

Dorëheqje nga duhani

Terapi individuale sipas profilit të duhanpirësit

Secili njeri që do ti ja paraqitni gjërat përmes shembullit personal, përkatësisht në cilën periudhë të jetës, sa kohë pinë duhan, edhe sa kohë i ka mbetur për ndryshimin dhe mbrojtjen e shëndetit, besojë që terapia do të ketë sukses, thekson D-r Spirova.



Sa kohë pasi që të zgjoheni pini duhan, sa është intervali ndërmjet dy cigareve, ndizni duhan në situata të vështira, disa nga këto pyetje që do të formohet profili se çfarë duhanpirës jeni. Zbulimi i profilit tuaj i punonjësve në Qendrën e shëndetit publik, të cilët do të udhëheqin këshillimoren për heqje dorë nga duhani, do të ju ndihmojë për tu individualizuar terapinë tuaj, e cila do të ju ndihmojë për të lënë duhani. Punonjësit në shëndetësi janë fotografia e drejtpërdrejtë dhe subjekti i identifikimit për pacientët. Për këtë shkak është e rëndësishme të fillohet me edukimin për heqje dorë nga duhani. Shtesë, studimi i cili e përgatiti Fakulteti i mjekësisë në Shkupë, tregon se 30% e mjekëve pinë duhan dhe për këtë arsye fillon prej tyre. Mjeku duhet ta zgjeroj nivelin dhe stilin e jetës së shëndetshme, tregon Dr-Vesna Spirova,

udhëheqëse e repartit të mjekësisë sociale ku është e vendosur këshillimorja. Edhe mjekët janë profesionistë, megjithatë janë njerëz me dobësi. Secili njeri që do të i paraqet gjërat përmes shembullit personal, përkatësisht në cilën periudhë të jetës, sa kohë pinë duhan, edhe sa kohë i ka mbetur për ndryshim dhe mbrojtje të shëndetit, besoj që terapia do të ketë sukses, thekson d-r Spirova.



Vullnetar, i besueshëm dhe anonim do të jetë tërheqja nga të gjithë të interesuarit. Së pari do të paraqiten fakte nga ajo e cila çka do të thotë të përdoret duhan për çdo ditë dhe cilat janë pasojat, dhe madje edhe atëherë për ata të cilët shprehin dëshirën për të dhënë dorëheqje, në qoftë se ata nuk mundën ta bëjnë këtë vetëm, do të ju ofrohet terapi në formë të këshillimit, me çamçakëzë, ngjitës, shurup hundor, si ndihmë për të tërheq nga duhani, si fazë e fundit të procesit. Strategjia bashkëkohore për tërheqjen nga pirja e duhanit nuk janë më fotografit me mushkri të zi-bardhë, por promovimi i një buzëqeshje të shëndetshme me dhëmbë të bardhë, duar të pastra. Thekson d-r Spirova. Në nivelin e Republikës së Maqedonisë do të hapen 10 këshillimore. Sesioni do të jetë individual dhe grupor.



Qëllimi i këshillimores është që të përcaktohet statusi i duhanpirësit, të përcaktohet modeli i trajnimit të personit të varur, të vlerësohet varësia e duhanit, përfitimi nga jo-pirja e duhanit si dhe qëllimi përfundimtar dorëheqja nga duhani- d-r Persida Malinska, e cila do ti mbajë këshillimin. Secili pirës i duhanit duhet të kalojë procesin e tërë që trajnimi të jetë i suksesshëm. Ajo fillon me këshillim. Nëse personi është i interesuar seriozisht që të jep dorëheqje nga duhani, i bëhet testim që të përcaktohet në cilën grup takon- përdorues i duhanit, i varur nga nikotina, ata të cilët të parën herë kanë nderur cigare apo më shumë herë. Bazuar në testin kalojnë në terapi individuale.



Përmes bisedimeve me mjekun ballafaqimi i të gjitha të metave në lidhje me duhanin në korrelacion me karakterin e njeriut, ai vetë duhet të jetë i vetëdijshëm për dobësitë që kontribuojnë në varësinë e tij nga cigaret. Kur një duhanpirës do ta kuptojë atë do të jetë shumë më e lehtë për të rezistuar dëshirën për të pirë duhan thekson d-r Spirova. Këshillimorja për dorëheqje nga pirja e duhanit do të jetë e hapur nga 20 gushti për të gjithë qytetarët.