

Одним из перспективных направлений является работа «горячей линии», в том числе по оказанию помощи при отказе от курения. Большинство курящих людей готовы отказаться от данной вредной привычки, но не могут это сделать вследствие развития зависимости. Согласно зарубежным данным, самостоятельно удается отказаться от табакокурения только 5% желающих бросить курить. Остальные нуждаются в поддержке при отказе от курения. Эта проблема весьма актуальна с высокой распространенностью курения как в России в целом, так и в Московской области в частности.

В нашей стране организована консультативная телефонная помощь при отказе от курения под эгидой Министерства здравоохранения Российской Федерации. **Каждый курильщик, желающий получить помощь, может позвонить по телефону 8-800-200-0-200.**

В задачи консультирования входит:

1. Повышение информированности курильщиков о пагубном воздействии табачного дыма на организм, методах помощи в отказе от курения.
2. Повышение мотивации к отказу от употребления табачных изделий.
3. Изменение психологических установок в отношении табакокурения и обучение адаптивным формам поведения.
4. Поддержка при отказе от табакокурения, обучение навыкам самопомощи при появлении симптомов отмены.
5. Информирование о медицинских учреждениях, оказывающих помощь в отказе от курения, об эффективных методах помощи и лечения табачной зависимости.