

雙和醫院陪伴您戒菸愛健康

根據衛生福利部國民健康署統計資料，國人 10 大癌症死亡率第 1 名為肺癌，其中「吸菸」是影響肺癌最大的危險因子，約占 70~80%，且研究證實二手菸亦會增加肺癌的風險，得到肺癌的機會比一般民眾高出 20%~30%。近年來更發現二手菸對於人體的傷害也不容忽視，在家中或是室內吸菸，會造成有毒物質在環境中殘留，這些物質（主要是焦油）會存在於環境中各種物體表面，一樣會危害健康。



美國癌症協會（American Cancer Society）也指出，40 歲前戒菸，死於與吸菸有關的疾病機率降低 90%。戒菸除能維持健康外，同時遠離罹患肺部及其他疾病的風險。雙和醫院自 2020 年開辦戒菸服務迄今，於 2020 年門診用藥及衛教人數 1,157 人次，住院衛教人數 1,273 人次，用藥戒菸成功率 42.53%，衛教戒菸成功率 37.06%。並已發展多元化的戒菸服務，以達到成功戒菸的目的。【左

圖：40 歲前戒菸，死於與吸菸有關的疾病機率降低 90%】

1.戒菸門診：提供專業的戒菸治療，減輕戒菸者的痛苦。並配合國民健康署二代戒菸計畫，僅收取掛號費及藥價部分負擔（重大傷病、身心障礙則無特殊減免）。另有戒菸衛教師提供專業戒菸諮詢、衛教、定期追蹤與個案管理服務，能順利協助戒菸者克服尼古丁戒斷症候群，進而增加成功戒菸的信心。

2.LINE 對話：加入戒菸門診後，個案管理師會幫您加入 LINE 對話，持續關心戒菸個案，讓大家勇於承諾戒菸。2020 年下半年開始使用 line 對話來關懷戒菸者，統計加入 line 對話的戒菸病患共 115 人，由原本 1~6 月戒菸成功率原為 40.94%，經過 line 對話關懷後，7~10 月戒菸成功率提升為 44.19%，分析原因為戒菸個案多一管道可獲得相關衛教及藥物治療相關資訊，且個案提出相關疑問可於第一時間獲得解決，可增強戒菸信心及意志。

3.戒菸競賽：雙和醫院今年舉辦「防疫新生活，逗陣戒菸贏健康，拿禮券」戒菸競賽。報名期間從即日起至 110 年 9 月 30 日止，活動成績採累積制，越早參加分數累積越多。

(1)逗陣積分：親朋好友一同至戒菸門診藥物治療。【圖：左

為戒菸競賽活動海報 QR code，右為報名表 QR code】



(2)治療積分：加入戒菸 line 群組加 1 分。

(3)成功積分：3 個月及 6 個月追蹤為單位，成功追蹤每次 1 分。

戒菸後，除能維護個人健康外，還可保護親人免於受到二手、三手菸的危機，雙和醫院戒菸門診提供相關治療、個案管理、競賽等多元化的服務，歡迎大家共同為無菸家庭、無菸社會一起努力。諮詢電話：（02）2249-0088 分機 2085 施怡欣個管師。

（文/雙和醫院）