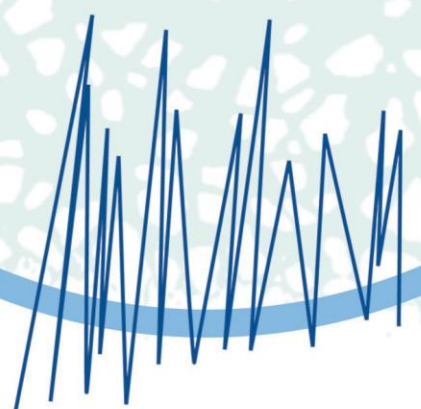


Program Leczenia Uzależnienia od Tytoniu

Przewodnik dla pacjenta



Program Leczenia Uzależnienia od Tytoniu oferuje Ci:

- Dedykowany serwis wewnętrzny i zaplanowane działania następcze po wypisie.
- Konsultacja i przepisanie odpowiedniej Nikotynowej Terapii Zastępczej (NRT), są to produkty pomagające w łaknieniu nikotyny podczas pobytu w Royal Papworth, na przykład:
 - Plastry
 - Nikotynowe pastylki do ssania
 - Arozol
 - Inhalatory
- Dalsze skierowanie w celu wsparcia behawioralnego od lokalnych ośrodków pomagających w rzuceniu palenia, w tym lokalne apteki.

Zostaniesz wypisany/a z minimum dwutygodniowym zapasem Nikotynowej Terapii Zastępczej NRT oraz szczegółami dalszego skierowania.

Twój lokalny ośrodek:

.....

Najskuteczniejszym sposobem na rzucenie palenia jest połączenie leków i wsparcia behawioralnego. Jest trzy razy bardziej prawdopodobne, że rzucisz tą metodą niż bez pomocy (zimny indyk).

Wsparcie behawioralne zwiększa szansę na sukces, oferując bieżące wsparcie i porady dotyczące stosowania leków, skutków ubocznych i objawów przy odstawieniu.

Leki działają poprzez łagodzenie objawów odstawienia nikotyny poprzez:

- Zmniejszenie "głodu nikotynowego" (konieczności palenia z powodu obniżonego poziomu nikotyny).
- Zmniejszenie potrzeby palenia wywołane okolicznościami lub otoczeniem.
- Blokowanie chęci (jeśli palisz podczas przyjmowania leku).

Wybrane przez Ciebie produkty Nikotynowej Terapii Zastępczej (NRT) to:

.....

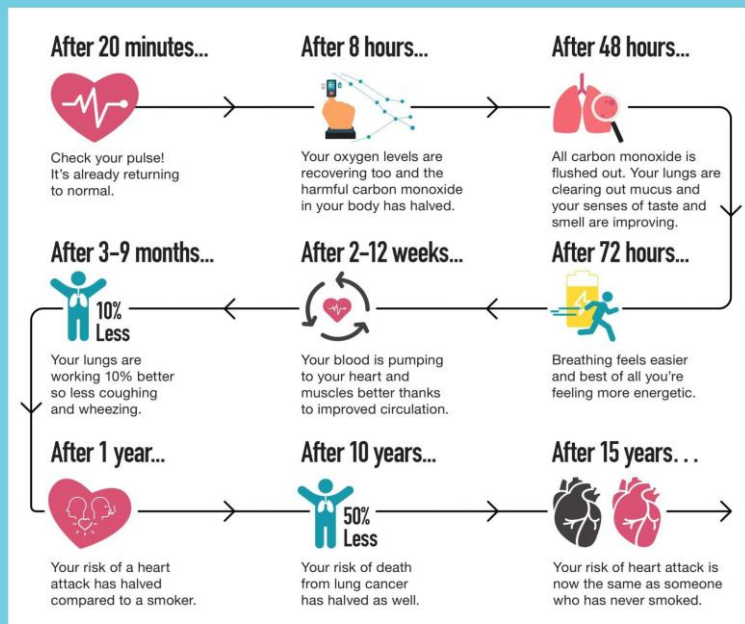
Daty kolejnych wizyt w Royal Papworth:

7-14 dni:	
28 dni:	
12 tygodni:	
52 tygodnie:	

Data rozpoczęcia programu:	
Planowana data rzucenia:	

What happens when you quit smoking?

It's never too late to quit smoking and many health benefits will happen faster than you think. Here's what can happen after your last cigarette...



It's never too late to stop smoking. With the right support you're up to three times as likely to quit for good.

Search smoke free for free support and advice

Better Health Let's do this

Linia wsparcia lub w razie pytań:

01223 638691 / 07789 695573

Email: papworth.ttdteam@nhs.net

Więcej informacji można znaleźć na stronie:

nhs.uk/better-health/quit-smoking/

Aby anonimowo przekazać opinię na temat programu, zespołu lub usługi, skontaktuj się z naszym Działem Porad i Kontaktów z Pacjentem (PALS):

01223 638896 / 01223 638963

Email: papworth.pals@nhs.net

Royal Papworth Hospital NHS Foundation Trust

A member of Cambridge University Health Partners



Papworth Road
Cambridge Biomedical Campus
CB2 0AY



royalpapworth.nhs.uk



01223 638000

Kopie dużym drukiem lub alternatywne wersje językowe tej ulotki mogą być udostępnione na życzenie.

Zobacz cyfrową wersję tego poprzez zeskanowanie kodu QR.



Id autora:	Specjalista ds. Nierówności Zdrowotnych
Departament:	Rehabilitacja
Data wydruku:	lipiec 2023 r.
Przegląd:	lipiec 2025 r.
Wersja:	1
Numer ulotki:	PI 238 (Translated by Cintra)