

ПРОГРАММА школы здоровья «Отказ от курения»

Занятие 1. Введение. Актуальные вопросы по профилактике табакокурения. Распространение табакокурения среди населения на территории Омской области и города Омска.

Занятие 2. Этиопатогенез табачной зависимости. Особенности формирования и течения табачной зависимости. Возрастные особенности.

Занятие 3. Главные компоненты табачного дыма, формирующие никотиновую зависимость.

Занятие 4. Никотиновая зависимость - это болезнь. Никотиновая зависимость и сердечно - сосудистые заболевания.

Занятие 5. Никотиновая зависимость и заболевания органов дыхания.

Занятие 6. Кальян, вэйпинг и электронные сигареты - альтернатива сигарете?

Занятие 7. Пассивное курение. Мифы о курении, мифы о «легких» сигаретах.

Занятие 8. Оказание наркологической помощи пациентам с табачной зависимостью на территории Омской области и города Омска. Нормативно-правовые аспекты.

Занятие 9. Современные методы лечения табачной зависимости. Отказ от курения: чего могут опасаться пациенты? Преодоление последствий отказа от курения. Составление индивидуальных планов отказа от курения.

Занятие 10. Здоровый образ жизни - что это? Подведение итогов. Дискуссия. Обсуждение.