

## مرکز مشاوره پیشگیری دخانیات

ارائه کلیه خدمات پیشگیری و ترک دخانیات به صورت رایگان

آدرس : بیرجند - بلوار شهدای عبادی - جنب آتش نشانی - تلفن تماس ۳۳۴۱۴۳۸۰

### ساختار مرکز :

#### ۱- پزشکی

شرح وظایف: برگزاری دوره های ترک سیگار طبق دستورالعمل وزارت بهداشت  
. تهیه جزوه ارائه اطلاعات در مورد دخانیات جهت ارائه مراجعین  
. تشکیل پرونده برای سیگاریهای مراجعه کننده به واحد مشاوره ترک و تعیین سطح آمادگی فرد مراجعه کننده برای ترک سیگار و تکمیل فرمهای مربوطه طبق دستورالعمل  
. ارائه آموزشهای لازم به سیگاریهای مراجعه کننده بر اساس سطح آمادگی وی برای ترک سیگار  
. پیشنهاد مدل ترک متناسب با نیاز فرد مراجعه کننده ( آدامس نیکوتین به تنهایی ، آدامس نیکوتین + آموزش چهره به چهره و..... )

#### ۲-کارشناس روانشناسی

۱- شرح وظایف:  
. بررسی وضعیت موجود استعمال دخانیات در مراجعین و بررسی میزان آگاهی و نحوه نگرش آنان در مورد استعمال دخانیات از طریق تکمیل پرسشنامه  
. ارائه اطلاعات اولیه آموزش مختصر ( شامل آموزش شفاهی و ارائه جزوات آموزشی ) مراجعین سیگاری و غیر سیگاری علاقمند در مورد مسائل مرتبط با دخانیات  
. تکمیل فرم اطلاعات مربوط مراجعین به مرکز و آموزشهای ارائه شده به آنان  
. تکمیل فرم ثبت نام برای سیگاریهای علاقمند به ترک سیگار

#### شیوه هایی که در دوره های مشاوره ترک مورد استفاده قرار می گیرند عبارتند از :

- استفاده از جایگزینی نیکوتین ( آدامس ، برچسب ) به تنهایی
- استفاده از جایگزینی نیکوتین ( آدامس ، برچسب ) + توصیه های مختصر رفتار درمانی
- تشکیل دوره های ترک سیگار