加入戒菸服務，攜手共創三贏

戒　菸　服　務　-　共　同　守　護　健　康

台灣家庭醫學醫學會

菸草流行是全球主要的公共衛生威脅，更是人類可預防死因的第一名，不僅影響個人及族群健康、更造成社會經濟的嚴重戕害。根據世界衛生組織 2021 年的白皮書，全球每年有超過 700 萬人死於菸品使用，另有 120 萬人死於二手菸或三手菸 (1)。在台灣，每年至少 2 萬人死於菸害，平均每 25 分鐘就有 1 人因吸菸而喪失生命 (2)。台灣自民國 86 年實施菸害防制法以來，陸續透過調高菸捐、擴大禁菸範圍、增加菸品警示圖文以及限制廣告促銷等措施，同時善用菸捐推動二代戒菸全面多元服務，國人的菸害得以稍獲控制，成人吸菸率從民國 85 年 29.2%降至民國 109 年的 13.1%，降幅超過一半。然而，要達到無菸家園之目標，仍有一大段路要走。當務之急應思考如何更積極與全面性的推動菸害防制，透過擴大戒菸服務醫師的參與，以加速吸菸率之下降。

實證研究指出，菸草尼古丁具有高度成癮性，僅靠意志力戒菸的成功率約僅 3-5%，亟需醫事人員專業的戒菸協助、藥物的控制與心理上支持。尤其世界衛生組織認定，戒菸是提升國民健康最有效也是最重要的策略，身為民眾健康守護第一線的家庭醫師，不應只是消極地治療因菸害所導致的疾病，而是須責無旁貸地積極投入戒菸服務，落實家庭醫學的周全性、持續性、協調性、可近性與負責性的全人照護。家庭醫師是吸菸者最方便親近的協助資源，當他們因病痛尋求醫師協助時，便是最好的戒菸機會，同時醫師在民眾心目中更是最被信賴的健康資訊提供者，醫師的「一句話」勸戒，在每 100 個吸菸者中可以增加 2-3 個人戒菸成功，並帶來許多益處；包括提昇民眾健康，減少醫療支出、同時更可以增加醫師收益；創造民眾、醫師、社會三贏，進一步協助國家達到無菸家園的目標 (4)。醫師協助戒菸的好處為：

一、提昇民眾健康：戒菸是最符合成本效益的健康服務，戒菸可以同時預防癌症、心血管疾病與呼吸道疾病、延長壽命，且家人和周遭的人們亦受益; 除了肺癌、心血管及呼吸道疾病，吸菸亦會造成頭頸癌、食道癌、胃癌、肝癌、腎臟癌、胰臟癌、大腸癌、子宮頸癌及血癌的機率增加，其他相關疾

病包括胃潰瘍、焦慮、不孕、性功能障礙、皮膚皺紋、腦中風、白內障、牙周病等，因此各專科之醫師，在治療臨床疾病的同時，若能協助吸菸病人戒菸，將能從根本提升民眾健康。

二、減少醫療支出：每位接受國民健康署門診戒菸治療服務的成功者，戒菸前後六個月的醫療費用相比降低 5,481 元。每幫助 1 位吸菸者成功戒菸，對社會未來 11-15 年的經濟效益可以達 42 萬元以上。民國 109 年在臺灣有 4.1 萬人成功戒菸，短期節省 2.2 億元的醫療費用，長期創造 172 億元的經濟效益 [3]; 不僅節省健保資源，更減少吸菸後遺症所造成的工時及生產力損失，對社會經濟貢獻更為巨大。

三、增進醫師收益：戒菸每次診療補助診察費 250 元、戒菸衛教費 100 元、個案追蹤費 50 元。若每年有 100 人接受戒菸服務，平均每人接受 2 次療程共 8 次診療、8 次衛教計算，每年即可增加至少 32 萬的收入。國民健康署在今年五月份已減免民眾戒菸的部分負擔，也研擬提高診察費用，放寬處方限制，預期未來收入應更為增長。 醫師亦可透過提供戒菸服務，提升病人忠誠度、醫療品質及民眾滿意度。此外，目前許多疾病採論病或論質計酬支付；研究顯示，戒菸可以降低術後併發症，對於手術後的傷口癒合與肺部併發症都有顯著助益 [5]，因此協助民眾戒菸，可以增加收益。

台灣家庭醫學醫學會體認到戒菸服務對醫師、社會、民眾、國家之益處，為提升各科別醫師對於戒菸服務之參與，學會積極辦理「戒菸治療醫師」訓練，歷年來已有 1 萬 4,685 人完成訓練，然而後續簽約提供服務醫師僅 6,558 人，故仍需廣大先進與同儕一同加入戒菸服務的行列。在此誠摯鼓勵醫師們踴躍參與戒菸治療訓練，並簽約提供戒菸服務，若已取得認證之醫師更要完成繼續教育與換證；未來期待有更多站在民眾第一線的家庭醫師投入，將戒菸服務拓展至社區每一角落，以提升民眾戒菸成功率，促進醫療品質及全民健康，達到無菸家園的理想。



參考文獻

(1) Global Burden of Disease [database].Washington, DC: Institute of Health Metrics; 2019.IHME,accessed 17 July 2021

(2) HPA. Adult Smoking Behavior Survey; Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare: Taipei, Taiwan, 2018.Available online: https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=1710 (accessed on 1 September 2021).

(3) 2021 國民健康署年報

(4) 2020 臺灣菸害防制年報

(5) Mills, Edward, et al. "Smoking cessation reduces postoperative complications: a systematic review and meta-analysis." The American journal of medicine 124.2 (2011): 144-154.