

高雄市立民生醫院

醫病共享決策(SDM)輔助評估表

我想戒菸，我的選擇有什麼？

壹、前言：

當您想戒菸時，本表單有提供一些戒菸的方式，可經由與醫療人員討論後，請依據您自己的想法及需求，選擇適合自己容易戒菸成功的方式。

貳、適用對象：

任何有戒菸意願者，但不包括 18 歲以下和孕婦。

參、治療方式介紹：

- 一、靠意志力戒菸
- 二、戒菸諮詢(戒菸衛教或戒菸專線)
- 三、戒菸藥物

肆、下列有四個步驟，能夠幫助您做決定

一、步驟1：請您比較下列選項的優點、風險、副作用(併發症)及可能的費用

選項 考量	靠意志力戒菸	戒菸諮詢 (戒菸衛教或戒菸專線)	戒菸藥物
要做的是	1. 絕對不抽菸 2. 環境沒有菸 3. 告知周遭的人自己要戒菸 4. 想抽菸時，想戒菸的理由	找專業人員談戒菸問題 (要到醫事機構或打衛福部專線)	到提供戒菸服務的醫事機構
成功率	不分成癮度，平均3~5%	低菸癮的人，平均24.4%	中高菸癮的人，平均25.2%
服務提供者	無	戒菸衛教師或戒菸藥師或戒菸專線諮詢員	戒菸醫師
優點	省時間，不需前往醫院或打電話	容易看見並解決戒菸難題	降低想吸菸的衝動與戒菸不適
缺點	菸癮越大，成功率低	高菸癮的人成功率低	1. 菸癮低的人幫助不大 2. 依使用藥物不同，有不同副作用
限制條件	無	無	含健保身份且滿18歲才補助。僅適用於每天吸菸量10根以上，或成癮度4分(含)以上
花費	免費	免費	藥物部分負擔，每次200元以下。

二、步驟2：您所選擇的醫療方式，會在意的項目有什麼？以及在意的程度為何？

項目	程度		
	可以 😊	不確定 😞	很難 😡
對於完全不吸菸是否有把握	可以 😊	不確定 😞	很難 😡
吸菸的時間	時間分散	不一定	集中在特定時間
以前戒菸有沒有困難	無 😊	些許困難 😞	很有困難 😡
以前戒菸對生活是否有影響	正常	有影響，但可以克服	影響很大，適應有困難
吸菸量	<10 支	10-20 支	>20 支
成癮度	0-3	4-6	7-10
以前戒菸時，想吸菸菸癮不大	幾乎沒有	有點困擾	很難克制
以前戒菸負面情緒嚴重	無	問題不大	有明顯問題

考量項目	完全不在意 ←————→ 非常在意						備註：如果您非常在意這件事 建議您可以考慮選擇的方案
	0	1	2	3	4	5	
戒菸成功率	0	1	2	3	4	5	戒菸諮詢 (若菸癮不低就搭配戒菸藥物)
往返醫院或打電話 需要花費的時間	0	1	2	3	4	5	意志力 (必要時單用藥物)
需要花費金錢	0	1	2	3	4	5	戒菸諮詢/意志力
想證明自己有能力	0	1	2	3	4	5	無論如何都要戒菸成功， 沒把握不要單靠意志力

三、步驟3：您對醫療選項的認知有多少？

1. 尼古丁有成癮性，使用尼古丁貼片戒菸後可能會成癮。 對 不對 不確定
2. 藥物都有副作用，不要用藥戒菸比較安全。 對 不對 不確定
3. 戒菸是意志力的問題，戒菸諮詢幫助不大。 對 不對 不確定
4. 我上次靠意志力戒菸半年後又失敗，這次要靠藥物才會成功。 對 不對 不確定

四、步驟4：您現在確認好治療的方式了嗎？

- 我已經確認好想要的戒菸方式了，我決定選擇：（下列擇一）
- 靠意志力戒菸 戒菸諮詢 戒菸藥物
- 我目前還無法決定，因為：
- 我想要再與其他人（包含配偶、家人、朋友或第二意見提供者…）討論我的決定。
- 對於以上治療方式，我想要再瞭解更多，我的問題有：
- _____
- 暫時先不要戒菸，原因：
- _____

瞭解更多資訊及資源：

- (1) 2016 台灣菸害防制年報 <http://tobacco.hpa.gov.tw/Upload/FTB/UpFiles/2016ch.pdf>
- (2) 衛生福利部國民健康署菸害防制資訊網 <http://tobacco.hpa.gov.tw/index.aspx>
- (3) 國民健康署健康九九網站：尼古丁成癮度量表。

完成以上評估後，您可以攜帶此份結果與您的主治醫師討論。

伍、參考文獻：

- 一、臺安醫院醫病共享決策輔助分析-「我想戒菸，我的選擇有什麼？」
- 二、中山醫學大學附設醫院醫病共享決策輔助分析-「我想戒菸，我的選擇有什麼？」
- 三、高雄醫學大學附設中和紀念醫院醫病共享決策輔助分析-「我想戒菸，我的選擇有什麼？」
- 四、衛生福利部國民健康署和財團法人醫院評鑑暨醫療品質策進會-醫病共享決策輔助表-「我想戒菸，我的選擇有什麼？」

醫病共享決策(SDM)輔助評估表

「我想戒菸，我的選擇有什麼？」

SDM-S

病歷號碼：

姓名：

床號：

說明者（醫療）簽名：

共同決策者簽名：

與病人關係：

中 華 民 國 年 月 日