

دليل الكادر الصحي

من التدريب إلى إنشاء خدمة إقلاع فعّالة

موجه إلى: الأطباء والممرضين والصيادلة وأخصائيي الرعاية الصحية

بحكم خبرتك الطبية، عندك دور محوري في وقاية المرضى من التدخين ومساعدتهم على الإقلاع. الدليل ده هيوورك إزاي تتدرب وتبدأ خطوات إنشاء عيادة أو خدمة إقلاع في وحدتك الصحية أو عيادتك أو حتى داخل الجامعة.

خطوات التدريب والانضمام كشريك طبي

1. سجّل كشريك طبي — من خلال منصة رنة وردية بمؤهلك ومكان عملك.
2. أكمل تدريب بروتوكول الـ **5As** (اسأل)، **Advise** (انصح)، **Assess** (قيّم الاستعداد)، **Assist** (ساعد)، **Arrange** (تابع).
3. احصل على شهادة إتمام التدريب — تؤهلك لتقديم استشارات إقلاع معتمدة.
4. انضم لمجموعة الكوادر الطبية — لتبادل الخبرات والحصول على استشارة في الحالات الصعبة.

بروتوكول التدخل المختصر (Brief Intervention)

1. **Ask** - اسأل — اسأل كل مريض عن حالته التدخينية في كل زيارة، مش مرة واحدة بس.
2. **Advise** - انصح — بشكل واضح وشخصي: 'كطبيبك، بنصحك بالإقلاع، وهقدر أساعدك'.
3. **Assess** - قيّم — هل هو مستعد يبطل خلال الـ 30 يوم القادمين؟
4. **Assist** - ساعد — ساعده يحدد خطة، رشله بدائل النيكوتين لو محتاج، وحّوله لدعم نفسي لو لازم.
5. **Arrange** - تابع — حدد موعد متابعة خلال أسبوع من تاريخ الإقلاع.

خطوات إنشاء عيادة/خدمة إقلاع في وحدتك الصحية أو الجامعة

1. احصل على موافقة الإدارة — قدّم اقتراح مبسط يوضح الفائدة والتكلفة المنخفضة للخدمة.
2. خصص وقت أسبوعي ثابت — حتى ساعتين أسبوعيًا كافيين للبدء.
3. جهّز مواد الدعم — استمارات تقييم، مطبوعات توعوية، وسائل تواصل مع المرضى.
4. أعلن عن الخدمة — لافتة بسيطة في الاستقبال، ونشر الخبر بين الزملاء للتحويل.
5. وثّق ونسّق مع رنة وردية — لإدراج خدماتك على خريطة الأماكن الصحية بالمنصة.

التعامل مع الحالات الصعبة

- ☐ المريض بمرض نفسي مصاحب: نسّق مع أخصائي نفسي قبل بدء بدائل النيكوتين.
- ☐ الاعتماد الشديد: فكّر في العلاج الدوائي (مثل بوبروبيون أو فارينيكلين) تحت إشراف طبي.
- ☐ الحمل: أعط أولوية قصوى للإقلاع غير الدوائي، وحوّلي لأخصائي نساء وتوليد عند الحاجة.
- ☐ المراهقين ومستخدمي الفيب: ركّز على التوعية بمخاطر النيكوتين على الدماغ النامي.

كن جزء من الشبكة الطبية لرئة وردية

- ☐ سجّل كشريك طبي وابدأ التدريب المجاني.
- ☐ ابدأ خدمة إقلاع بسيطة في مكان عملك خلال أسبوعين.
- ☐ شارك حالات النجاح مع الفريق لتحفيز زملائك.

كل تدخل بسيط منك يقدر يغيّر مسار حياة مريض بالكامل.

<https://pinklung.egypthealth.net/>



مبادرة رئة وردية