

## 台灣南部某村落連續三年成功 開辦高戒菸成功率戒菸班 高雄市衛生局 田寮區衛生所 所長 陳全裕醫師



陳全裕1、陳如意2、周明岳2、郭紀揚3、薛光傑2  
1：高雄市田寮區衛生所，高雄，臺灣  
2：高雄榮民總醫院家庭醫學部，高雄，臺灣  
3：高雄榮民總醫院耳鼻喉部，高雄，臺灣

## 引言(1)

- 群體治療是一個已經證實有效提供吸菸民眾戒菸的方法，**戒菸班**經過招生與團體課程，臨床上，台灣的群體戒菸治療成功率一般可以達到30-50%，衛生所戒菸班成功率可以達到50%
- 戒菸才能立即減少吸菸造成的疾病和死亡

## 引言(2)

- 如何增加戒菸班成功率？
- 戒菸班成功率是否可以達到100%的戒菸成功率？
- 鄉村地區如何開辦戒菸班？
- 衛生單位如何運用戒菸班營造無菸環境？

## 有效的戒菸輔助方法

- **醫師介入** 1.44倍
- **護士介入** 1.5 倍
- 住院病患 1.82倍
- **群體治療** 2.1 倍
- **個別行為諮詢** 1.55倍
- **尼古丁置換法** 1.73倍

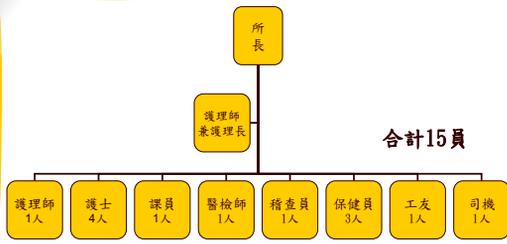
**全部加在一起(?倍)**

## 方法

## 高雄市田寮區(1)

- 2010年12月改制前為高雄縣田寮鄉
- 全台老化排名第三名(2011年)：24.38%
- 一位醫師，9位護理人員
- 一個醫療院所：衛生所
- 沒有藥局
- 沒有加油站、沒有便利商店

### 田寮區衛生所編制



### 高雄市田寮區(2)

- 超高齡、醫療資源缺乏、青壯年人口外流社區
- 2006年12月總人數8721人，外流率44%
- 平均死亡年齡低於台灣情形
- 老年男性曾經吸菸率68.3% (2011年調查)
- 老年男性目前吸菸率32.0% (2005年調查)

### 2007年新興社區戒菸班(1)

- 承辦人: 陳乃甄
- 上課地點: 新興村龍鳳寺
- 上課時間: 2007年6月27日至2007年8月1日  
每週三晚上19:00至21:00 (六次)
- 上課講師: 陳全裕、薛光傑、陳如意、郭紀榮
- 上課人數: 10人



### 戒菸班上課地點-新興村龍鳳寺



### 2007年新興社區戒菸班(2)

- 僅招生新興村18歲以上吸菸民眾
- 六週課程:
  - 為什麼那麼多人在吸菸
  - 吸菸對身體的傷害
  - 戒菸的理由與方法
  - 戒菸期間之壓力調適
  - 戒菸期間之營養與運動
  - 戒菸期間之行為改變模式與經驗分享



新興村總人數1590人

### 田寮區各里人口數

村(里)別	總人數	男生人數	住在村內男生預估人數
南安村(里)	1436	810	454
大同村(里)	485	284	159
田寮村(里)	446	251	140
七星村(里)	874	491	275
<b>新興村(里)</b>	<b>1590</b>	<b>862</b>	<b>483</b>
西德村(里)	1061	595	332
崇德村(里)	1195	646	362
三和村(里)	494	280	157
古亭村(里)	718	404	226
鹿埔村(里)	422	251	140

### 2008年新興社區戒菸班

衛生所主任 村長

藥物給予

10人

### 2009年新興社區戒菸班

醫護合作 (執行單位)

社區力挺

專業教育

17人

### 神明支持(宣示)

壹周刊2010.09.23

### 創新(意)

戒菸癮 對神發誓獲重生

### 結果

### 2007-2009年新興村社區戒菸班

年份	班員人數 (人)	平均年齡 (歲)	平均菸齡 (年)	老人比例	平均菸量 (支/天)	平均起抽CO吹氣量 (ppm)	起抽CO吹氣量 < 7人 數(比例)
2007	10	67.5 (51-81)	42.7 (25-63)	70%	21.6 (6-30)	17.8 (6-34)	2(20%)
2008	10	67.7 (48-78)	43.7 (28-57)	70%	27 (20-40)	11.8 (2-30)	4(40%)
2009	17	62.5 (40-85)	39.1 (15-65)	53%	22.5 (10-50)	21.3 (5-49)	2(12%)
合計	37	65.4 (40-85)	41.3 (15-65)	62.2%	23.6 (6-50)	17.8 (2-49)	8(22%)

起抽CO吹氣量：第一次上課時檢測的一氧化碳吹氣量

新興村總人數1580人

### 新興村社區戒菸班戒菸情形

年份	班員人數 (人)	平均開始戒菸週數 (週)	結訓日 (五週) 戒菸成功人數 (比例)	三個月戒菸成功人數 (比例)	六個月戒菸成功人數 (比例)	一年戒菸成功人數 (比例)	一年復吸率
2007	10	1.6	7(70%)	9(90%)	9(90%)	9(90%)	-28.6%
2008	10	2.1	9(90%)	8(80%)	7(70%)	7(70%)	22.2%
2009	17	2.5	15(88%)	13(76%)	13(76%)	13(76%)	13.3%
合計	37	1.8	31(84%)	30(81%)	29(78%)	29(78%)	6.5%

開始戒菸週數(0-5)：第一次上課已經戒菸其開始週數為0，第二次上課已經戒菸而第一次上課尚未戒菸其開始週數為1，依此類推，結訓日已經戒菸而第五次上課尚未戒菸其開始週數為5(結訓日為第六週上課)



### 媒體宣傳

2007-2009年連續三年推動無菸社區 (新興社區)：

- 設立無菸街道
  - 華視新聞採訪播出(2008/11/04)、聯合報(2008/10/31)、壹週刊(2009/01)專訪刊出及中央廣播電台專訪(一小時)播出(2008/10/30)、警察廣播電台高雄台專訪播出(2009/01)
- 高戒菸成功率社區戒菸班
  - 聯合報(2007/12/04、2008/11/24)、壹週刊(2009/01、2010/09)專訪刊出及中央廣播電台專訪(一小時)播出(2008/10/30)

自由時報 中時電子報 聯合報 蘋果日報



### 田寮區死亡人數與年齡

	男性 人數	女性 人數	死亡年 齡(男)	死亡年 齡(女)	平均死 亡年齡
2007年	67	35	69.52	77.58	72.28
2008年	65	43	71.11	82.21	75.53
2009年	48	43	71.92	81.40	75.48
2010年	69	52	75.22	80.48	77.48
合計	249	173	71.98	80.55	75.49

2007年台灣男性平均餘命75.5歲，女性為81.7歲

### 新興村社區戒菸班五點特色

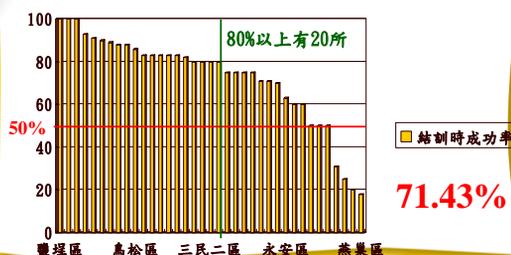
- 招生時間長
- 招生範圍小
- 有力的公共衛生護士影響力(菸害防制承辦護士結合地段公衛護士的模式)
- 有力的社區支持系統
- 同時提供多種有效戒菸方式

### 無菸社區(鄉)健康營造

- 2007年至今
- 新興社區(2007-2009年)、崇德社區(2009-2010年)
- 社區戒菸班成功率高，共計七班(2007-2011年)
  - 結訓時達90%的戒菸率
  - 半年時達80%的戒菸率
  - 一年時達70%的戒菸率
- 民國2009-2010年每年都開辦二班戒菸班
- 老年男性吸菸率五年內(2005-2010年)

32% → 17%

### 2011高雄市衛生局衛生所戒菸班



39所衛生所戒菸班(37班的資料: 245/343人, 5-17人/班)