

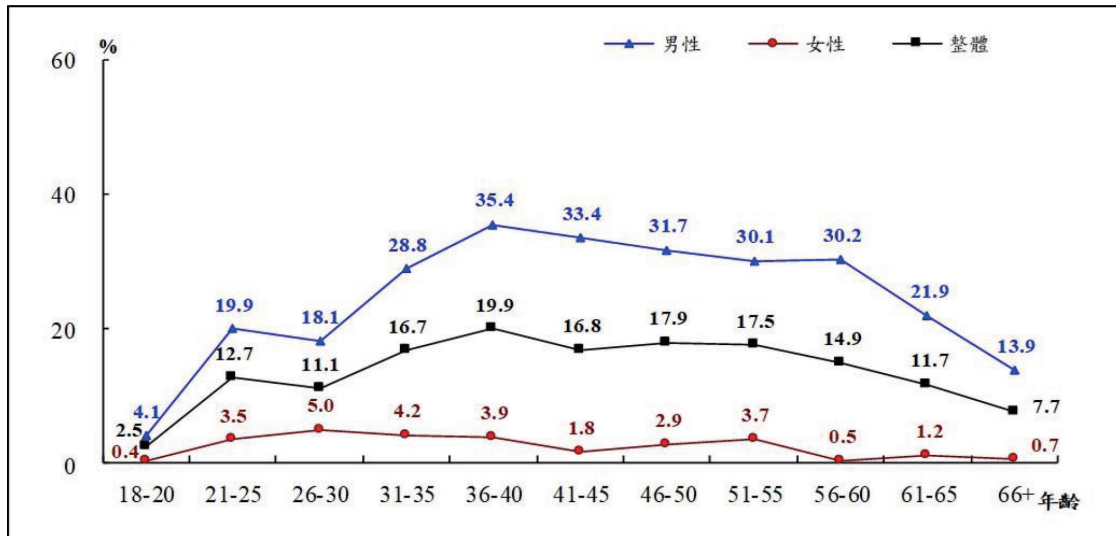
承諾戒菸專科總動員： 中榮戒菸渥太華模式、讓專 科醫師一起幫助老菸槍重獲 健康

文 / 臺中榮總戒菸治療管理中心主任 傅彬貴（胸腔內科醫師）

■臺灣男性吸菸人口以36-40歲年齡層達最高峰，每3個男性就有1個吸菸

根據國民健康署菸害防制組於2019年5月8日所發布的「國人吸菸行為調查結果」，我國於107年吸菸人口盛行率約為13%，相較於97年的21.9%，雖呈現下降的趨

勢，但年輕人口的吸菸盛行率仍高，以男性為例，吸菸高峰年齡層為36-40歲，每3位男性就有一個吸菸；女性的吸菸率雖遠低於男性，但在26-30歲這個年齡層有5%的女性吸菸，顯示年輕成年人是菸害暴露的高風險族群。(如下圖)



▲資料來源：國民健康署107年「國人吸菸行為調查」

■吸菸者都知道「抽菸與所有慢性病及癌症的產生、惡化及死亡有關」

在許多國家，菸品使用是導致死亡的第一原因。除了直接吸菸外，二手菸已被國際癌症研究中心歸類為一級致癌物質。該中心的研究顯示，菸品與腫瘤、糖尿病、心血管系統疾病、呼吸系統疾病、消化系統疾病、腎臟疾病、意外傷害等7大類死因相關，除了會直接增加至少14種癌症的風險，包括肺癌、口腔癌、咽頭癌、喉頭癌、膀胱癌、食道癌；另外，也會使慢性病如糖尿病、高血壓、肺阻塞以及腎臟病惡化。根據107年的調查，在不提示的情況下，有82.2%民眾可以具體回答出吸菸會引起哪些病症，顯見國人甚至吸菸者都知道菸害對於健康影響甚鉅。

■意志力戒菸成功率只有3%，中榮戒菸渥太華模式，協助您脫離尼古丁成癮

許多癮君子認為，戒菸視習慣的改變，我只要下定決心，就可以戒菸成功。然而根據國健署的調查研究顯示，雖然有28.8%的目前吸菸者在過去一年曾嘗試用意志力戒菸，但戒菸失敗率很高，其中67.3%的受訪者表示戒菸維持時間

不到1個月。整體而言，曾經嘗試戒菸者雖近4成打算在未來12個月內戒菸，但卻一直無法擺脫菸癮而持續吸菸中。這個菸這麼難戒的原因，主要是尼古丁成癮。中榮戒菸治療管理中心於2020年01月20日成立，是本院的一級任務編組特色醫療中心，將加拿大渥太華醫院所發展的「以醫院為戒菸治療場域、結合慢性病治療流程」的模式，依照國人就醫習慣級醫療體系模式，改良成「中榮戒菸渥太華模式」，全方位在醫院照護流程中，協助每一位還在身受尼古丁成癮級菸害所苦的慢性病或癌症患者，用科學及醫學的理論基礎，遠離菸害、重獲健康。

■如何在榮總尋求戒菸治療的協助：戒菸不孤單、專業醫護陪你、60%成功

臺中榮總戒菸治療管理中心除了中心本部設有戒菸衛教室(門診大樓後棟地下一樓3118診間)外，也結合了心臟科(診間)、胸腔內科(診間)、新陳代謝科(診間)、腎臟科(診間)以及高齡整合衛教室(診間)，提供相關科別慢性病病友的戒菸治療服務。戒菸治療管理中心主任傅彬貴醫師表示，今年的世界無菸日標語，正好與中榮進行全方位戒菸治療的理念一致，英文是「Commit to quit」，中文是「承諾

戒菸」，我們又加上一句「Involve all specialist」(專科總動員)。就是希望每一位深受尼古丁成癮之苦的慢性病友，能夠遠離菸害、重拾健康。我們提供專業的衛教師能夠協助您戒菸，而您的主治醫師也多半具有戒菸醫師證照，可以直接在

看診時，提供國健署二代戒菸治療方案。相較於自己靠意志力戒菸成功率只有3%，中榮戒菸成功可達60%，增加了20倍。戒菸不孤單，讓專業的醫師及衛教師陪伴你、幫助你，重拾健康。🏥



中榮渥太華戒菸模式： 提供與慢性病共照的成癮治療



臺中榮民總醫院
Taichung Veterans General Hospital

戒菸治療管理中心



臺中榮總渥太華戒菸模式可以提供戒菸治療衛教諮詢的診間

診間	地點	科別
3118	門診大樓後棟一樓	戒菸治療管理中心
3120	門診大樓後棟一樓	胸腔內科
3165	門診大樓後棟一樓	高齡醫學科
2343	門診大樓前棟三樓	腎臟科
2321	門診大樓前棟三樓	心臟內科
2312	門診大樓前棟三樓	新陳代謝科
4150	第一立體停車場旁	美沙冬治療門診