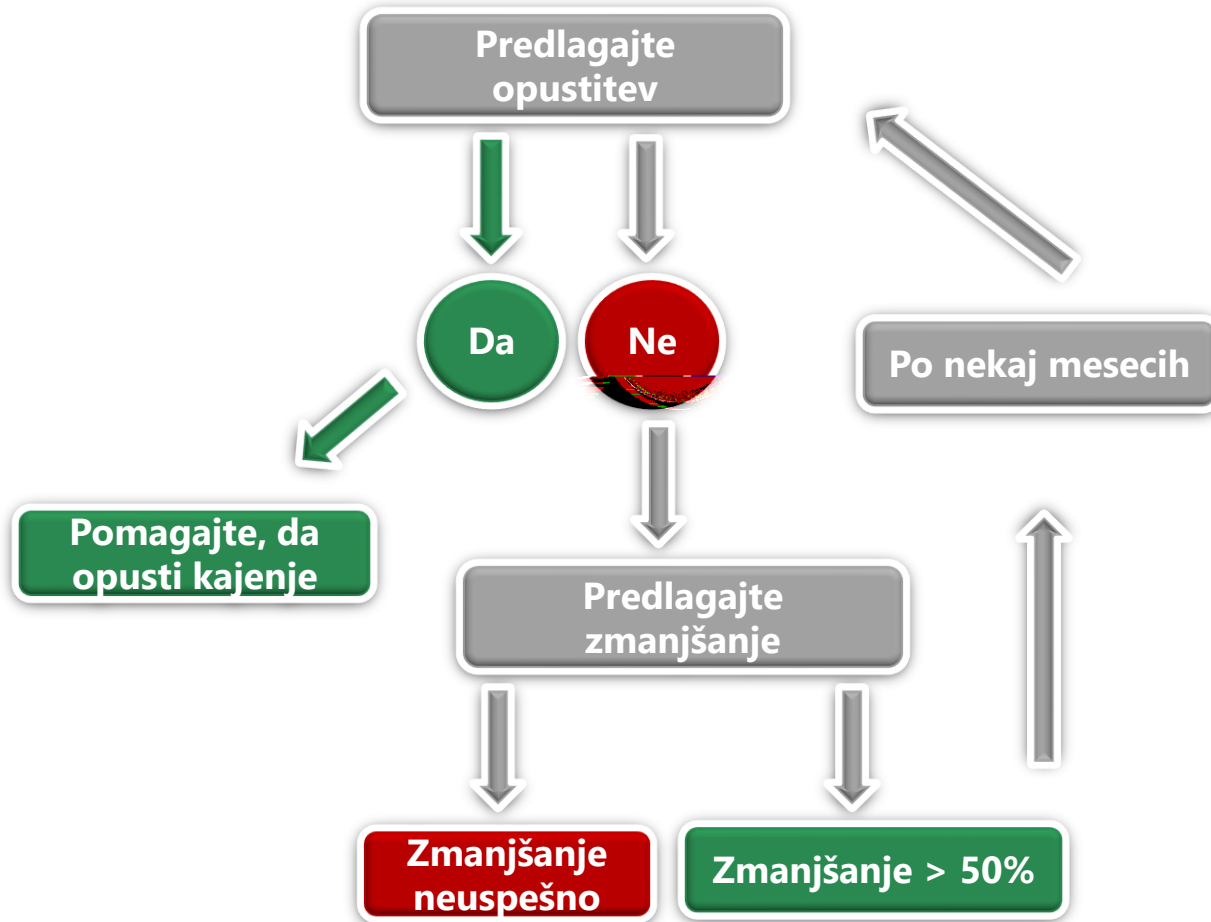


Izrazite razumevanje glede tega, kako težko je lahko opuščanje kajenja.

Izrazite pripravljenost, da mu pomagate pri opuščanju.







**Uporaba NNT**

**Uporaba Vareniklina**

1

2

Ponovno poudarite, kako pomembno je opustiti kajenje.

Pohvalite ga tudi za manjše uspehe.

3



# Modul 4 – Farmakoterapija