

國立成大醫院斗六分院新聞稿

6/3 禁菸節

【戒菸找專業，我們挺你！】

成大醫院斗六分院 2 樓門診的衛教室，每天上演著吸菸勸戒的戲碼...

成大斗六分院戒菸衛教師徐翠慈說，每天看到就醫的吸菸個案或陪診家屬，就要鼓勵他們戒菸，告訴他們：

「吸菸會造成全身性的危害，如果加上糖尿病久了、血糖控制不良，就更容易產生併發症喔；所以要避免糖尿病併發症的產生，除了把血糖控制好，戒菸也可以顧血糖血壓喔，要不要戒菸？」

「有證據顯示吸菸對血管會造成傷害，其實我們的腎臟就是血管做成的過濾網，你已經有蛋白尿了，除了剛剛講的腎臟病的照護，戒菸也有幫助喔，要不要戒菸？」

「媳婦作完月子啦？二手菸三手菸的危害也是很大喔，尤其小嬰兒更禁不起，趁孫子剛出生，要不要戒菸？」

徐翠慈衛教師說，當個案首肯，或在家屬推波助瀾下，總是非常高興拿出 CO(一氧化碳)測試儀及尼古丁成癮度的問卷，評分後將他們送到戒菸治療醫師的門診，希望藉由短期戒菸藥物的幫忙，降低個案戒菸中的斷癮症狀，提高戒菸成功率！

成大斗六分院戒菸衛教室 3 位護理師，都通過高階戒菸衛教師認證，說起戒菸衛教頭頭是道；加上各專科醫師的大力幫忙，除了主力的家醫科醫師外，還包括：心臟血管科、胸腔科、糖尿病內分泌科的醫師，讓有慢性病、想戒菸的個案，能在門診由自己的看診專科醫師開立戒菸藥物，不僅能縮短候診的時間，而且勸戒也更容易成功！

徐翠慈衛教師舉例指出，像邱老伯，因為呼吸喘、咳，住進 8 樓病房。負責照顧的護理師希望阿伯能戒菸，於是前去訪視，並由照顧阿伯的胸腔內科陳逸燕醫師幫他開立了尼古丁貼片。出院後電話訪問及追蹤，問阿伯還吸菸嗎？但得到的是「我沒貼」的答案，原來老人家因為手抖得厲害不方便，因此建議下次回診可參考其他的戒菸藥物。而阿伯果然是有動機的，雖然家庭環境不優，又住在遙遠的山上，回診時就先到衛教室測一氧化碳、填寫量表，陳醫師開了戒菸口服藥物給阿伯；經過 2 次門診共 4 週的用藥，阿伯成功戒掉吸了 30 幾年的菸！除了他自己

外，最高興的莫過於老婆和孫子們！還可以顧荷包耶，省下不少菸錢和菸捐。

其他像是心臟血管科薛仰哲醫師，對於動機強烈的戒菸者，給予最大力的協助與支持，找他幫忙戒菸是最容易成功的；糖尿病內分泌科梁怡鈴醫師看糖尿病甲狀腺也常常遇到吸菸的個案，只要血壓、血糖、血脂控制不理想，就會要他們戒菸，即使門診量已滿滿滿，有意願戒菸的就當診加掛，就為幫病人戒菸改善病情。

徐翠慈衛教師表示，衛教師既要管糖尿病、腎臟病、慢性 B 型、C 型肝炎的照護，還要勸戒戒菸，其實饒富趣味！也有許許多多的故事在發生，如：康老師說，他的太太很高興我們能說動他戒菸；陳同學說，他只吃了 3 天藥就不吸菸了；張先生說，他戒菸了，女朋友的媽媽同意他們的婚事了；服務台的志工伯伯也很感謝我們連環叩，幫忙他們戒掉吸了 30 幾年的菸。

（本篇內容旨在提供一般醫療衛教知識，如有不適或疾病，應尋求專科醫師的診治，以免貽誤病情，並能獲最佳治療的效果。）

聽了這些戒菸的故事，你想要戒菸了嗎？我們挺你!!

戒菸請來電：05-5332121 轉戒菸衛教室，分機 5127、5133、5134。

在台南的可以到成大醫院門診大樓 2 樓家庭醫學科門診區戒菸諮詢處，電話：06-2353535 分機 2256。

