

中山戒菸醫療服務 再次榮獲無菸醫院國際金獎

文/家庭醫學部 顏啟華 主任
台灣醫界菸害防制聯盟理事長

由全球無菸健康照護服務網絡（Global Network of Tobacco Free Healthcare Services）舉辦的「全球無菸醫院國際金獎認證」是表彰全世界對戒菸服務最具貢獻及成效的醫院。中山附醫繼2013年代表台灣勇奪無菸醫院國際金獎後，今年再度榮獲國際金獎肯定，顯示中山附醫在提升民眾健康、防制菸害的成效已為國際各大醫院的學習標竿。

菸害是台灣可預防死因的首位

本院總院長黃建寧強調，台灣每年約27,000人死於菸害，其中癌症居首位占50%。35歲以上可歸因於吸菸疾病之經濟成本，總計約1,441億元，占全國GDP之1.06%。菸害是台灣可預防死因的第一名，因此如何提供有效戒菸服務，以減少吸菸所導致對國人的健康危害，是中山附醫一直以來努力的方向與社會責任。

全院動員提供整合戒菸團隊服務

能夠兩次榮獲國際金獎，說明中山附醫對於戒菸的醫療服務，除了具備專業醫療

與卓越成功率，服務品質更是穩定。這有賴於中山全院動員，整合全院臨床科別，並結合衛教師、營養師、個管師等專業人才，打造跨界戒菸團隊，提供全國最優質的戒菸服務。

內科部詹貴川主任表示，吸菸是心肌梗塞的重要危險因子，女性受到的菸害的危害更大，是不吸菸者的3.6倍。尤其近年來觀察到許多年輕人得到心肌梗塞，本身也沒有高血壓或三高的問題，探究原因，就是吸菸所導致。今年度以來積極推動心臟科病人全面戒菸，包括接受心導管治療及住院的病人，個管師及醫師會主動協助戒菸，以維護病人的健康及治療成效。

每日5包菸都能成功戒菸

家庭醫學部顏啟華主任指出，中山戒菸服務強調EBM三原則。E是指exercise運動，B是Behavior行為改變，M代表Medicine藥物。透過這些方法，已經幫助超過數以千計民眾成功戒菸。

許多曾有戒菸經驗的民眾來到中山，會發現中山戒菸模式明顯不同，更感受到中山團隊的熱忱。有位40歲的林先生抽菸15年，每天超過5包，兩年前因同樣吸菸模式的父親罹患肺癌末期，使他下定決心戒菸，一開始靠意志力戒菸非常痛苦，後來到戒菸門診接受8週治療，不但精神變好，頭痛、手麻、睡眠等問題都不藥而癒，覺得戒菸簡單又健康。林先生至今戒菸已2年完全不再吸菸，日前還在FB分享對於父親的感念與對中山戒菸團隊的感謝。

精益求精開發APP協助戒菸

在戒菸服務過程中，考量到許多民眾時間的侷迫性，與醫療服務科技化的浪潮，中山附醫更推出免費的LINE@戒菸服務---戒菸越LINE越簡單，透過資訊系統24小時提供自我菸癮評估、免費諮商，衛教推播以及預約回診提醒服務，透過遊戲化的介面，每日完成任務還可獲的健康點數兌換獎品，有效提升戒菸成功率。

戒菸並沒有那麼難，給自己的健康一個機會，選擇中山戒菸服務，戒菸越LINE越簡單！



家庭醫學部顏啟華主任代表中山附醫戒菸團隊
接受盧秀燕市長表揚



鍾國屏副院長前往華沙接受2019全球無菸醫院國際金獎