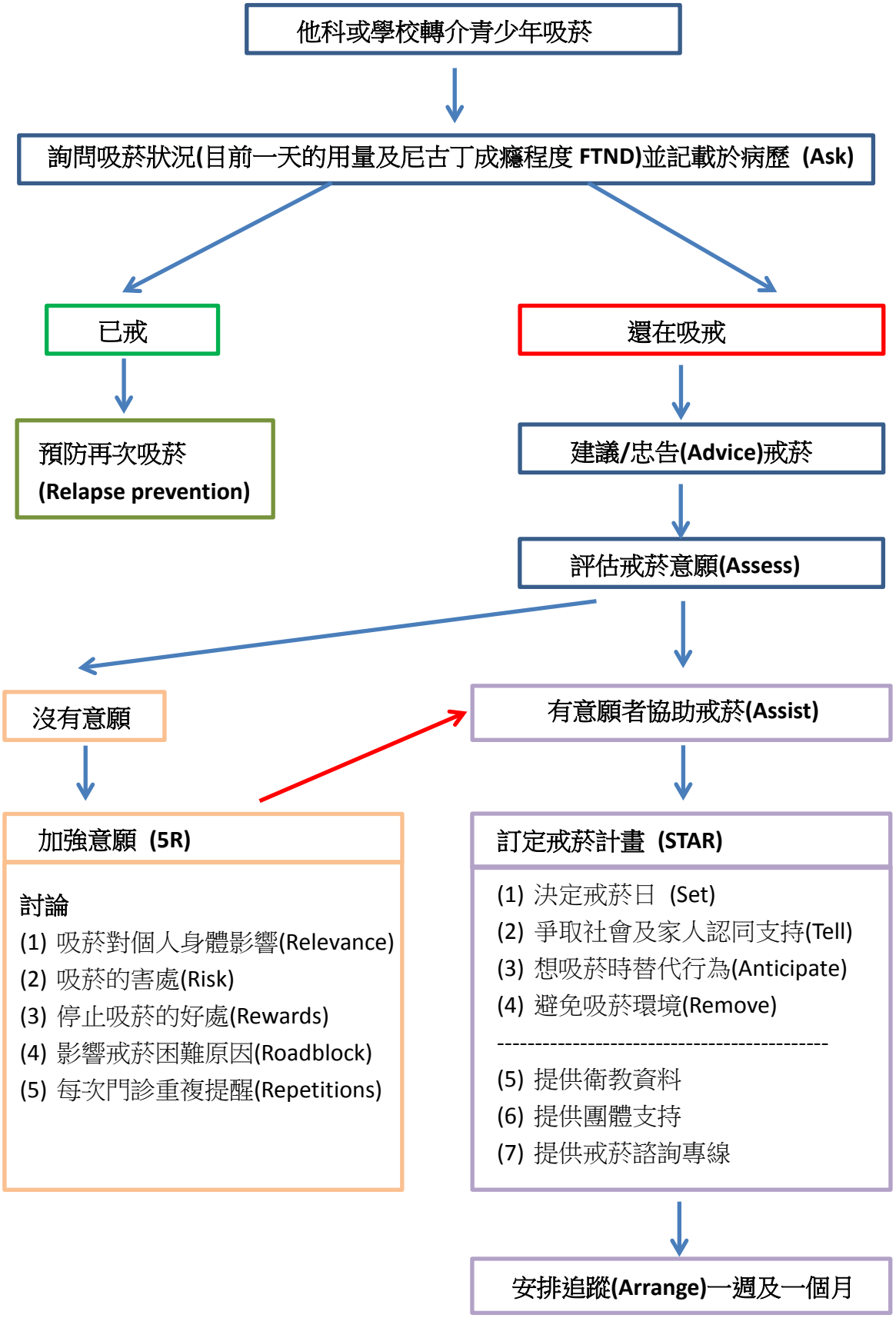
青少年戒菸諮詢流程


他科或學校轉介青少年吸菸
詢問吸菸狀況(目前一天的用量及尼古丁成癮程度 FTND)並記載於病歷 (Ask)
已戒
還在吸戒
預防再次吸菸
(Relapse prevention)
建議/忠告(Advice)戒菸
評估戒菸意願(Assess)
沒有意願
有意願者協助戒菸(Assist)
加強意願 (5R)
討論
(1) 吸菸對個人身體影響(Relevance)
(2) 吸菸的害處(Risk)
(3) 停止吸菸的好處(Rewards)
(4) 影響戒菸困難原因(Roadblock)
(5) 每次門診重複提醒(Repetitions)
訂定戒菸計畫 (STAR)
(1) 決定戒菸日 (Set)
(2) 爭取社會及家人認同支持(Tell)
(3) 想吸菸時替代行為(Anticipate)
(4) 避免吸菸環境(Remove)
(5) 提供衛教資料
(6) 提供團體支持
(7) 提供戒菸諮詢專線
安排追蹤(Arrange)一週及一個月