R 5 လုံးကိုအသုံးပြု၍

လူနာများအား ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန် တွန်းအားပေးခြင်း

ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကို တိုက်ဖျက်ရာတွင် ဤအချက်များကို အဓိကအခန်းကဏ္ဍမှ အသုံးပြုနိုင်သည်။ သင့်လူနာများ၏ ကျန်းမာရေးအပေါ် ဆေးလိပ်၏သက်ရောက်မှုကို သင်သိပါသည်။ တစ်ဆင့်ခံမီးခိုးငွေ့များကြောင့် ကလေးများနှင့် မိသားစုများ ထိခိုက်နိုင်သည်ကို သင်သိပါသည်။ ဆေးလိပ်သောက်သူအများအပြားက ဆေးလိပ်ဖြတ်ချင်ကြပါတယ်။ ဆေးလိပ်စဖြတ်ရာတွင် သင်ကဲ့သို့သော ယုံကြည်စိတ်ချရသည့် အရင်းအမြစ်များထံမှ အကူအညီနှင့် တိုက်တွန်းအားပေးခြင်းကို ရယူရန်လိုအပ်ပါသည်။

01 ဆက်စပ်ပတ်သက်မှု (Relevance)

ဆေးလိပ်ဖြတ်ရာတွင် ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ ဆက်စပ်ပတ်သက်နေမှုကို ဖော်ထုတ်ရန် လူနာအား တိုက်တွန်းအားပေးပါ။

02 ဆုလာဘ် (Risks)

ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်းကြောင့်ရရှိလာမည့် ဆိုးကျိုးများကို ဖော်ထုတ်ရန် လူနာအား တောင်းဆိုပါ။

03 ဆုလာဘ်များ (Rewards)

ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်းကြောင့်ရရှိလာမည့် ကောင်းကျိုးများကို ဖော်ထုတ်ရန် လူနာအား တောင်းဆိုပါ။

04 အခက်အခဲအတားအဆီးများ (Roadblocks)

ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်ပေါ်လာမည့် ၎င်းတို့၏ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ အခက်အခဲအတားအဆီးများကို ဖော်ထုတ်ရန် လူနာအား တောင်းဆိုပါ။

05 ထပ်ခါထပ်ခါပြန်လုပ်ပါ (Repetition)

ပံ့ပိုးမှုပေးသူများသည် ကုသမှုဆိုင်ရာ အပြန်အလှန်ဆက်ဆံမှုတိုင်းတွင် တွန်းအားပေးမှုမဖြစ်ပေါ်သောလူနာများအတွက် 5 R ကို ဆက်လက်အသုံးပြုသင့်သည်။ 5 R ကို ဆေးလိပ်ဖြတ်ရန် ကြိုးစားခဲ့ပြီး အောင်မြင်မှုမရခဲ့သော လူနာများအား နောင်တွင် ဆေးလိပ်ကို အောင်အောင်မြင်မြင် ဖြတ်နိုင်သည် အထိ ကြိုးစားနိုင်ရန်အတွက် တိုက်တွန်းအားပေးရာတွင် အသုံးပြုနိုင်သည်။

အရင်းအမြစ်များ

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