



Data:..... ID Paziente:.....

Nome:.....

Età:..... Genere:.....

Occupazione:.....

**Paziente ad alto rischio:** gravidanza  BPCO  CVD  Diabete  TB  patologie psichiatriche

Valutazione iniziale (Considerare anche le risposte del questionario di screening)		
CHIEDERE		
<b>Livello di dipendenza da nicotina</b>	Punteggio del test di Fagerstrom (dal questionario di screening)	n=
<b>Esperienze di cessazione passate</b>	1. Ha mai provato a smettere di fumare in passato?	Sì <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>
	2. In passato quante volte ha provato a smettere di fumare?	n=
	3. Quanto è durato il periodo più lungo in cui è riuscito a rimanere astinente?	
	4. Ha usato qualche trattamento per smettere di fumare?	Sì <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>
	5. Che tipo di trattamento ha utilizzato?	Terapia Sostitutiva con nicotina (NRT) ..... <input type="checkbox"/> Specificare quale ..... Vareniclina ..... <input type="checkbox"/> Bupropione ..... <input type="checkbox"/> Altro ..... <input type="checkbox"/> Specificare altro .....
	6. Ha percepito sintomi da astinenza?	Sì <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Se sì, specificare quale/i 1..... Severità: ..... 2..... Severità: ..... 3..... Severità: ..... 4..... Severità: ..... 5..... Severità: ..... (Specificare utilizzando una scala di severità da 1 a 10)
	7. Ha fattori di rischio di ricaduta? Es. membri della famiglia o amici che fumano, persone che fumano in casa	Sì <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/> Se sì, indicarli di seguito: 1..... 2..... 3..... 4..... 5.....



<b>Presenza di ansia o depressione</b>	Punteggio dell'ansia (dal questionario di screening)	n=
	Punteggio della depressione (dal questionario di screening)	n=
<b>CONSIGLIARE di smettere - Il consiglio deve essere deciso, chiaro, personalizzato, non giudicante.</b>		
<b>CAPIRE SE il paziente è motivato a smettere</b>	Livello della motivazione a smettere (dal questionario di screening)	n=
<b>CURARE prendersi cura del paziente e della cessazione</b> <b>pazienti NON motivati a smettere</b>	1) Intervista motivazionale 2) Suggestire un approccio di riduzione del fumo fino ad arrivare alla cessazione 3) Valutare nuovamente la volontà a smettere al prossimo appuntamento	
<b>CURARE prendersi cura del paziente e della cessazione</b> <b>pazienti motivati a smettere</b>	<b>Motivi personali per smettere di fumare</b>	Ragioni di salute <input type="radio"/> Famiglia/figli <input type="radio"/> Aspetto <input type="radio"/> Non mi piace più fumare <input type="radio"/> Costo delle sigarette <input type="radio"/> Altro:.....
	<b>Preoccupazioni sulla cessazione</b> (Informare il paziente che tipicamente i sintomi da astinenza hanno un picco nella 1°-2° settimana dopo la cessazione e possono persistere per mesi, ma si tratta di una componente normale del processo di cessazione. Esaminare anche i tipici sintomi d'astinenza, inclusi i cambiamenti d'umore. Specificare che il bisogno della sostanza generalmente è intenso per 3-5 minuti, ma si riduce di frequenza nel corso del tempo.)	Bisogno della sostanza (Cravings) <input type="radio"/> Sintomi da astinenza <input type="radio"/> Aumento di peso <input type="radio"/> Cambiamenti d'umore <input type="radio"/> Stress <input type="radio"/> Ragioni sociali <input type="radio"/>  Note: ..... ..... ..... ..... ..... .....
	<b>Fattori personali o situazioni ad alto rischio che possono aumentare il rischio di ricaduta.</b> (Identificare le situazioni ad alto rischio nelle quali il paziente può essere tentato di fumare. Discutere possibili atteggiamenti alternativi al fumo per affrontare i fattori scatenanti e lo stress. Discutere anche di modi per ridurre l'esposizione alle	Note: ..... ..... ..... ..... ..... ..... ..... .....



<p>Per ognuno di questi fattori/situazioni ad alto rischio, identificare un piano:</p> <p>1.....</p> <p>2.....</p> <p>3.....</p> <p>4.....</p> <p>5.....</p>	
<p><b>Pianificare una “Data di cessazione”</b></p>	<p>Data:.....</p>
<p>Dare consigli pratici per smettere di fumare</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 Strategie per far fronte al craving della sostanza (Ritardare, Distrarsi, Bere Acqua, Fare respiri profondi)</li> <li>• Dire ad amici e familiari che si sta smettendo di fumare e chiedere il loro supporto</li> <li>• Identificare una persona di supporto (se necessario)</li> <li>• Scrivere su un pezzo di carta le ragioni per cui si vuole smettere di fumare e tenerlo in un posto facilmente visibile</li> <li>• Identificare un’azione con cui rimpiazzare in modo appropriato la gestualità del fumare.</li> <li>• Identificare situazioni in cui si potrebbe essere tentati di fumare e considerare un piano alternativo da eseguire anziché fumare.</li> <li>• Gettare tutte le sigarette, posacenieri e accendini di cui si è in possesso.</li> <li>• Fare uno sforzo per consapevolmente non stare vicino a persone che fumano.</li> <li>• Cambiare le routines giornaliere, le abitudini o gli spazi personali che sono associati con il fumo.</li> <li>• Evitare i luoghi in cui si potrebbe essere tentati di fumare, specialmente quelli legati all’alcol.</li> <li>• Nei momenti di stress, procurarsi altri modi per farvi fronte che non siano le sigarette.</li> </ul>
<p><b>Piano di trattamento farmacologico</b> (Il trattamento più raccomandato consiste in una combinazione di terapia sostitutiva con nicotina (NRT) a breve durata d’azione + una a lunga durata d’azione o Vareniclina in monoterapia o combinata con NRT a breve durata d’azione)</p>	<p>Singola Terapia Sostitutiva con Nicotina (NRT) <input type="radio"/> Combinazione di più NRT <input type="radio"/></p> <p>Vareniclina <input type="radio"/> Bupropione <input type="radio"/></p> <p>Combinazione di NRT più Vareniclina/ Bupropione <input type="radio"/> Nulla <input type="radio"/></p>



	<p><b>Prodotti utilizzati come Terapia Sostitutiva con Nicotina (NRT)</b></p> <p>Il punteggio del test di Fagerstrom vi guiderà su come procedere. Da ricordare: dosi più alte per punteggi più alti.</p> <p>Il trattamento consigliato è usare una combinazione di prodotti. (completare solo se il paziente userà la terapia sostitutiva con nicotina singola o in combinazione)</p>	<p><input type="radio"/> Cerotti (dare 1 -1.5 mg per ogni sigaretta fumata) mg=..... ore =.....</p> <p><input type="radio"/> Gomme mg=.....</p> <p><input type="radio"/> Compresse/formulazioni sublinguali</p> <p><input type="radio"/> Spray nasale</p> <p><input type="radio"/> Spray orale</p> <p><input type="radio"/> Inhalatore</p>
<p><b>CONCORDARE le visite di follow-up</b></p>	<p>Contatti più frequenti sono raccomandati nelle prime fasi del processo di cessazione quando il rischio di ricaduta è più alto.</p>	<p>Ogni 2-8 settimane per 2-6 mesi</p> <p>Data: .....</p>
<p><b>Note:</b></p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>		