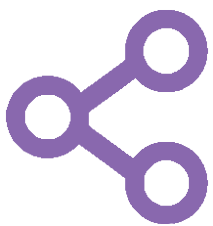


Օգտագործելով 5 R-երը՝

հիվանդներին մոտիվացնելու թողնել ծխելը

Դուք կարող եք առանցքային դեր խաղալ ծխախոտի օգտագործման դեմ պայքարում: Դուք գիտեք ազդեցությունը, որը ծխախոտն ունենում է Ձեր հիվանդների առողջության վրա: Գիտեք, որ պասիվ ծխելը կարող է ներգրավել նրանց երեխաներին և ընտանիքի անդամներին: Շատ ծխողներ ցանկանում են թողնել ծխելը: Դա անել սկսելը պահանջում է աջակցություն և մոտիվացիա Ձեզ նման վստահելի աղբյուրներից:



Կարեվորություն (Relevance)

Խրախուսեք հիվանդին նշել ծխախոտից հրաժարվելու կարևորությունը սեփական անձի համար:



Ռիսկեր (Risks)

Խնդրեք հիվանդին նշել ծխելը թողնելու բացասական հետևանքները:



Պարգևատրում (Rewards)

Խնդրեք հիվանդին նշել ծխելը թողնելու դրական հետևանքները:



Խոչընդոտներ (Roadblocks)

Խնդրեք հիվանդին նշել ծխախոտից հրաժարվելու իրենց անձնական խոչընդոտները:



Կրկնություն (Repetition)

Բուժումն իրականացնողները պետք է շարունակեն օգտագործել 5 R-երը չմոտիվացված հիվանդների համար յուրաքանչյուր կլինիկական շփման ժամանակ: 5 R-երը կարող են օգտագործվել ծխելը թողնելու անհաջող փորձից հետո հիվանդներին օգնելու՝ խրախուսելով հետագա փորձերը, մինչև նրանք հաջողության կհասնեն:

ԱՂԲՅՈՒՐՆԵՐ

<https://www.cdc.gov/tobacco/campaign/tips/partners/health/hcp/index.html>

www.ahrq.gov/clinic/tobacco/tobaqrg2.htm#Unwilling

MOQC
MICHIGAN ONCOLOGY
QUALITY CONSORTIUM


Blue Cross
Blue Shield
of Michigan
Nonprofit corporations and independent licensees
of the Blue Cross and Blue Shield Association