

Бланк предписаний для избавления от никотиновой зависимости

ФИО пациента:

1. «Стаж» курильщика
☐ Бывший курильщик ☐ Курю сейчас
2. Никотиновая зависимость
☐ Низкая (0-3 балла) ☐ Средняя (4-6 баллов) ☐ Высокая (7-10 баллов)
3. Этап планирования отказа от курения
☐ Этап, предшествующий планированию отказа от курения
☐ Этап планирования отказа от курения
☐ Этап подготовки к отказу от курения
☐ Попытка бросить курить
☐ Попытка не возобновить курение

Отказ от курения может значительно улучшить состояние здоровья и повысить качество Вашей жизни.

4. Предписание для отказа от курения

- ☐ Необходимо непрерывное получение консультаций и инструктажа для отказа от курения. Необходимо внимательное чтение литературы для отказа от курения.
- ☐ Лекарственные препараты (☐ Никотинозаместительная терапия ☐ Бупропион ☐ Варениклин)
- ☐ Рекомендуются записаться на программу отказа от курения Службы государственного медицинского страхования.
- ☐ Использование услуг социальной поддержки отказа от табакокурения (клиника или горячая линия лечения никотиновой зависимости).
- ☐ Другое:

5. Как преодолевать никотиновую зависимость и не поддаваться желанию закурить?

- ☐ Пить достаточно воды.
- ☐ Жевать жвачку или конфеты, либо делать перекусы.
- ☐ Принимать ванну или душ с теплой водой.
- ☐ Заниматься релаксацией и медитацией.
- ☐ Совершать прогулки и думать о мотивации отказа от курения.
- ☐ Другое

6. Другое мнение (при необходимости заполнить в пределах 100 символов)

Для успешного избавления от никотиновой зависимости необходим регулярный контроль.

ФИО врача / подпись: