

# 40多年老烟枪半月没碰一根烟

12320戒烟热线效果初显,已有效干预41人,成功戒烟6人

“12320,戒烟我帮您。”威海市12320卫生热线设戒烟专席,免费为威海市城乡居民提供戒烟服务,威海烟民只需拨打12320报名,就会得到专人量身定制的戒烟计划,一起解决戒烟过程中遇到的问题。

据了解,2015年以来,共有50人拨打12320报名戒烟,工作人员有效干预41人,成功戒烟6人,2个人成功建立无烟家庭,戒烟干预成功率达到14.6%。

12320戒烟热线的工作人员正在接听戒烟者电话。  
记者 陈乃彰 摄



本报记者 刘洁 通讯员 孙敬

## ❖ 已有6位电话报名者成功戒烟

“半个多月了,我没碰一支烟。”今年72岁的张建国(化名)语气中透着自豪。据了解,张建国已有40多年的烟龄,由于肺支气管出现状况,他才开始将戒烟提上日程。“以前一天一盒,后来减到两天一盒。”

张建国之前有过两次戒烟的经历,都以复吸收场。“张先生告诉我们他在疲劳、无聊的

时候最忍不住烟瘾,他必须学会这个时候怎样转移注意力。”威海市12320咨询员邹提说,让自己忙碌起来,最重要的是提醒自己已经是一个非吸烟者。

“12320的接线员告诉我在无聊的时候可以拨打热线,工作人员会给我帮助,为自己好的事情让别人这么上心,我觉得再吸烟都不好意思。”目前,

在12320的帮助下,张建国已经半个多月没碰烟,“咳嗽明显少了,我有信心继续坚持下去。”

“为烟民制定戒烟计划时,最先抓住诱发烟瘾、戒烟动机的关键因素。”邹提介绍,41位有效干预者当中,烟瘾诱发因素集中在无聊,疲劳,周围环境影响,如不知如何拒绝别人递烟等。诱发因素、戒烟动机不

同,戒烟计划会不同,“因为身体出现病变想戒烟的,我们会重点普及吸烟对身体的危害。”

据统计,2015年以来,威海共有50人拨打12320报名戒烟,工作人员有效干预41人,成功戒烟6人,2个人成功建立无烟家庭,戒烟干预成功率达到14.6%。戒烟成功的个例中有很多是烟龄十多年的老烟民。

## ❖ 报名免费戒烟 至少享受6次服务

“电话戒烟方便也经济,我把这个当做一种尝试。”此次成功戒烟的李力(化名)说,12320提供的是免费服务,多数时候他是接听12320的电话,“连市话费都省了,对戒烟者来说只有好处。”

可是,多数戒烟者不知道热线电话还可以帮助戒烟。在热线戒烟服务中,12320咨询员按照科学的戒烟劝阻流程,掌

握报名者的戒烟史,提高报名者对吸烟危害的认识,帮助其定制戒烟方案,通过心理学的方法帮其树立戒烟决心。

邹提的桌上放着一摞报名戒烟者的档案,里面详细记录了报名者的烟史、吸烟诱发因素、戒烟的动机及电话干预戒烟的进度等。有志戒烟的烟民在最难熬的戒烟初期获得了专业的电话帮助和鼓励。

“建立无烟家庭,与烟民约定家里室内不能吸烟,”邹提介绍,想吸烟的时候,需到外面,无形中让烟民有了戒烟的心理构造。建立无烟家庭适合想戒烟,但缺乏毅力,还没做好戒烟准备的烟民。建立无烟家庭的报名者,工作人员会定期回访,当戒烟信心增强后,即可制定戒烟计划。

据12320卫生热线相关负

责人介绍,电话干预戒烟已在很多国家和地区实行,在美国,戒烟热线已经是一种非常普遍的戒烟手段。威海市12320戒烟咨询员采用的是美国的热线戒烟劝阻流程,每位参加12320电话戒烟的市民,至少会接受四次热线干预服务和两次回访服务,每次时间在半小时左右。基本干预周期为3至4周。

## ❖ 关注官方微信 可实时获得医疗方面解惑

6个成功案例显示,强化吸烟有害+转移注意力+亮明戒烟身份+邀请监督的综合策略在实践中非常有效。戒烟者没有决心和信心,再有效的综合策略也发挥不了作用。以0到10为标准,0代表戒烟无决心、无信心,10代表戒烟意愿坚决、充满信心,6位成功戒烟者戒烟的决

心和信心全部达到7以上,获取家人百分之百的支持。

“我吸烟很多年了,现在还不是健健康康的?”邹提说,很多烟民有这样的想法,其实吸烟对身体的伤害是一个长期作用的效果。这表示报名者戒烟的意愿不强烈,这也是有效干预人数比报名人数少的主要原因。

戒烟过程中破戒情况时有发生,“偶然破解,不算戒烟失败,只要继续坚持,总会成功戒烟。”邹提说,针对这样的情况,工作人员会与报名者分析破戒原因,找到解决办法。有的戒烟者除了电话辅导外可能还需药物治疗,工作人员也会建议戒

烟者到戒烟门诊接受治疗,还会免费传授如何拒绝劝烟等技巧。

据介绍,威海市12320卫生热线不仅仅有戒烟服务,市疾控中心、市直医疗机构等专家轮流在线,市民关注官方微信:weihai12320还可实时获得医疗、健康方面疑问的解答。

## 千户残疾人家庭将获资金扶持

本报4月7日讯(记者 许君丽) 日前,记者从威海市残联获悉,为了尽快帮助贫困残疾人家庭脱贫致富奔小康,今年,威海市在全市基层党组织中开展结对助残扶贫活动。

今年,威海全市农村、城市社区基层党组织在本村(社区)至少结对帮扶一户贫困残疾人家庭;市、区市选派“第一书记”的单位党组织,原则上在所联系村选定帮扶户;“两新”组织党组织可向所在地县级残联提出帮扶需求,协商确定。通过帮扶,确保每个被帮扶家庭至少有1名劳动力掌握1项以上实用技术或职业技能,能够实现就业或至少参与1项养殖、种植、加工、零售等增收项目。

2015年,威海市将在省定残疾人贫困户和其余的贫困残疾人家庭中选出1000户持有本市常住户口和第二代《残疾人证》,处于就业年龄段(16—59周岁),且有一定劳动能力和技术专长,有脱贫致富的信心和愿望,城市低收入家庭和家庭成员人均纯收入低于省定贫困线标准或处于贫困边缘的农村残疾人家庭进行资金扶持,优先保障省定贫困村中的贫困残疾人家庭。每户给予2000元扶持资金,主要用于帮助其购买生产资料等,力争年内所帮扶贫困残疾人家庭收入有明显增长。

据悉,基层党组织摸清贫困状况后,确定扶持的残疾人将在村(居)范围内进行公示。

## 环翠国税荣获“巾帼文明岗”

本报4月7日讯(记者 李孟霏) 近日,环翠国税局办税服务厅荣获全国“巾帼文明岗”荣誉称号。

多年来,环翠国税局办税服务厅始终坚持“沟通再近一点,理解再多一点,效率再高一点”的服务观,出色完成了各项税收任务,被全国妇联授予全国“巾帼文明岗”荣誉称号。

环翠国税局经常性开展岗位练兵和技能竞赛;坚持“走出去”,不定期组织到移动等窗口部门参观学习,每年邀请市级服务明星到大厅授课;对照纳税服务规范,将出口退税以外的涉税审批及备案事项,前移大厅即时受理,涉税事项办结时间平均缩短一半以上。

按月开设“税法第一课”,培训新办税人员2400余人次;积极参加公益活动,近年来累计为贫困大学生、地震灾区、扶贫村和社会福利院等捐款16余万元,捐赠物1500余件。

# 食源性疾病预防监测医院覆盖全市

由原来的四处增至六处,新增哨点设在荣成和乳山

本报4月7日讯(记者 陈乃彰 通讯员 毕建明) 随着春季来临,气温升高、湿度加大,病原微生物繁殖活跃,食源性疾病预防监测医院由原来的四个增至六个,新增荣成市人民医院和乳山市人民医院,监测哨点医院已覆盖威海全市。

据了解,食源性疾病临床表

现可分为4类:食物中毒,即食用了被有毒有害物质污染的食品或者食用了含有有毒有害物质的食品后出现的急性、亚急性疾病;经食品感染的肠道传染病(如痢疾)、人畜共患病(口蹄疫)和寄生虫病(旋毛虫病)等;与食物有关的变态反应性疾病;因一次大量或长期少量摄入某些有毒有害物质而引起的以慢性损害为主要特征的疾病。

“海鲜食用前一定要完全煮熟,56℃下5分钟或者90℃下1分钟可将海产品中的副溶血性弧菌杀灭。”威海市卫计委相关负责人介绍,威海市引发食源性疾病的主要原因是微生物性致病因子,在春夏季监测到的优势致病菌株是副溶血性弧菌,这与威海是沿海城市、居民普遍喜食海产品有关。

另外,部分居民在路边烧

烤摊位、流动摊位购买食品后引发食源性疾病的情况也时有发生。

近年来,威海市卫计委通过系统和持续的收集食源性疾病、食品污染以及食品中有害因素的监测数据及相关信息,对食品安全状况进行综合分析和及时预警通报。

市卫计委综合监督科科长介绍,威海市将进一步扩大监

测范围,完善监测系统。

在原有的4处哨点医院(市妇幼保健院、市文登中心医院、市妇幼保健院、市经区医院)基础上新增2处哨点医院(荣成市人民医院、乳山市人民医院),食源性疾病监测哨点医院覆盖到各区市。

同时,在全部23所二级以上医疗机构开展疑似食源性异常病例/异常健康事件监测工作。