

戒菸服務人員訓練課程綱要

壹、西(牙)醫師新訓課程(6 小時)

一、基礎課程(3 小時，均應作課後測驗)			
序號	課程名稱	教學重點	內容大要
1	菸害及相關法規介紹 (1 小時)	1. 吸菸對健康的影響 (菸害)。 2. 戒菸的好處。 3. 菸害防制相關法規簡介。 4. 如何強化吸菸者之戒菸動機及認識戒菸之方法。	1. 菸害總論 (包括重要相關流行病學資料及數據)。 2. 吸菸致病機轉及其與惡性腫瘤、心血管及呼吸系統疾病、牙周病及眼睛黃斑部病變之關係，對生殖系統之影響。 3. 認識低焦油菸、電子煙、加熱菸。 4. 二手菸危害。 5. 戒菸的好處(含對手術之好處)。 6. 菸害防制有關法令摘要。 *針對牙醫師請加強說明吸菸與口腔癌、頭頸癌、牙周病的關係及對人工植牙治療、口腔傷口癒合之影響。
2	尼古丁成癮及戒斷症候群 (1 小時)	1. 菸品成分及尼古丁含量。 2. 尼古丁成癮之流行病學資料。 3. 尼古丁依賴/成癮特質及其評估。 4. 認識尼古丁戒斷症候群及其處置。	1. 菸品成分、焦油及尼古丁限量。 2. 尼古丁的藥理(含尼古丁接受器、中腦邊緣多巴胺路徑)。 3. 尼古丁依賴/成癮的特質及評估。 4. 吸菸行為的制約(含尼古丁之腦內正負向回饋機制、認知、壓力、行為等)。 5. 菸癮的評估：質與量、時間、多相度。 6. 戒菸與體重及戒菸的挑戰與對策(含菸癮處理、環境控制、想吸菸念頭的轉移、壞心情與壓力處理)。
3	戒菸的行為改變模式與介入策略 (1 小時)	1. 介紹跨理論行為改變模式與戒菸階段。 2. 如何引起個人戒菸動機。 3. 依不同戒菸階段，給予合適的	1. 簡介跨理論行為改變模式階段於戒菸過程之運用，包括無意圖期、意圖期、準備期、行動期、維持期五階段。

		戒菸對策與協助。 4. 結合跨理論行為模式及戒菸方法與實務流程 (5A、2A+R、ABC)。	2. 行為改變的過程：意識覺察、情緒喚醒、社會釋放、自我再評估、幫助關係、環境控制、自我釋放、反向制約(替代)、行為強化(獎勵)等。 3. 教導個人戒菸的方法與執行實務 (5A、2A+R、ABC)。 4. 依每個不同的行為改變階段，給予合適的戒菸對策與協助。 5. 增強吸菸者戒菸意願的方法： (1) B1：增強動機的晤談。 (2) B2：5R's 增強動機的諮商內容。 (3) 良好的病歷紀錄與管理，有助於戒菸成功。 6. 不同改變階段的介入重點： (1) 使用醫病共享決策模式協助戒菸者決定戒菸方法。 (2) 詢問吸菸狀態與紀錄。 (3) 有意願戒菸者：完成 5A's+加強介入。 (4) 沒有意願戒菸者：A1+A2+A3+B1+B2+A5、2A+R 或 ABC。 (5) 剛戒菸者：讚許、處理困難。
二、專門課程(3 小時，均應作課後測驗)			
1	戒菸輔助用藥介紹及其依賴性處置 (1 小時)	1. 戒菸藥物的介紹及使用。 2. 戒菸藥物依賴性之處置。	1. 戒菸藥物使用方法、劑量、適應症、療程、副作用、優缺點及注意事項。 2. 現有戒菸藥品的發展淵源。 3. 針對戒菸藥物使用後可能之反應、副作用處置的指導建議。 4. 實證醫學文獻回顧戒菸藥物治療國內外的成效。 5. 戒菸用藥的依賴性處置。
2	個案討論 (可進行分組報告或演講課程)	1. 利用案例討論及說明，提供對個案最佳戒菸方式及實際操作的模式。 2. 簡述運動對戒菸的幫助。	藉由不同狀況之個案，評估個案的吸菸史、疾病史、嗜好、職業及健康狀況，說明如何幫助個案戒菸，應包含：

	(1 小時)		1. 臨床個案討論(視訓練需求，選擇青少年戒菸、孕婦及女性戒菸、心血管與慢性疾病者戒菸、一般民眾戒菸、牙科戒菸案例中之 1 至 2 種案例)。 2. 以模擬案例說明「戒菸服務療程個案紀錄表」欄位之填寫。 3. 戒菸之輔助療法-運動理論與實務操作。 *針對牙醫師，可加強說明牙周病治療、口腔黏膜病變、植牙併發症治療與戒菸。
3	門診戒菸實境模擬 (1 小時)	實境模擬將忠實呈現如何辨識吸菸個案、提供戒菸服務時醫師問診、衛教人員戒菸諮詢、藥師給藥、後續進行電話追蹤之過程，使參訓者除學習基本知識外，更加熟悉提供戒菸服務相關流程，增進學習成效。	1. 門診戒菸服務要點： (1) 菸品危害及戒菸服務。 (2) 「戒菸服務補助計畫」規定。 2. 門診戒菸實境模擬案例與情境說明： (1) 如何透過門診、住院、急診協助吸菸者戒菸。 (2) 如何運用辨識、建檔、衛教諮詢、藥物治療及追蹤 5 個步驟，提供戒菸服務。 (3) 如何運用醫病共享決策模式協助吸菸者戒菸。

貳、醫師以外之醫事人員及公共衛生師新訓課程(10 小時)

一、基礎課程 (3 小時，均應作課後測驗)			
序號	課程名稱	教學重點	內容大要
1	菸害及相關法規介紹 (1 小時)	1. 吸菸對健康的影響(菸害)。 2. 戒菸的好處。 3. 菸害防制相關法規簡介。 4. 如何使強化吸菸者之戒菸動機及認識戒菸之方法。	1. 菸害總論 (包括重要相關流行病學資料及數據)。 2. 吸菸致病機轉及其與惡性腫瘤、心血管及呼吸系統疾病、牙周病及眼睛黃斑部病變之關係，對生殖系統之影響。 3. 認識低焦油菸、電子煙、加熱菸。 4. 二手菸危害。 5. 戒菸的好處(含對手術之好處)。 6. 菸害防制有關法令摘要。
2	尼古丁成癮及戒斷症候群 (1 小時)	1. 菸品成分及尼古丁含量。 2. 尼古丁成癮之流行病學資料。 3. 尼古丁依賴/成癮特質及其評估。 4. 認識尼古丁戒斷症候群及其處置。	1. 菸品成分、焦油及尼古丁限量。 2. 尼古丁的藥理(含尼古丁接受器、中腦邊緣多巴胺路徑)。 3. 尼古丁依賴/成癮的特質及評估。 4. 吸菸行為的制約(含尼古丁之腦內正負向回饋機制、認知、壓力、行為等) 5. 菸癮的評估：質與量、時間、多相度。 6. 戒菸與體重及戒菸的挑戰與對策(含菸癮處理、環境控制、想吸菸念頭的轉移、壞心情與壓力處理)。
3	戒菸的行為改變模式與介入策略 (1 小時)	1. 介紹跨理論行為改變模式與戒菸階段。 2. 如何引起個人戒菸動機。 3. 依不同戒菸階段，給予合適的戒菸對策與協助。 4. 結合跨理論行為模式及戒菸方法與實務流程 (5A、2A+R、ABC)。	1. 簡介跨理論行為改變模式階段於戒菸過程之運用，包括無意圖期、意圖期、準備期、行動期、維持期五階段。 2. 行為改變的過程：意識覺察、情緒喚醒、社會釋放、自我再評估、幫助關係、環境控制、自我釋放、反向制約(替代)、行為強化(獎勵)等。 3. 教導個人戒菸的方法與執行實務 (5A、2A+R、ABC)。 4. 依每個不同的行為改變階段，給予合適的戒菸對策與協助。

			5. 增強吸菸者戒菸意願的方法： (1) B1：增強動機的晤談。 (2) B2：5R's 增強動機的諮商內容。 (3) 良好的病歷紀錄與管理，有助於戒菸成功。 6. 不同改變階段的介入重點： (1) 使用醫病共享決策模式協助戒菸者決定戒菸方法。 (2) 詢問吸菸狀態與紀錄。 (3) 有意願戒菸者：完成 5A's+加強介入。 (4) 沒有意願戒菸者： A1+A2+A3+B1+B2+A5、2A+R 或 ABC。 (5) 剛戒菸者：讚許、處理困難。
二、專門課程 (7 小時，均應作課後測驗)			
1	A.藥師： 戒菸輔助用藥介紹及用藥指導、戒菸實境模擬 (2 小時) B.非藥師： 戒菸輔助用藥介紹、戒菸實境模擬 (2 小時)	1. 戒菸藥物的介紹及使用。 2. 模擬執行戒菸服務的過程，收案及指導使用戒菸用藥、填寫「戒菸服務療程個案紀錄表」及追蹤個案。	1. 介紹戒菸藥物使用方法、劑量、適應症、療程、副作用、優缺點及注意事項。 2. 戒菸藥物使用後可能之反應、副作用處置的指導建議。 3. 模擬如何辨識吸菸個案、提供戒菸衛教服務、藥事人員給藥、電話追蹤之過程。
2	戒菸諮詢技巧與案例解析 (2 小時)	1. 學習使用諮詢技巧，於戒菸前、過程中及戒菸維持過程，讓戒菸者了解戒菸的問題，提供適當的協助，幫助個案成功戒菸。 2. 以實際案例解說戒菸諮詢的過程及意義。	1. 戒菸前評估：菸癮與菸害、戒菸動機、社交環境及以前戒菸經驗與困難。 2. 戒菸計畫：設定戒菸日、爭取社會支持、預期戒菸後的困難與對策、移除菸品。 3. 戒菸後：戒斷症狀評估與處理、(想)吸菸的狀況處理、增強自我效能。 4. 拒菸技巧說明，尤其對青少年。 5. 不同情境戒菸諮詢技巧之案例解析

			(視訓練需求，選擇青少年戒菸、孕婦及女性戒菸、心血管與慢性疾病者戒菸、一般民眾戒菸案例中之 1 至 2 種案例)。
3	如何協助個案戒菸並預防復吸 (2 小時)	1. 如何協助個案克服戒菸的困難，並鼓勵其堅持下去等實務技巧。 2. 戒菸技巧的運用。 3. 預防復吸：引起復吸的生心理因素。 4. 戒菸復吸的階段與協助技巧。 5. 如何拒菸。	1. 放棄戒菸與戒菸復吸： (1) 未停止吸菸就放棄。 (2) 復吸的危機。 (3) 早期復發：戒斷症狀仍存在，需要堅持到底。 (4) 晚期復發：戒斷症狀已消失，需要預防復發。 (5) 預防復吸：提升自我效能，建立新習慣，調整對吸菸的認知。 (6) 堅持到底：看見戒菸者的努力，讓戒菸者了解自己的進步。 2. 拒菸技巧。 3. 建立健康生活型態。 4. 壓力處理與人際關係。 5. 依不同族群討論如何幫助個案堅持到底。
4	個案討論 (可進行分組報告或演講課程) (1 小時)	利用案例討論及說明，提供對個案最佳戒菸方式及實際操作的模式。	1. 藉由不同狀況之個案，評估個案的吸菸史、疾病史、嗜好、職業及健康狀況，說明如何幫助個案戒菸。 2. 以模擬案例說明「戒菸服務療程個案紀錄表」之欄位填寫。

參、戒菸服務人員之繼續教育課程

每 6 年至少 4 小時(均應作課後測驗)，與戒菸服務有關之專業知能、品質或法規課程皆可；西(牙)醫師以「戒菸輔助用藥介紹及其依賴性處置」之內容優先，醫師以外之醫事人員及公共衛生師以「戒菸諮詢技巧」及「預防戒菸者復吸」之內容優先。

辦理戒菸服務人員訓練課程申請表

辦理單位			申請日期	年 月 日
聯絡人	姓名		職稱	
	電話		電子郵件	
課程類型及對象	☐ 新訓(提供取得戒菸服務人員資格) ☐ 西(牙)醫師 ☐ 醫師以外之醫事人員及公共衛生師 ☐ 繼續教育(提供戒菸服務人員資格屆期者更新其資格效期6年) ☐ 西(牙)醫師 ☐ 醫師以外之醫事人員及公共衛生師			
授課日期	年 月 日	授課方式	☐ 實體課程；地點_____ ☐ 視訊課程 ☐ 線上影片課程	
課程名稱				授課時數

備註：

1. 請於開課日至少2個月前，將本申請表併同戒菸服務人員訓練課程說明表(含講師資料)函送衛生福利部國民健康署(地址：103205臺北市大同區塔城街36號)審查。
2. 辦理單位應督導學員確實完成簽到、退及課後測驗，全程參與課程並完成簽到、退，且課後測驗成績達70分以上者，始為合格。
3. 本申請表及戒菸服務人員訓練課程說明表如有修正，依本署醫事人員戒菸服務訓練系統所示為準；另如不敷使用，請自行增列(下載網址：<https://quitsmoking.hpa.gov.tw/Web/Notice.aspx>)

附件3

戒菸服務人員訓練課程說明表

註：請講師就每一課程單元填寫1份

主辦單位					
課程類別	☐ 基礎課程 ☐ 專門課程 ☐ 繼續教育課程				
課程名稱					
日期/時間	年 月 日 上午 下午				
上課地點					
講師姓名		服務單位		職稱	
講師主要學經歷	學歷： 經歷：				
成效評估	☐ 滿意度問卷 ☐ 其他：_____				
課程目標					
課程大綱					
課程摘要 (150-200字)					

戒菸服務人員舊制課程之訓練時數採認規定

舊制課程類別	採認方式
西(牙)醫師 新訓：戒菸治療	1. 未完成舊制核心線上課程者(6 小時)，不予採認，應完成全部新制新訓課程(基礎課程 3 小時及專門課程 3 小時)。 2. 已完成舊制核心線上課程者(6 小時)，僅須完成新制新訓基礎課程「戒菸的行為改變模式與介入策略」1 小時，及專門課程 3 小時。
西(牙)醫師 繼續教育：戒菸治療	已完成之時數均予採認，但應補修新制新訓基礎課程「戒菸的行為改變模式與介入策略」1 小時。
西(牙)醫師 新訓：戒菸衛教	1. 已完成舊制核心線上課程「戒菸的行為改變模式與策略」者，採認具衛教資格。 2. 已具效期內戒菸治療服務資格之醫師，再完成新制新訓基礎課程「戒菸的行為改變模式與介入策略」1 小時，即採認具衛教資格。
醫師以外之醫事人員 新訓：戒菸衛教	1. 未完成舊制核心線上課程者(14 小時)，應完成新制新訓課程 10 小時(基礎課程 3 小時及專門課程 7 小時)。 2. 已完成舊制核心線上課程者(14 小時)，僅須完成新制新訓專門課程 7 小時。 3. 已完成舊制核心線上課程、核心實體課程、專門線上課程及專門實體課程者(共計 33 小時)，採認具衛教資格。
醫師以外之醫事人員 繼續教育：戒菸衛教	已完成舊制繼續教育之課程均予採認，達 4 小時者，即可更新資格效期 6 年。