

البرنامج العلاجي

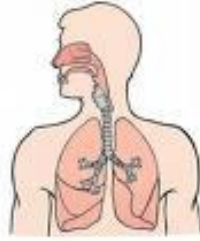
١. فتح ملف للمراجع (مع التأكيد بأن جميع البيانات الشخصية سوف تحفظ بسرية تامة في ملف المراجع الخاص به) .

٢. تعبئة استمارة بيانات عن تدخين المدخن وتشمل الآتي :

- معلومات مفصلة عن حالة تدخين المدخن من حيث : عدد المرات و الفترة الزمنية ونوع التدخين ...
- اختبار درجة (عادة) التدخين .
- اختبار درجة (الإدمان) على التدخين .
- الكشف عن الحالة الصحية للمدخن وعلاقة تدخينه بصحته العامة

٣. فحص العلامات الحيوية Vital Signs وتشمل الآتي :-

- الضغط والنبض .
- الحرارة .
- نسبة الاكسجين في الدم .
- الطول والوزن .



٤. فحص نسبة غاز أول أكسيد الكربون Carbon Monoxide Analysis وهو من الغازات السامة وهو نفس الغاز الذي ينبعث من العادم في السيارة ويضعف قدرة الدم على حمل الأوكسجين حيث يلاحظ أن أغلب المدخنين يعانون من قصر التنفس ويؤدي أيضاً إلى ضعف القدرة على التحكم وإلى اضطرابات النظر ويقلل من أداء العضلات

٥. ويمثل خطراً أكيداً بالنسبة لطاغم القيادة في الرحلات الجوية ويتكون في أثناء الاحتراق البطيء للتبغ وورق السجائر، وقد أثبت الأطباء وجود نسبة كبيرة من هذا الغاز السام في جسم المدخنين وهذا الغاز الذي يقلل من قابلية كريات الدم الحمراء لنقل الأوكسجين مما يسبب نقص الأوكسجين في الأنسجة وبخاصة نسيج عضلة القلب ويمنع الهيموجلوبين من نقل الأوكسجين إلى أعضاء الجسم ونقل الغاز السام بدلاً منه وهو الذي يسبب تلف الأنسجة ويستنفذ حيوية الغدد ويهيج الغشاء المخاطي للفم والقصبات والشعب والحوصلات الهوائية.



٦. فحص كفاءة وسلامة وظائف الرئة Pulmonary Function Tests
٧. فحص وجود ونسبة النيكوتين (المادة المسببة للإدمان) في الدم
Test Cotinine Saliva
٨. عمل أشعة للصدر .
٩. زيارة الإخصائي النفسي والاجتماعي عند الحاجة .

١٠. المقابلة الاستشارية والإرشادية :-
وفيها يتم الاطلاع على نتائج الفحوصات والتحليل من قبل الطبيب المختص، مع تقييم درجة التعود على التدخين والإدمان على مادة النيكوتين والحالة الصحية للمدخن، وتحديد البرنامج العلاجي المناسب والفترة الزمنية للعلاج، بالإضافة الى تزويد المدخن بالمعلومات التثقيفية والوسائل الإرشادية المساعدة لتسهيل عملية التوقف عن التدخين.

١١. طلب عمل تحاليل مخبرية دم وبول (في حال عدم توفر صورة من نتائج حديثة تم إجراءها خلال ٦ أشهر) .

١٢. تزويد المدخن بكتاب إرشادي عن أضرار التدخين .

١٣. عمل ست جلسات بمعدل نصف ساعة يوميا على جهاز الملامس الفضي:

وهو نوع من الإبر الصينية المطور، يتم إيصاله عن طريق ملامسات فضية في أماكن معينة من الجسم مثل الأذن والذراع، ويتم إيصالها بجهاز الذبذبات الذي يقوم بدورة بإرسال ذبذبات معينة إلى الجسم لتجعله يفرز مادة (الإندروفين)، ويظهر تأثير العلاج من خلال تعويض المدخن من النيكوتين الذي يحصل عليه من الدخان والذي يسبب الإدمان على التدخين، وبذلك تقل تأثير العلامات الإنسحابية للنيكوتين خلال فترة الإقلاع، فيشعر المدخن بالهدوء والراحة تلك الفترة، والجانب الآخر المؤثر للجهاز في إزالة الرغبة في التدخين عند المدخن عن طريق التأثير الفيسولوجي لحاستي الشم والطعم، فيحدث تغير لرائحة وطعم التدخين مما يقلل الرغبة عند المدخن للتدخين. وخلال هذه الفترة سوف تقل نسبة النيكوتين في الجسم، ويتخلص المدخن من رغبته في التدخين وإدمانه على مادة النيكوتين من خلال إفراز الجسم لتلك المادة عن طريق إفرازات الجسم الطبيعية، مع الالتزام ببعض الواجبات المطالب بها المدخن مثل الإكثار من شرب السوائل ومزاولة أي نوع من أنواع الرياضة، والابتعاد عن مجتمعات التدخين، والابتعاد عن المشاكل والانفعالات والأسباب المؤدية إليها .