

戒烟：医者先行 以一持万

▲中日友好医院控制吸烟与呼吸疾病防控部 国家呼吸医学中心 程安琪 肖丹



王辰 院士



肖丹 教授

近日,《中华医学杂志》在线发表了由中日友好医院国家呼吸医学中心、世界卫生组织戒烟与呼吸疾病预防合作中心王辰院士、肖丹教授团队完成的《中国“戒烟：医者先行”项目效果评价》。该研究发现项目实施后,医务人员戒烟意愿以及接受戒烟药物治疗比例明显提升,说明“戒烟：医者先行”在医务人员群体中拥有较好的可接受度与可行性,对我国医务人员控烟工作乃至全国控烟工作的开展,具有重要的指导意义和推动作用。

医务人员是帮助吸烟者戒烟的最佳人选

由于专业知识背景、榜样作用、工作性质以及社会舆论影响力等因素,医务人员是控制烟草流行及开展戒烟工作的重要组成部分。70%的人每年至

少会就医一次,在吸烟者就医时,医务人员仅给予3分钟的简短戒烟干预,都会激发吸烟者的戒烟尝试并提高戒烟成功率。可以说,医务人员是帮助吸烟

者戒烟的最佳人选。如果医务工作者本身吸烟,将导致他们对患者进行戒烟干预的行为明显减少,因此降低医务人员吸烟率有重要的公共卫生意义及社

会影响。英国、美国等国家的经验已证实,医务人员吸烟率下降可以成功带动全民吸烟率的下降,进而减少吸烟相关疾病的疾病负担。

我国无烟医院建设及医务人员控烟之路从零起步

20世纪八九十年代,我国医务人员吸烟率超过30%,男性医生吸烟率高达56%~60%,我国控烟之父翁心植院士提倡全国控烟工作,主持第一次全国吸烟行为的流行病学调查。在21世纪初,随着我国逐渐开展吸烟有害健康的宣传活动,尤其是2001年中国申办第29届奥运会时提出“绿色奥运”理念,以及2003年签署世界卫生组织《烟草控制框架公约》之后,控制烟草流行成为国家意志以及对社会的承

诺,社会各界对控烟工作的理解和重视度逐渐提升。

为了推动控烟工作,2004年,王辰院士控烟团队率先在国内开展了无烟医院建设的探索,将控烟工作重点放在了医务人员群体,并实施了一系列控烟措施。在此基础上,王辰院士团队举办全国医院控烟工作会议,分享无烟医院创建经验,推动制定无烟医院建设指南与标准。首批来自20个省份的41家医院参与无烟医院

试创建试点后,仅14个月的时间,男性医务人员吸烟率就从43.1%下降至34%。该结果也为原卫生部等4部委颁布《关于2011年起全国医疗卫生系统全面禁烟的决定》提供了重要研究与实践依据。后续我国政府还颁布了《关于进一步加强控烟履约工作的通知》等一系列相关政策文件,明确指出要将工作人员戒烟纳入医疗卫生机构管理规定,鼓励和帮助吸烟的医务人员戒烟。

中国戒烟联盟成立 全国“戒烟：医者先行”项目启动

在政策发布后,我国医务人员吸烟率呈逐渐下降趋势,始终低于人群整体吸烟率,但仍不理想,2015年调查发现依然有43%的男性医生吸烟。2016年,中日友好医院受原国家卫生计生委委托牵头成立中国戒烟联盟(以下简称“联盟”),首批成员由委属委管医院和中华医学会呼吸病学分会烟草病学学组成员单位组成,后逐步扩大。联盟旨在从国家级层面推动建立医院整体烟草依赖诊治网络,逐步构建中国临床戒烟体系,推动无烟单位建设,帮助吸烟的医生戒烟,配合国

家卫生计生委履行世界卫生组织《烟草控制框架公约》,最终降低我国人群吸烟率,减少烟草危害。

作为联盟牵头单位,中日友好医院成立控烟领导小组、签订控烟责任书、加强控烟巡查、完善戒烟体系、定期控烟考核、加强宣教多措并举,争做全国最严无烟医院。2017年,中国戒烟联盟首次在全国范围内参照中日友好医院模式开展“戒烟：医者先行”活动,通过吸烟情况调查,深入了解我国医务人员的吸烟特点、烟草依

赖患病情况及戒烟意愿的影响因素,探索适合医务人员的戒烟干预方法并明确其效果,提高戒烟成功率。“医者先行”理念包括三方面含义:一是鼓励并帮助吸烟的医生戒烟,进而带动患者戒烟;二是开展门诊及住院患者戒烟工作,将烟草依赖诊治纳入医院常规医疗工作;三是防止未吸烟者吸烟。

“戒烟：医者先行”活动,得到了全国各大医院的积极响应,第一批有54家单位参与,覆盖我国六大地理区域逾2万名医务人员。

烟草依赖规范化诊治效果 八成吸烟医务人员开始戒烟 六成戒烟成功

项目调查发现,我国吸烟医务人员以中年男性为主,吸烟原因主要为缓解精神压力、提神、受亲朋或社会应酬影响等。

干预前,我国52.9%的吸烟医务人员有戒烟意愿,虽然高于一般人群(10%~31%),但与英国(65.3%)、美国(75.1%)等国相比,仍存在较大提升空间。调查还发现,仅14.1%的医务人员选择使用戒烟药物,而高达71.8%的中度或重度烟草依赖者曾经戒烟失败,这说明我国医务人员不了解烟草依赖的规范治疗,对戒烟药物使用的必要性认知不足,戒烟干预工作的核心应是治疗烟草依赖。因此,“戒烟：医者先行”项

目针对性的开展了适合医务人员的戒烟干预措施,包括:健康宣教(内容涵盖吸烟相关疾病、烟草依赖严重程度判定标准、常见戒断反应及应对方法、戒烟药物原理及使用方法)、一对一烟草依赖诊断及严重程度评估等,对需要戒烟帮助尤其是中或重度烟草依赖的医务人员提供1个疗程(3个月)的戒烟药物干预。

上述措施的效果非常显著。项目结束时,参与活动的吸烟医务人员中,81.0%的人响应号召并开始戒烟,其中60.2%的人戒烟成功3个月以上。这也表明,“戒烟：医者先行”理念在医务人员群体中拥有较好的可接受度与可行性。

让医务人员的队伍成为控烟的铁军

2016年,国家制定《“健康中国2030”规划纲要》,提出到2030年,15岁以上人群吸烟率要降低到20%。2019年,实施控烟行动,被纳入健康中国15个重大专项行动中。2022年5月31日,是第35个世界无烟日,国家卫生健康委将开展“戒烟：医者先行”活动定为重要主题活动之一,号召全国各地充分发挥医务人员的示范作用,倡导医务人员以身作则不吸烟,发动身边人远离烟草。王辰院士控烟团队在前期的经验基础上,对“在线戒烟”技术平台进行升级,并制定、推行门诊及病房戒烟干预流程,进一步探索促进烟草依赖规

范化诊治的有效措施,将在下一步活动中进行推广。

吸烟危害巨大,控烟势在必行,医院责无旁贷。在世界无烟日到来之际,王辰院士也代表健康中国行动控烟行动工作组,与全国各位医务工作者一道,发出倡议:医疗卫生系统是控烟的“先行军”,医院是控烟工作特殊而重要的场所,卫生工作者要在公众面前率先树立不吸烟的典范,同时把控烟工作体现在自己的日常医疗公共卫生行为中,真正做到“医者先行”,让医务人员队伍成为控烟的铁军,助力健康中国行动控烟目标的实现!

(上接 B2 版)

★ 1.835 亿 吸烟者患有烟草依赖,其中 1.775 亿为男性。

★ 现有吸烟者中,烟草依赖的患病率高达 49.7%。

★ 非烟草成瘾者,戒烟成功的可能性是烟草成瘾者的 2.88 倍。

六项标准判断是否患有烟草依赖

判断是否患有烟草成瘾的方法如下,根据《中国临床戒烟指南(2105年版)》,如果在过去1年内体验过或表现出下列6项中的至少3项,则说明患有烟草依赖:

- 1 强烈渴求吸烟;
- 2 难以控制吸烟行为;
- 3 当停止吸烟或减少吸烟量后,出现戒断症状;
- 4 出现烟草耐受表现,即需要增加吸烟量才能获得过去吸较少量烟即可获得的吸烟感受;
- 5 为吸烟而放弃或减少其他活动及喜好;
- 6 不顾吸烟的危害而坚持吸烟。



扫一扫
关注医师报呼吸频道