



**ENSP**

**Модуль 3:  
Поведенческое  
консультирование  
Часть 2 – Повышение  
мотивации пациента  
по прекращению  
курения**

**НАЧАТЬ**

## После завершения Курса Вы сможете:

01

Описать рекомендуемые методики консультирования для усиления мотивации пациента по прекращению курения

02

Описать ключевые принципы мотивационного интервью

03

Выполнить обзор подхода к прекращению курения на основе сокращения курения







Клиницистам следует использовать **мотивационные методики** для поддержки тех курильщиков, которые не желают прекращать курение (уровень научного обоснования В)



## **Relevance Соответствие**

Каковы причины прекращения курения для пациента?

## **Risks Риски**

Обсудите персонализированные риски для здоровья и иные риски

## **Rewards Вознаграждения**

Обсудите личные выгоды от прекращения курения, которые имеют ценность для пациента

## **Roadblocks Препятствия**

Клиницисту следует попросить пациента определить барьеры или препятствия, которые могут замедлить достижение успеха

## **Repetition Повторение**

Меры по прекращению курения следует часто повторять



*Европейское руководство ENSP по лечению потребления табака рекомендует:*

**Мотивационное** интервью может быть эффективным при оказании помощи пациентам при прекращении курения (уровень научного обоснования B)



**Мотивационное** интервью разработано для того, чтобы помочь людям двигаться в направлении изменения, преодолевая амбивалентность.

- Клиницист действует как сотрудник и рассматривает себя, как равного/равную пациенту.
- Клиницист ищет и пробуждает собственные мысли и идеи клиента о своем курении и как его изменить.
- Клиницист уважает автономию клиента и его/ее право и способность принимать решения, выражая искреннюю заинтересованность в опыте и перспективах пациента.





Попросите  
разрешения

Открытые вопросы

Подтвердите  
позитивный тон  
разговора и  
поведение

Резюмируйте  
сказанное

Размышляйте над  
тем, что Вы слышите  
или видите



# П РА В И ЛО

## Принцип ы МИ



**Сопротивляйтесь  
рефлексии  
исправления**

Избегайте активных попыток решить проблемы пациента или ощущения необходимости сообщить им, что и как делать, если это может вызвать сопротивление

**Поймите  
мотивацию  
Вашего  
пациента**

Мы не мотивируем пациентов, мы выявляем их собственную мотивацию и помогаем им ее увидеть

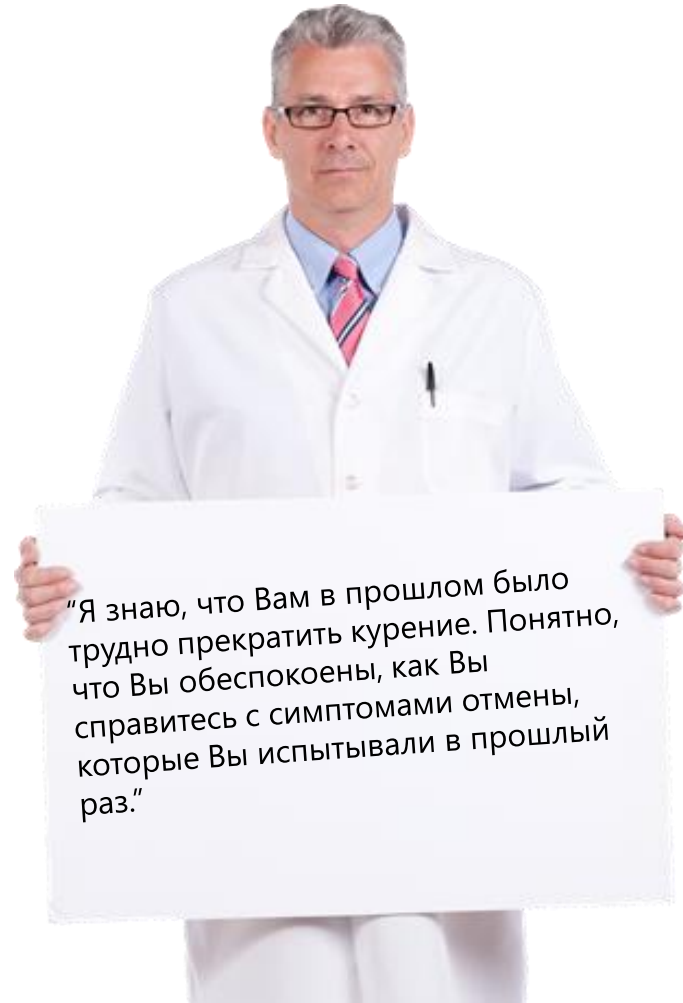
**Слушайте  
Вашего  
пациента**

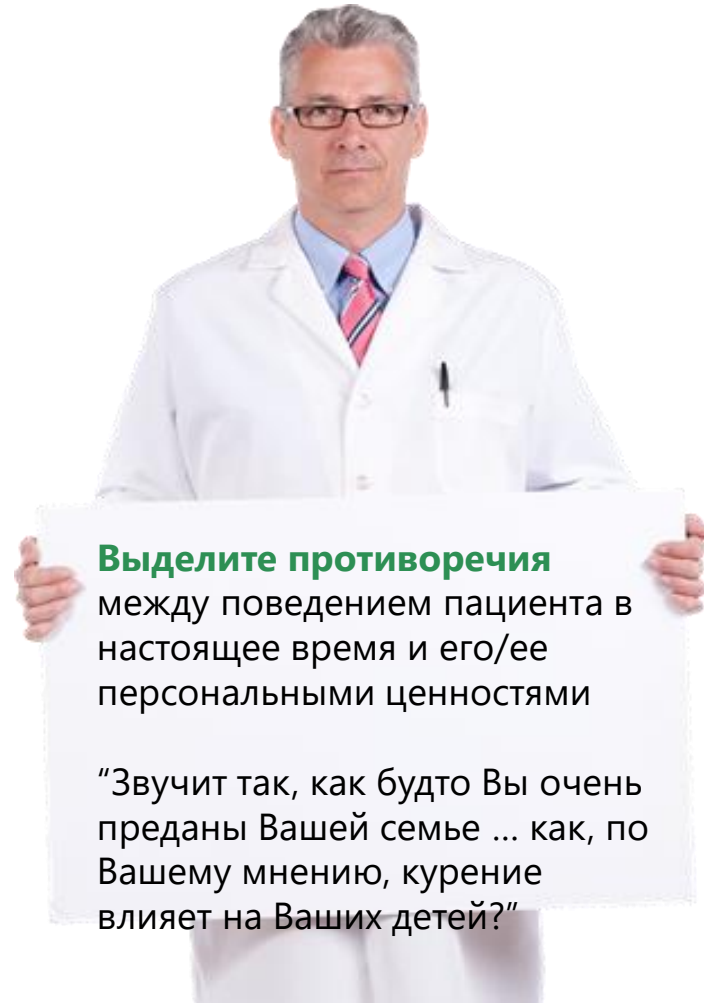
Больше слушайте, чем говорите. Покажите, что Вы понимаете сказанное путем рефлексивного слушания, резюмирования заявлений и выражения позиции принятия

**Окажите  
поддержку  
Вашему  
пациенту**

Пациенту необходимо быть активно вовлеченным и полагать, что он способен добиться успеха. Ваша поддержка и вера в его способность добиться успеха может явиться мощным источником мотивации







**Выделите противоречия**

между поведением пациента в настоящее время и его/ее персональными ценностями

“Звучит так, как будто Вы очень преданы Вашей семье ... как, по Вашему мнению, курение влияет на Ваших детей?”

## Стандартный подход:

- Почему Вы не хотите прекратить курение?
- Разве Вы не хотите лучше себя чувствовать?
- Ваше артериальное давление повысилось, как Вы думаете, почему?

## Мотивационное интервью:

- Что хорошего дает Вам курение?
- Что не совсем хорошее связано для Вас с курением?
- Как Вы думаете, что Вы будете делать с Вашим курением ?



Насколько прекращение курения важно для Вас, по шкале от 1 до 10?

Хmmm... от X до 10

Прекрасно! А почему не меньше?





*Вы пытались прекратить курение  
в прошлом?  
Как долго Вы не курили?*

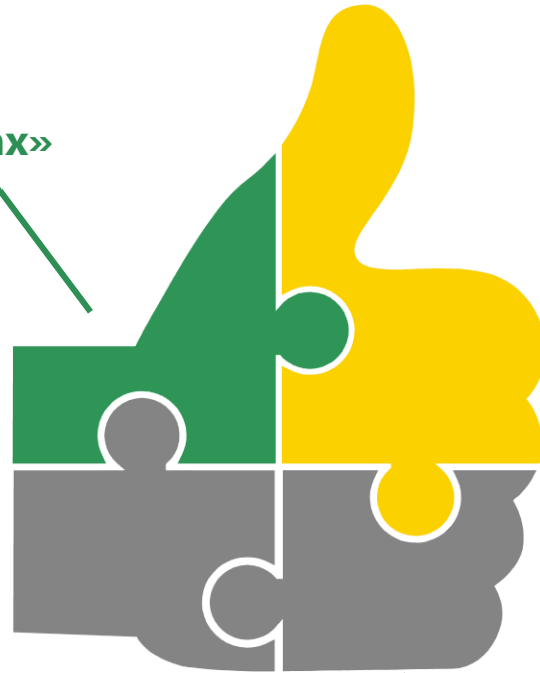
*Что требуется, чтобы еще  
повысить вероятность  
прекращения Вами курения?*

*И как это было? Как Вы себя  
чувствовали? Что заставило Вас  
вернуться к курению?*



## Подкрепите и поддержите «разговор об изменениях» и выражения об «обязательствах»

“Таким образом, Вы обнаружили, что курение влияет на Ваше дыхание и мешает Вашему стремлению не отставать от Ваших активных детей”



## Поддержите право пациентов на отказ от изменений

“Я понимаю, что Вы не готовы прекратить курение прямо сейчас. Когда Вы пожелаете сделать попытку, я буду готов помочь Вам”

## Справляйтесь с сопротивлением

Мотивационное интервью следует ощущать скорее, как танец, а не сражение. Когда пациент начинает сопротивляться дальнейшему обсуждению, отступите



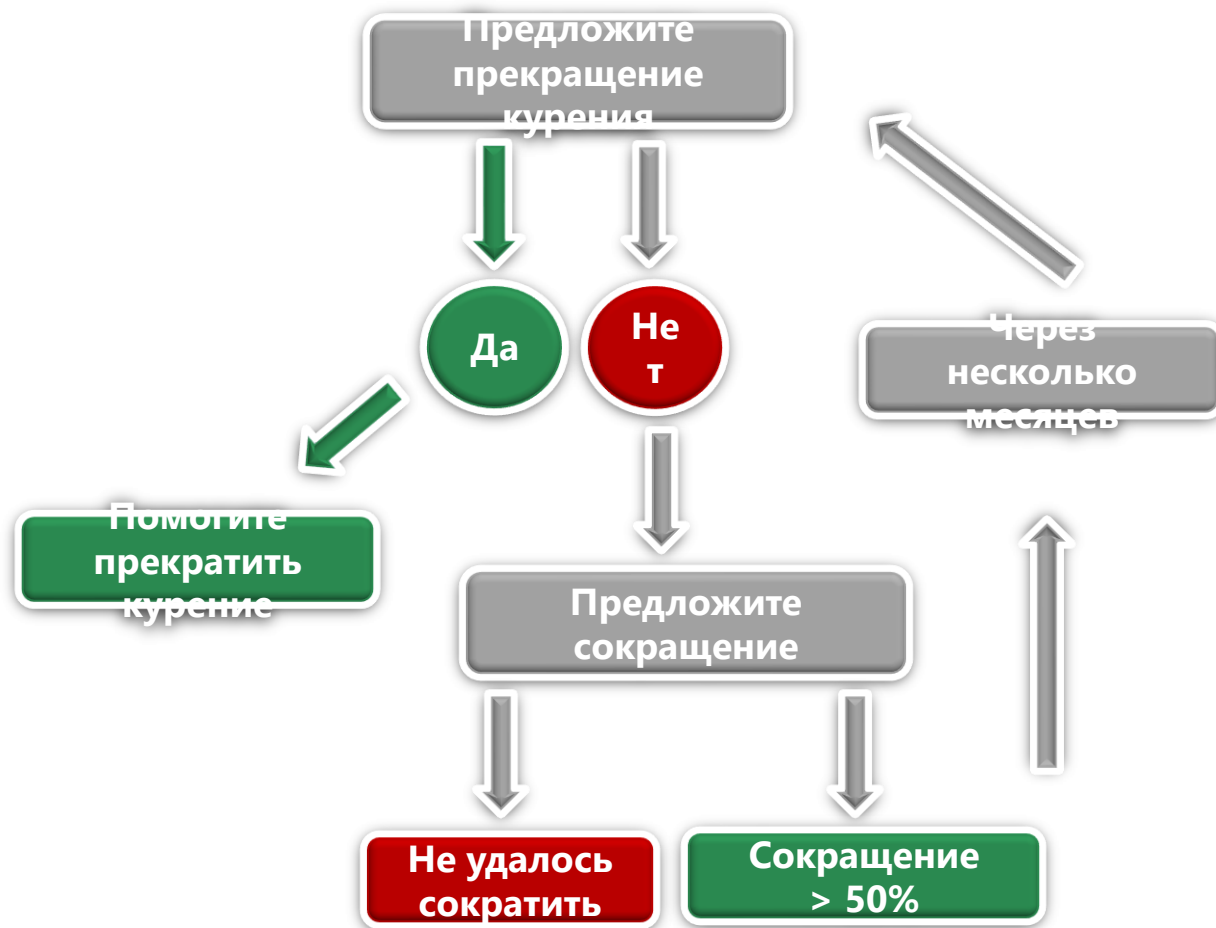
Сообщайте о своем понимании того, насколько трудно бывает прекратить курение.

Сообщайте о своем стремлении помочь при необходимости с прекращением курения.





**Подход  
сокращения  
до  
прекращения**



## Использование НЗТ

Использование НЗТ рекомендуется как часть подхода «сокращение до прекращения» среди курильщиков, которые сообщают о более высоких показателях никотиновой зависимости

## Использование варениклина

В одном исследовании показана эффективность использования варениклина как части подхода «сокращение до прекращения»

Сообщайте о своей вере в  
способность пациента  
прекратить курение

1

2

Обеспечьте положительное  
подкрепление в отношении  
важности прекращения курения

Поздравляйте даже с небольшими  
успехами

3



## Модуль 4 - Фармакотерапия