

SLOBODNE TEME

55. ODVIKAVANJE OD PUŠENJA

Toković S, Bokan B, Mitrović S.

Dom zdravlja "Savski venac", Beograd

Institut za psihijatriju Palmotićeve, Beograd

U domu zdravlja "Savski venac" 2007. godine počeo je sa radom preventivni centar koji obuhvata i program za odvikavanje od pušenja.

U okviru programa vršeno je eksperimentalno istraživanje na 8 zdravstvenih radnika, koji su ulazeći u program doneli čvrstu odluku o prestanku pušenja. Osnovni metod rada je grupna diskusija. U toku rada korišten je upitnik sa osnovnim opštim podacima o ispitanicima, test o zavisnosti slobodno konstruisan i završni upitnik kojim se ocenjuje kvalitet seminara i instruktora. Kroz sedam koraka do slobode, kako se popularno naziva program, jedan broj ispitanika pokazao je potpunu istrajnost u svojoj odluci, dok su ostali znatno smanjili pušenje sa ciljem da ostanu nepušači za ceo život. Praćenje je trajalo četiri nedelje.

Ključne reči: odvikavanje od pušenja, program
