



EN

European Network
for Smoking and Tobacco Addiction

Data:...

Emri:...

Moshë:...

Profesioni:...

Pacient me risk të lart:

Vlerësimi fillestar (Ju lutemi merrni parasysh përgjigjet e fletës së shqyrtimit)

PYET

**Niveli i varësisë ndaj
nikotinës**

**Përvojat e kaluara me
ndërprerjen**



	7. Ndonjë faktor risku për rifillim? P.sh. familja dhe / ose miqtë që pinë duhan, njerëzit që pinë duhan në shtëpi	Po <input type="radio"/> Jo <input type="radio"/> Nëse po, ju lutemi i rendisni më poshtë: 1..... 2..... 3..... 4..... 5.....
Prania e ankthit ose depresionit	Rezultati i ankthit (nga fleta e shqyrtimit)	n=
	Rezultati i depresionit (nga fleta e shqyrtimit)	n=
Këshillo për të lënë - Këshillat duhet të jenë të forta, të qarta, të personalizuar dhe jo gjyqese		
VLETSO motivimin për të lënë	Rezultati i motivimit për të lënë (nga fleta e shqyrtimit)	n=
NDIHMO me ndërprerjen – pacient jo i motivuar për ndërprerje	1) Intervistimi motivues 2) Sugjeroni qasjen e reduktimit për të lënë (reduce to quit) 3) Vlerësoni përsëri gatishmërinë në takimin tjetër	
NDIHMO me ndërprerjen – pacient i motivuar për ndërprerje	Motive personale për heqje dorë nga pirja e duhanit	Arsye shëndetsore <input type="radio"/> Familja/fëmijët <input type="radio"/> Pamja e jashtme <input type="radio"/> Nuk më pëlqen më pirja e duhanit <input type="radio"/> Kostoja e cigareve <input type="radio"/> Tjetër:.....
	Shqetësimet për ndërprerje (Informoni pacientin që simptomat e tërheqjes zakonisht arrijnë maksimalin 1-2 javë pas ndërprerjes, por mund të vazhdojnë me muaj dhe se kjo është një pjesë normale e procesit të ndërprerjes. Rishikoni simptomat tipike të tërheqjes, përfshirë ndryshimeve në humor. Përmendni se dëshirat në përgjithësi janë intensive për 3 deri (ënc)1 uintr	



Për secilin nga këta faktorë / situata me rrezik të lartë, ju lutemi përcaktoni një plan: 1..... 2..... 3..... 4..... 5.....	
Vendosni një "Datë Ndërprerje"	Data:.....
Jepni këshilla praktike për ndërprerjen	<ul style="list-style-type: none"> • Strategjita e 4D-ve për të përballuar dëshirat (Vonohu, Shkëputu, Pi ujë, merr frym thellë) • I thoni miqve dhe familjes që po hiqni dorë nga duhani dhe kërkoni ndihmën e tyre • Identifikoni një person mbështetës (nëse është e përshtatshme) • Shkruani në një copë letër arsyet pse ai / ajo dëshiron të lëri duhanin dhe ta mbajë atë në një vend të dukshëm • Identifikoni se çfarë ai / ajo do të zëvendësojë në mënyrë optimale gjestin e pirjes së duhanit • Identifikoni situatat kur ai / ajo mund të tundohet të pijë duhan dhe të marrë në konsideratë planin për atë që duhet të bëjë në vend të kësaj • Hidhni të gjitha cigaret, tavullat dhe çakmakët • Bëni një përpjekje të vetëdijshme për të mos qenë rreth njerëzve që pinë duhan • Ndryshoni rutinat e përditshme, zakonet ose ambientet që lidhen me pirjen e duhanit • Shmangni vendet në të cilat mund të provokoheni të pini duhan sidomos ato që përfshijnë alkool • Kur keni stres gjeni mënyra të tjera të përballimit sesa t'i drejtoheni cigareve/ duhanit
Plani i Farmakoterapis (kombinimi i NRT me veprim të shkurtra + NRT me veprim të gjatë ose Vareniklinë si monoterapi ose NRT me veprim të shkurtër të cilat janë trajtimi më i rekomanduar)	NRT i vetëm <input type="radio"/> Kombinim i NRT-ve <input type="radio"/> Vareniklinë <input type="radio"/> Bupropion <input type="radio"/> Kombinim i NRT-ve plus Vareniklinë /Bupropion <input type="radio"/> Asnjë <input type="radio"/>



	<p>Produktet NRT të përdorura nga pacienti Pikët nga FTND do t'ju drejtojnë këtu. Mos harroni: doza më të larta për personat me rezultate/pikët më të larta - kombinimi është praktika e rekomanduar (plotësoni vetëm nëse pacienti do të përdorë ose NRT të vetëm ose kombinim)</p>	<p><input type="radio"/> Patch (Ofroni 1 -1,5 mg për çdo cigare të tymosur) mg=.....o rë=..... <input type="radio"/> Çamçakëz mg=..... <input type="radio"/> Tabletat sublinguale <input type="radio"/> Spray të hundës <input type="radio"/> Spray të gojës <input type="radio"/> Inhalator</p>
<p>Planifiko takim tjetër</p>	<p>Kontaktet më të shpeshta rekomandohen në fillim të procesit të ndërprerjes kur rreziku i rikthimit është më i lartë</p>	<p>Çdo 2-8 javë për 2-6 muaj</p> <p>Data:.....</p>
<p>Shënime:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>		