

BỘ Y TẾ  
VĂN PHÒNG CHƯƠNG TRÌNH PHÒNG CHỐNG TÁC HẠI THUỐC LÁ



# TÀI LIỆU TẬP HUẤN XÂY DỰNG CƠ SỞ Y TẾ KHÔNG KHÓI THUỐC

(Tài liệu dành cho cán bộ tại cơ sở y tế,  
trung tâm y tế cấp tỉnh/huyện tham gia xây dựng môi trường cơ sở y tế không khói thuốc)

VĂN PHÒNG CHƯƠNG TRÌNH PHÒNG CHỐNG TÁC HẠI THUỐC LÁ  
CỤC QUẢN LÝ KHÁM CHỮA BỆNH - BỘ Y TẾ  
138A Giảng Võ - Ba Đình - Hà Nội  
Điện thoại/ Fax: 04.6273 2032 - 6 273 3379  
Website: [www.vinacosh.gov.vn](http://www.vinacosh.gov.vn)

Năm 2013

## LỜI NÓI ĐẦU

Tổ chức Y tế thế giới (WHO) đã xếp sử dụng thuốc lá là yếu tố nguy cơ thứ 2 trong số 10 yếu tố nguy cơ hàng đầu đe dọa sức khỏe người dân ở các nước đang phát triển. Sử dụng thuốc lá gây ra 25 loại bệnh nguy hiểm như: ung thư phổi, ung thư thanh quản, ung thư khoang miệng, ung thư da, các bệnh tim mạch, ... Tại Việt Nam mỗi năm có khoảng 40.000 ca tử vong do các bệnh liên quan đến sử dụng thuốc lá. Tổ chức Y tế thế giới dự báo nếu không thực hiện các biện pháp phòng chống tác hại thuốc lá hiệu quả thì đến năm 2030 số ca tử vong hàng năm tại Việt Nam do các bệnh liên quan đến sử dụng thuốc lá sẽ tăng lên thành 70.000 người.

Ngày 21/8/2009 Thủ tướng chính phủ đã ban hành Quyết định số 1315/QĐ-TTg, về việc phê duyệt kế hoạch thực hiện Công ước Khung về Kiểm soát thuốc lá. Trong đó có quy định "Nghiêm cấm hút thuốc lá từ 01 tháng 01 năm 2010 ở lớp học, nhà trẻ, cơ sở y tế, thư viện, nhà hát..." Ngày 18 tháng 6 năm 2012, Luật phòng chống tác hại của thuốc lá (Luật PCTH thuốc lá) đã được Quốc hội thông qua, trong đó một lần nữa việc thực hiện môi trường không khói thuốc đã được quy định rõ ràng và mạnh mẽ. Luật PCTH thuốc lá có hiệu lực từ ngày 01 tháng 5 năm 2013.

Giai đoạn 2009-2012, được sự hỗ trợ của Tổ chức Atlantic Philanthropies, Chương trình Phòng chống tác hại thuốc lá - Bộ Y tế triển khai thí điểm mô hình môi trường không khói thuốc lá tại 3 tỉnh Thái Nguyên, Đà Nẵng và Tiền Giang với các can thiệp được thực hiện trong 3 khối: Cơ quan hành chính, trường học và cơ sở y tế. Một trong những hoạt động quan trọng đó là tập huấn cho các cán bộ chủ chốt tại các tỉnh/thành phố về các bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc. Để triển khai hoạt động và giúp cho các cán bộ chủ chốt trong công tác PCTH thuốc lá của các cơ sở y tế có thêm tài liệu, phương pháp, kỹ năng giảng dạy các bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc, Chương trình Phòng chống tác hại thuốc lá - Bộ Y tế biên soạn cuốn tài liệu hướng dẫn tập huấn xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.

Ban soạn thảo xin chân thành cảm ơn tổ chức Atlantic Philanthropies đã hỗ trợ cho việc xây dựng và in ấn cuốn tài liệu này và xin chân thành cảm ơn các ý kiến góp ý của các chuyên gia trong quá trình xây dựng tài liệu. Chúng tôi mong tiếp tục nhận được các ý kiến đóng góp của độc giả để tài liệu hoàn chỉnh hơn trong những lần tái bản sau.

Xin trân trọng cảm ơn!

### Chủ biên

PGS.TS Lương Ngọc Khuê

### Biên soạn

CN. Trịnh Thị Huệ

Ths. Phan Thị Hải

CN. Vũ Thị Kim Liên

CN. Nguyễn Thị Thu Hương

**T/M Ban soạn thảo  
Chủ biên**

**PGS.TS Lương Ngọc Khuê**

# Mục lục

## PHẦN I MỘT SỐ LƯU Ý VỚI GIẢNG VIÊN

1. Mục đích của tài liệu	3
2. Nội dung giảng dạy	3
3. Nội dung hướng dẫn trong mỗi bài	3
4. Một số lưu ý với giảng viên	4
5. Chương trình tập huấn	4

## PHẦN II HƯỚNG DẪN GIẢNG DẠY

Bài 1. Chào hỏi và giới thiệu chương trình tập huấn	7
Bài 2. Sự cần thiết xây dựng môi trường không khói thuốc tại các cơ sở y tế	10
Bài 3. Hướng dẫn các bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc	17
Bài 4. Hướng dẫn tư vấn ngắn trong hoạt động tư vấn cai nghiện thuốc lá	26
Bài 5. Các văn bản pháp luật về môi trường không khói thuốc	34

## PHẦN III PHỤ LỤC

## PHẦN I: MỘT SỐ LƯU Ý VỚI GIẢNG VIÊN

### 1. Mục đích của tài liệu:

Tài liệu được biên soạn nhằm hỗ trợ các cán bộ chủ chốt trong công tác phòng chống tác hại thuốc lá tại các cơ sở y tế một số kiến thức, kỹ năng tập huấn, giảng dạy về các bước triển khai xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.

- Hướng dẫn chi tiết về tập huấn các bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.
- Các công cụ cần thiết hỗ trợ giảng viên thực hiện các bài giảng bao gồm: tài liệu trình bày trên lớp, tài liệu phát tay, bài tập.
- Công cụ đánh giá trước và sau khoá học.

### 2. Nội dung giảng dạy:

- Bài 1: Chào hỏi và giới thiệu chương trình tập huấn.
- Bài 2: Sự cần thiết xây dựng môi trường không khói thuốc tại các cơ sở y tế.
- Bài 3: Hướng dẫn các bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.
- Bài 4: Một số kỹ năng tư vấn ngắn trong cai nghiện thuốc lá
- Bài 5: Các văn bản pháp luật về môi trường không khói thuốc

### 3. Nội dung hướng dẫn cho giảng viên được sắp xếp trong mỗi bài:

- Thời gian thực hiện bài giảng: tổng thời gian ước tính để thực hiện bài giảng theo các phương pháp gợi ý trong tài liệu.
- Mục tiêu bài học: các kiến thức, thái độ, kỹ năng mà học viên có thể thu được sau bài học.
- Tổng quan bài học: tóm tắt các hoạt động chính, thời gian, phương pháp, tài liệu và phương tiện hỗ trợ.
- Hướng dẫn các tài liệu và phương tiện cần chuẩn bị để thực hiện bài giảng.
- Tiến trình thực hiện: hướng dẫn chi tiết việc triển khai từng hoạt động đào tạo, bao gồm cách dẫn dắt vấn đề, câu hỏi thảo luận, các nội dung chính, các điểm cần lưu ý và cách thức thực hiện hoạt động.
- Hình chiếu (slide/Ao) là nội dung chính sẽ trình bày trong bài giảng

#### 4. Một số lưu ý với giảng viên:

- Số lượng học viên: để áp dụng hiệu quả phương pháp đào tạo tích cực, số lượng học viên mỗi lớp chỉ khoảng 25-30 người. Lớp học nên bố trí ngồi theo hình chữ U hoặc V sẽ thích hợp với phương pháp học tích cực.
- Vai trò của học viên: Chương trình đào tạo cần khuyến khích được vai trò chủ động tích cực của học viên trong quá trình học. Học viên không chỉ tham gia vào phát biểu, trao đổi ý kiến trong thảo luận trên lớp, nhóm mà cần được khuyến khích tham gia vào các hoạt động khác như ôn bài, trực nhật, khởi động lớp học, vui chơi giải trí. Yêu cầu lớp cử ra 1 người làm lớp trưởng. Cần trao đổi cụ thể vai trò nhiệm vụ của lớp trưởng, của học viên trong khoá học cũng như đưa ra các hướng dẫn, hỗ trợ cần thiết.
- Chuẩn bị tài liệu trình bày trên lớp: tùy vào điều kiện tổ chức khoá tập huấn; giảng viên có thể sử dụng các cách khác nhau để chuẩn bị bài trình bày cho phù hợp (trên powerpoint, máy chiếu, giấy A0). Nội dung trình bày cần ngắn gọn, cụ thể, rõ ràng và bắt mắt. Cần tham khảo cuốn Hướng dẫn xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc cùng với bộ tranh hỗ trợ đào tạo truyền thông khi chuẩn bị tài liệu trình bày, giảng dạy.
- Các hoạt động của bài giảng đưa ra trong tài liệu hoàn toàn chỉ mang tính gợi ý. Mỗi nơi, tùy vào khả năng, kinh nghiệm và trình độ học viên, văn hoá địa phương; thời gian thực hiện khoá đào tạo, sẽ quyết định cách thức thực hiện từng hoạt động cũng như thời gian cho từng hoạt động một cách cụ thể.
- Chương trình đào tạo: Dự kiến chương trình đào tạo khoảng 3 ngày. Tuy nhiên, tùy vào điều kiện thực tế (kinh phí, thời gian, trình độ của học viên...) có thể thảo luận với ban tổ chức để điều chỉnh thời gian cho phù hợp.

#### 5. Chương trình tập huấn: (gợi ý 3 ngày)

Thời gian tập huấn hàng ngày:

Sáng: 8h00 - 11h30;

Chiều 13h30 - 16h30

##### Mục tiêu khóa học

Sau khi kết thúc khóa học, học viên có khả năng:

- Nắm được các thông tin cơ bản về tác hại của thuốc lá đối với sức khỏe, kinh tế và môi trường.

- Xây dựng kế hoạch và tổ chức thực hiện cơ sở y tế không khói thuốc lá.

- Nắm được các kỹ năng cơ bản trong tư vấn ban đầu về cai nghiện thuốc lá cho người bệnh hoặc người muốn bỏ thuốc.

- Yêu cầu về kết quả đối với học viên sau khi kết thúc tập huấn:

- Dự thảo kế hoạch tổng hợp 6 bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.
- Dự thảo nội dung khảo sát trước can thiệp.
- Dự thảo nhiệm vụ của ban chỉ đạo.
- Dự thảo nội quy PCTH thuốc lá của cơ sở y tế.

Thời gian	Nội dung
<b>Ngày 1</b>	
8.00-9.00	<b>Bài 1: Giới thiệu chương trình, phương pháp làm việc</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Khai mạc</li> <li>- Làm quen và mong đợi của học viên</li> <li>- Mục tiêu, chương trình và phương pháp tập huấn</li> <li>- Xây dựng nội quy lớp học</li> <li>- Đánh giá đầu vào</li> </ul>
9.00-10.00	<b>Bài 2: Sự cần thiết xây dựng môi trường không khói thuốc lá tại các cơ sở y tế.</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Thực trạng hút thuốc và hút thuốc thụ động ở Việt Nam</li> <li>2. Tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động.</li> </ol>
10.00-10.15	<b>Giải lao</b>
10.15-11.30	<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Tiêu chí của một cơ sở y tế không khói thuốc.</li> <li>4. Lợi ích của việc xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.</li> </ol>
<b>Nghỉ trưa</b>	
13.30-13.45	<b>Khởi động</b>
13.45-14.45	<b>Bài 3: Hướng dẫn các bước xây dựng cơ sở y tế không thuốc lá</b> <p><i>Bước 1: Thành lập ban chỉ đạo về phòng chống tác hại thuốc lá trong cơ sở y tế.</i></p>
14.45-15.00	<b>Giải lao</b>

	<i>Bước 2 : Điều tra thực trạng phòng chống tác hại thuốc lá trong cơ sở y tế.</i> - Lý thuyết: hướng dẫn thực hiện khảo sát trước can thiệp. - Thực hành xây dựng mẫu phiếu khảo sát.
<b>Ngày 2</b>	
08.00-08.30	<b>Khởi động và ôn bài ngày 1</b>
08.30-10.00	<i>Bước 3 : Xây dựng nội quy và kế hoạch thực hiện cơ sở y tế không khói thuốc.</i> - Lý thuyết: hướng dẫn xây dựng nội quy và kế hoạch thực hiện cơ sở y tế không khói thuốc. - Thực hành xây dựng nội quy, kế hoạch thực hiện cơ sở y tế không khói thuốc.
10.00-10.15	<b>Giải lao</b>
10.15-10.45	<i>Thực hành xây dựng nội quy, kế hoạch thực hiện cơ sở y tế không khói thuốc (tiếp)</i>
10.45-11.30	<i>Bước 4 : Phổ biến nội quy</i> - Lý thuyết: các biện pháp hiệu quả phổ biến nội quy
<b>Nghỉ trưa</b>	
13.30-13.45	Khởi động
13.45-15.00	<i>Bước 5 : Triển khai các hoạt động xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.</i> - Lý thuyết: Hướng dẫn triển khai các hoạt động xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.
15.00-15.15	<b>Giải lao</b>
15.15-16.00	- Lý thuyết: Hướng dẫn triển khai các hoạt động xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc (tiếp)
16.00-16.30	<i>Bước 6 : Theo dõi giám sát &amp; đánh giá</i> - Lý thuyết: Các nội dung cần hướng dẫn để thực hiện giám sát.
<b>Ngày 3</b>	
08.00-08.30	Khởi động và ôn bài ngày 2
08.30-10.00	<b>Bài 4: Hướng dẫn tư vấn cai nghiện thuốc lá</b>
10.00-10.15	<b>Giải lao</b>

10.15-11.20	Hướng dẫn tư vấn cai nghiện thuốc lá ( tiếp)  <b>Nghỉ trưa</b>
13.30-14.00	Khởi động
14.00-15.00	Hướng dẫn tư vấn cai nghiện thuốc lá ( tiếp)
15.00-15.15	<b>Giải lao</b>
15.15-16.00	<b>Bài 5: Giới thiệu các văn bản pháp luật về xây dựng môi trường không khói thuốc.</b>
16.00-16.30	Đánh giá cuối khóa học
16.30	Tổng kết

## PHẦN II: HƯỚNG DẪN GIẢNG DẠY

### Bài 1: Chào hỏi và giới thiệu chương trình tập huấn

**1.Thời gian:** 60 phút

**2.Mục tiêu:** Sau phần này, các học viên có thể:

- Biết được các thông tin cơ bản về lớp học và mong đợi với khoá học của các thành viên trong lớp
- Xác định được mục tiêu của khoá học
- Tham gia tập huấn trong không khí cởi mở và thân thiện
- Thống nhất nội quy của lớp học, vai trò, trách nhiệm của học viên
- Đánh giá chất lượng trước khi tập huấn

### 3.Tổng quan bài.

Hoạt động	Phương pháp	Thời gian (phút)	Tài Liệu và phương tiện
<b>Hoạt động 1: Khai mạc</b>	Thuyết trình	10	Các bài phát biểu của đại diện cơ quan tổ chức, nhà tài trợ...

<b>Hoạt động</b>	<b>Phương pháp</b>	<b>Thời gian (phút)</b>	<b>Tài Liệu và phương tiện</b>
<b>Hoạt động 2:</b> Làm quen và mong đợi	Trò chơi "tìm bạn"	20	Bảng, Ao, băng dính, hình vẽ các con vật, bìa mẫu hình lá
<b>Hoạt động 3:</b> Mục tiêu - chương trình tập huấn	Thuyết trình và chiếu sled	5	Slied/Ao-01 và tờ phát tay chương trình học
<b>Hoạt động 4:</b> Phương pháp đào tạo nhiệm vụ của Học viên, Giảng viên	Động não	5	Slied/Ao-01 và tờ phát tay chương trình học
<b>Hoạt động 5:</b> Xây dựng nội quy và bầu lớp trưởng	Hỏi/đáp	5	Ao, bìa mẫu, băng dính
<b>Hoạt động 6 :</b> Đánh giá đầu vào	Điền phiếu	15	Phiếu đánh giá đầu vào
<b>Tổng thời lượng</b>		<b>60</b>	

#### 4. Chuẩn bị vật dụng dạy và học

- Giảng viên trao đổi và thống nhất với cơ quan chủ quản/đơn vị tổ chức lớp tập huấn về việc mời người phát biểu khai mạc trước khóa tập huấn.
- Tranh thẻ hình cho trò chơi "Tìm bạn". Số lượng thẻ bằng  $\frac{1}{2}$  số học viên. Có thể sử dụng các thẻ hình con vật hoặc hình hoa lá, phong cảnh, quân bài tú lơ khơ... Giảng viên cắt đôi mỗi hình và tráo trước khi phát cho học viên.
- Giấy Ao, thẻ bìa mẫu, băng dính, kéo, bút viết bảng, bút bi...
- Hình chiếu trên powerpoint hoặc viết trên giấy A0 về mục tiêu khóa học.
- Phiếu đánh giá đầu vào, chương trình khoá học photo đủ cho mỗi học viên 1 bản.

#### 5. Tiến trình thực hiện

##### Hoạt động 1: Phát biểu khai mạc (5 phút)

- Mời đại diện của cơ quan tổ chức hoặc cơ quan tài trợ chương trình phát biểu khai mạc lớp tập huấn. Nội dung phát biểu cần tập trung vào ý nghĩa của việc xây dựng môi trường cơ sở y tế không khói thuốc, mục tiêu cụ thể và kết quả mong đợi của lớp tập huấn.

##### Hoạt động 2: Tìm hiểu, làm quen và lắng nghe mong đợi của học viên khi tham gia tập huấn (20 phút)

- Giảng viên giới thiệu trò chơi "tìm bạn": phát cho mỗi học viên  $\frac{1}{2}$  tấm thẻ hình đã được chuẩn bị trước và 1 giấy mẫu hình chiếc lá; yêu cầu các học viên đi tìm bạn của họ-là người có  $\frac{1}{2}$  hình còn lại. Đối với những tranh thẻ hình con vật, để trò chơi "tìm bạn" sôi động, giảng viên yêu cầu học viên không nói mà chỉ bắt chước âm thanh hoặc hành động của con vật khi đi "tìm bạn" của mình.
- Khi học viên tìm được bạn của mình, mỗi cặp sẽ có 2 phút để trao đổi với nhau các thông tin: tên, đơn vị công tác/học tập; sở thích, tình trạng hôn nhân; thái độ hành vi liên quan đến việc xây dựng môi trường không khói thuốc, mong đợi khi tham gia khoá tập huấn... (viết mong đợi trên tấm bìa hình lá cây. Mỗi học viên viết vào 1 lá cây riêng).
- Sau 2 phút học viên quay lại lớp để giới thiệu về người bạn của mình trong khoá học.
- Khi giới thiệu đến phần mong đợi của học viên, giảng viên dán các tấm bìa hình lá cây cạnh nhau trên giấy Ao để trở thành một bông hoa (mỗi lá là 1 cánh hoa và nhuỵ hoa là chữ mong đợi màu vàng).
- Kết thúc hoạt động, giảng viên cảm ơn mọi người đã tích cực tham gia; chúc mừng các thành viên trong lớp đã hiểu thêm về nhau và hy vọng mọi người vui vẻ giúp nhau trong quá trình tập huấn.

##### Hoạt động 3: Mục tiêu và chương trình tập huấn (5 phút)

- Phát tờ mục tiêu và chương trình tập huấn cho từng học viên
- Chiếu sled/Ao - Mục tiêu của khoá tập huấn:
  - Giảng viên đọc mục tiêu và giải thích cụ thể từng mục tiêu. Khi trình bày cần đối chiếu mục tiêu với các mong đợi của học viên đã nêu ở hoạt động trước;
  - Hỏi học viên xem có ai muốn hỏi gì về mục tiêu nữa không? nếu có giảng viên cần làm rõ để học viên hiểu được các mong đợi của họ đã được khái quát và tổng hợp trong mục tiêu này và nói với học viên: các mong đợi của học viên sẽ được giải quyết trong 3 ngày học.
- Giới thiệu chương trình học: yêu cầu học viên nhìn vào tờ chương trình phát tay khi giảng viên giới thiệu chương trình học từng ngày.

##### Hoạt động 4: Khái quát phương pháp học tập và nhiệm vụ của học viên (10 phút).

- Yêu cầu học viên "động não" và cho ý kiến các phương pháp học tập tích cực nào mà học viên đã biết hoặc đã được học. Giảng viên có thể gợi ý một vài phương pháp học tập tích cực như thảo luận nhóm, đóng vai, hăng hái phát biểu, tập trung thảo luận... để học viên suy nghĩ và cho ý kiến. Nêu nhiệm vụ của học viên để học tập được hiệu quả cần phải làm gì?

- Giảng viên tóm tắt các ý phát biểu chính của học viên vào giấy A0, trình bày thành 2 phần: một phần liệt kê các phương pháp học tập tích cực; một phần liệt kê nhiệm vụ của học viên cần thực hiện và dán tờ A0 lên tường.

- Giảng viên chia nhóm học tập: Có thể chia làm 3 hay 4 nhóm tùy theo số lượng học viên. Vị trí ngồi của học viên có thể thay đổi theo ngày để tạo không khí thân mật cởi mở và tạo điều kiện cho tất cả các học viên dễ theo dõi bài giảng.

#### **Hoạt động 5: Xây dựng nội quy lớp tập huấn: (5 phút)**

- Thống nhất với học viên các quy định của lớp học về giờ học, giờ nghỉ, sử dụng điện thoại, máy tính cá nhân, cử lớp trưởng, các ý kiến khác về dạy và học, ghi vào giấy A0 và dán trên tường cho đến khi kết thúc khóa học.

#### **Hoạt động 6: Đánh giá chất lượng trước khi tập huấn (15 phút)**

- Giảng viên phát phiếu đánh giá ban đầu để mỗi học viên tự điền phiếu trong 15 phút. Giảng viên lưu ý với học viên hiểu đến đâu thì điền hoặc ghi vào phiếu đến đó, không nên e ngại là bị đánh giá trình độ.

### **6. Slide/Ao mẫu bài 1:**

#### **Mục tiêu khoá học:**

Mục tiêu 1: Nắm được thông tin cơ bản về tình hình sử dụng; tác hại của hút thuốc lá và hút thuốc thụ động.

Mục tiêu 2: Xác định được lợi ích và các tiêu chí của cơ sở y tế không khói thuốc.

Mục tiêu 3: Biết cách tổ chức, thực hiện từng bước để xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.

Mục tiêu 4: Biết cách tư vấn cơ bản cho bệnh nhân về cai nghiện thuốc lá

Mục tiêu 5: Hiểu biết về Luật phòng, chống tác hại của thuốc lá và các văn bản hướng dẫn thực hiện môi trường không khói thuốc.

### **Bài 2:**

#### **Sự cần thiết xây dựng môi trường không khói thuốc lá tại các cơ sở y tế**

**1. Thời gian:** 135 phút.

### **2. Mục tiêu bài học:**

Sau bài học này, học viên có thể:  
Mục tiêu 1: Nắm được thông tin cơ bản về tình hình sử dụng thuốc lá ở Việt nam; tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động;

Mục tiêu 2: Xác định được các tiêu chí xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.

Mục tiêu 3: Hiểu được lợi ích của việc xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.

### **3. Tổng quan bài học**

Hoạt động	Phương pháp	Thời gian (phút)	Tài Liệu và phương tiện
<b>Hoạt động 1:</b> Giới thiệu tên và mục tiêu bài	Thuyết trình, hỏi/đáp	5	Trình bày trên Powerpoint hoặc viết trên giấy A0
<b>Hoạt động 2:</b> Khái niệm hút thuốc lá thụ động	Xây dựng khái niệm theo phương pháp bó tháp	15	Giấy A0, bìa mầu, băng dính
<b>Hoạt động 3:</b> - Thực trạng hút thuốc lá và hút thuốc lá thụ động ở Việt Nam. - Tác hại của hút thuốc và hút thuốc lá thụ động đối với sức khoẻ, kinh tế và môi trường.	Thảo luận nhóm, trình bày	40	Giấy A0, thẻ bìa mầu, băng dính Tranh minh họa tác hại của thuốc lá
<b>Hoạt động 4:</b> Xác định lợi ích của việc xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.	Thảo luận nhóm, trình bày	35	Ao, thẻ bìa mầu, băng dính Slide/Ao - 05
<b>Hoạt động 5:</b> Xây dựng tiêu chí của cơ sở y tế không khói thuốc	Thảo luận nhóm/ trình bày, chia sẻ	20	Giấy A0, thẻ bìa mầu, băng dính

<b>Hoạt động 6:</b> Củng cố bài học, rà soát lại mục tiêu bài.	Thuyết trình, hỏi/đáp	20	Trình bày trên Powerpoint hoặc viết trên giấy A0
<b>Tổng thời lượng</b>		<b>135</b>	

#### 4. Chuẩn bị vật dụng dạy và học

- Giấy Ao, thẻ bìa mầu, băng dính, kéo, bút viết bảng, bút bi...
- Thẻ nhắc các hoạt động bài giảng – các ý chính cần chia sẻ trong từng hoạt động được giảng viên chuẩn bị sẵn trên thẻ bìa mầu
- Bộ tranh truyền thông về tác hại thuốc lá dùng cho cơ sở y tế.
- Hình chiếu slide/Ao:
  - Tên và mục tiêu bài 1
  - Khái niệm hút thuốc thụ động
  - Thực trạng hút thuốc và hút thuốc thụ động tại Việt Nam
  - Tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động
  - Lợi ích của cơ sở y tế không khói thuốc lá.
  - Tiêu chí của cơ sở y tế không khói thuốc

#### 5. Tiến trình thực hiện

##### Hoạt động 1: giới thiệu tên và mục tiêu bài (5 phút)

- Chiếu slide/Ao - tên bài và mục tiêu. Giảng viên đọc từng mục tiêu và giải thích cụ thể nội dung; nói với học viên sau 135 phút chúng ta cần hoàn thành 3 mục tiêu nêu trên.
- Hỏi học viên xem có ai muốn hỏi gì thêm về mục tiêu không, nếu không, giảng viên bắt đầu phần nội dung chính.

##### Hoạt động 2: Khái niệm hút thuốc lá thụ động (15 phút)

- Giảng viên nêu câu hỏi: "theo các bạn, thế nào là hút thuốc lá thụ động? Yêu cầu học viên: cứ 2 người ngồi cạnh nhau thảo luận đưa ra 1 khái niệm và viết trên 1 thẻ bìa mầu; rồi 2 cặp (4 người) -> 4 cặp (8 người)... và cuối cùng thống nhất 3 nhóm để cả lớp có 1 khái niệm chung nhất.
- Giảng viên yêu cầu đại diện của từng nhóm lên viết kết quả thảo luận của nhóm lên bảng và lần lượt trình bày cho cả lớp nghe.
- Giảng viên lấy bút đỏ gạch chân các ý, nội dung đúng của từng nhóm và tổng hợp, giải thích để tất cả các học viên hiểu được: "hút thuốc lá thụ động là việc người không hút thuốc nhưng hít phải khói thuốc của người khác phả ra hoặc khói thuốc tỏa ra từ đầu điếu thuốc đang cháy".
- Giảng viên hỏi học viên xem ai còn có ý kiến bình luận hoặc bổ sung gì

thêm về khái niệm hút thuốc thụ động không trước khi chuyển sang nội dung khác.

##### Hoạt động 3: Thực trạng hút thuốc ở Việt Nam; tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động (40 phút)

- Làm việc theo nhóm (15 phút): thảo luận về tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động. Học viên viết kết quả trên giấy A0 theo làm 2 cột, một cột về tác hại của hút thuốc chủ động, một cột về tác hại của hút thuốc thụ động.
- Trình bày kết quả thảo luận nhóm: (15 phút)
- Mời ý kiến bổ sung, góp ý của học viên sau mỗi phần trình bày của từng nhóm.
- Giảng viên gạch chân các nội dung đúng mà các nhóm đã liệt kê, tóm tắt các ý chính của kết quả thảo luận.
- Chiếu Slide thực trạng hút thuốc và hút thuốc thụ động, tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động đến sức khỏe, kinh tế và môi trường.
- Có thể chiếu thêm các video/clip hoặc phim ngắn về tác hại của thuốc lá.

##### Hoạt động 4: Xác định lợi ích của việc xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc (35 phút)

- Làm việc theo nhóm: (15 phút) thảo luận về lợi ích của cơ sở y tế không khói thuốc. Câu hỏi gợi ý: "hãy liệt kê các lợi ích của việc xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc". Giảng viên yêu cầu các nhóm viết mỗi một lợi ích ra 1 tấm thẻ bìa mầu khác nhau. Đại diện từng nhóm dán kết quả trên bảng theo khu vực của từng nhóm.
- Giảng viên yêu cầu tất cả học viên nhìn trên kết quả làm việc của nhóm và nhóm các tấm thẻ có nội dung giống nhau vào 1 chỗ trên khu vực tổng hợp chung của lớp.
- Chiếu Slide/Ao- lợi ích của cơ sở y tế không khói thuốc : đối chiếu kết quả thảo luận với nội dung trên slide và kết luận về các lợi ích của môi trường không khói thuốc.

##### Hoạt động 5: Xây dựng tiêu chí của cơ sở y tế không khói thuốc (20 phút)

- Thảo luận chung về các tiêu chí của một cơ sở y tế không khói thuốc. Giảng viên nêu câu hỏi thảo luận: "Thế nào là một cơ sở y tế không khói thuốc"? hay "cơ sở y tế không khói thuốc cần đáp ứng những yêu cầu gì?"
- Giảng viên tổng hợp các ý kiến thảo luận.
- Chiếu slide/Ao: Tiêu chí của cơ sở y tế không khói thuốc. Giảng viên đối chiếu, phân tích từng tiêu chí xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc lá với kết quả thảo luận để bổ sung và thống nhất.

## **Hoạt động 6: Củng cố bài học (20 phút)**

- Giảng viên mời 1,2 học viên tóm tắt lại các nội dung chính đã học được sau khi kết thúc bài học và đối chiếu với mục tiêu ban đầu, xem còn vấn đề gì cần phải làm sáng tỏ thêm.
- Nếu có ý kiến thắc mắc, trái chiều... Giảng viên cần giải thích lại để mọi người cùng thống nhất.

## **6. Slide/A0 mẫu - Bài 2:**

### **Slide hoạt động 1:**

Mục tiêu bài học:

- Mục tiêu 1: Nắm được thông tin cơ bản về tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động; tình hình sử dụng thuốc lá ở Việt Nam.
- Mục tiêu 2: Xác định được các tiêu chí của cơ sở y tế không khói thuốc.
- Mục tiêu 3: Hiểu được lợi ích và nguyên tắc xây dựng môi trường không khói thuốc.

### **Slide hoạt động 2:**

Khái niệm hút thuốc thụ động

- Là hít phải khói thuốc trong môi trường không khí, trong đó bao gồm khói thuốc từ đầu điếu thuốc đang cháy và khói thuốc do người hút thuốc phả ra

### **Slide hoạt động 3:**

Thực trạng hút thuốc và hút thuốc thụ động tại Việt Nam

- Vietnam là 1 trong 15 nước có số người hút thuốc lá cao nhất trên thế giới: 47,7% ở nam giới trưởng thành (từ 15 tuổi trở lên). Trong giới trẻ độ tuổi 15 - 24, tỷ lệ hút thuốc tương ứng nam là 26,1% và nữ là 0,3%. (nguồn: Điều tra toàn cầu thực trạng hút thuốc lá ở người trưởng thành - GATS 2010)

-Trong nhóm học sinh ở độ tuổi 13 đến 15, thì tỷ lệ hút thuốc ở nam học sinh là 6,5% và nữ học sinh là 1,2% (Điều tra toàn cầu về hút thuốc trong học sinh 13-15 tuổi - GYTS 2007),

-Trong sinh viên y khoa năm thứ 3, có 20,7% sinh viên nam và 2,7% sinh viên nữ hút thuốc (Điều tra toàn cầu về hút thuốc trong sinh viên y khoa, 2003).

Về hút thuốc thụ động:

Theo kết quả điều tra hút thuốc trong học sinh 13-15 tuổi tiến hành năm 2007 thì có tới gần 60% học sinh nhóm tuổi này thường xuyên bị hút thuốc thụ động tại nhà và trên 70% bị hút thuốc thụ động tại nơi công cộng

-Việt Nam hiện có 33 triệu người không hút thuốc thường xuyên hít phải khói thuốc tại nhà và hơn 5 triệu người trưởng thành không hút thuốc thường xuyên hít phải khói thuốc tại nơi làm việc. (nguồn: Điều tra toàn cầu thực trạng hút thuốc lá ở người trưởng thành - GATS 2010)

### **Tác hại của hút thuốc:**

- Khói thuốc lá chứa hơn 7.000 loại hoá chất, trong đó có 70 chất gây ung thư. Cơ quan bảo vệ môi trường Mỹ đã xếp khói thuốc lá vào nhóm A trong bảng danh sách các chất gây ung thư.
- Hút thuốc là nguyên nhân gây nên hơn 25 căn bệnh trong đó có các bệnh hiểm nghèo như: ung thư, tim mạch (xơ vữa động mạch, bệnh mạch vành, đột quỵ, nhồi máu cơ tim...). Theo tài liệu của Tổ chức Y tế thế giới, hút thuốc là nguyên nhân của 90% các ca ung thư phổi, 75% các ca bệnh phổi tắc nghẽn mạn tính, 25% ca bệnh tim thiếu máu cục bộ.
- Người hút thuốc có tỷ lệ ung thư miệng cao gấp 27 và ung thư thanh quản cao gấp 12 lần người không hút thuốc (WHO)
- Nam giới hút thuốc hoặc tiếp xúc thường xuyên với khói thuốc làm giảm lượng tinh trùng, gây dị dạng tinh trùng, giảm lượng máu đến dương vật gây liệt dương.
- Vietnam có khoảng 40.000 ca tử vong/1 năm do các bệnh liên quan đến sử dụng thuốc lá. WHO dự báo nếu không có các biện pháp ngăn chặn kịp thời, con số này sẽ tăng lên 70.000 người vào năm 2030.
- Thuốc lá còn gây ô nhiễm môi trường, gây ra những thiệt hại về kinh tế, tăng nguy cơ đói nghèo ở các hộ gia đình nghèo sử dụng thuốc lá.

### **Tác hại của hút thuốc thụ động:**

- Người không hút nhưng hít phải khói thuốc cũng bị mắc các bệnh giống như người hút thuốc: ung thư phổi, các bệnh đường hô hấp và tăng nguy cơ mắc bệnh tim mạch.
- Phụ nữ mang thai hút thuốc hoặc phơi nhiễm bởi khói thuốc lá thụ động có thể bị xảy thai, thai chết lưu, thai chậm phát triển.
- Khói thuốc gây ra hội chứng đột tử ở trẻ sơ sinh và các bệnh đường hô hấp, viêm tai giữa, hen, chậm phát triển các chức năng phổi của trẻ nhỏ.

### **Thuốc lá gây ô nhiễm môi trường, gây ra những thiệt hại về kinh tế, tăng nguy cơ đói nghèo ở các hộ gia đình nghèo sử dụng thuốc lá.**

- Tổng số tiền người dân Vietnam chi cho thuốc lá năm 2002 là 10.400 tỉ; năm 2007: 14.000 tỉ đồng
- Tại Vietnam: theo một nghiên cứu năm 2007 của trường Đại học Y Hà Nội, ước tính chi phí khám, chữa 3 trong số 25 căn bệnh do sử dụng thuốc lá gây ra (ung thư phổi, viêm phổi tắc nghẽn mạn tính và nhồi máu cơ tim) là hơn 2.304 tỷ đồng một năm.
- Các hộ nghèo tại Vietnam phải tiêu tốn khoảng 5% thu nhập của gia

định vào thuốc lá. Ở những hộ này, khoản tiền mua thuốc lá thậm chí cao hơn khoản tiền chi cho y tế hay cho giáo dục. Nếu người hút thuốc nghèo bỏ thuốc, họ sẽ có nhiều tiền hơn để mua thức ăn hoặc để trả tiền học cho con cái của mình (Nguồn: Nguyễn T Lâm, Chapman S, Taylor R.Ảnh hưởng kinh tế của việc chi tiêu cho hút thuốc đối với hộ gia đình nghèo ở Việt Nam)

#### **Slide hoạt động 4: Xác định lợi ích của cơ sở y tế không khói thuốc**

- Môi trường không khói thuốc giúp giảm nguy cơ tiếp xúc thụ động với khói thuốc, đảm bảo quyền mọi người được hít thở bầu không khí trong lành, giảm được nguy cơ mắc bệnh, tử vong do thuốc lá gây ra.
- Môi trường không khói thuốc lá sẽ hỗ trợ người nghiện thuốc lá giảm số lượng điếu hút và tăng quyết tâm cai nghiện thuốc lá.
- Giúp giảm chi phí cho y tế trực tiếp và gián tiếp của người lao động và người sử dụng lao động cho việc khám chữa các bệnh liên quan đến sử dụng thuốc lá.
- Ngoài việc phù hợp với mục tiêu chung của ngành, thực hiện xây dựng môi trường không khói thuốc cũng đem lại những lợi ích rất thiết thực cho từng cơ sở y tế.*
- Bảo vệ sức khỏe cho cán bộ y tế, giúp họ làm việc hiệu quả hơn.
- Bảo vệ được hình ảnh đẹp (đáng kính trọng) của người thày thuốc
- Các cán bộ nhân viên y tế không hút thuốc là đóng góp vào công tác giáo dục và khuyến khích bảo vệ sức khỏe cộng đồng
- Tạo môi trường và bầu không khí trong sạch giúp người bệnh điều trị bệnh hiệu quả hơn
- Giảm thiệt hại về kinh tế do giảm số lượng cán bộ y tế phải vắng mặt vì mệt mỏi hay bệnh tật do sử dụng thuốc lá gây ra.
- Kinh tế gia đình của cán bộ y tế sẽ được cải thiện do chi phí hút thuốc giảm
- Giảm bớt chi phí vệ sinh môi trường và phòng chống cháy nổ

#### **Slide hoạt động 5: Tiêu chí của cơ sở y tế không khói thuốc**

- Có niêm yết quy định cấm hút thuốc lá tại nơi có nhiều người qua lại.
- Có treo biển báo cấm hút thuốc lá trong phòng họp, phòng làm việc, phòng ăn, hành lang, cầu thang, các khu vực công cộng khác trong cơ sở y tế.
- Có kế hoạch hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá
- Có tổ chức triển khai các hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá
- Không có hiện tượng mua bán, quảng cáo các sản phẩm thuốc lá trong khuôn viên cơ quan.
- Không có các vật dụng liên quan đến việc hút thuốc như gạt tàn, bật lửa trong phòng họp, phòng làm việc, phòng khám, chữa bệnh...
- Không nhận sự hỗ trợ hoặc tài trợ của các công ty thuốc lá hay các tổ chức liên quan đến công ty thuốc lá dưới bất kỳ hình thức nào.

- Đưa nội dung không hút thuốc lá vào tiêu chí thi đua của cán bộ nhân viên y tế.
- Không có hiện tượng hút thuốc trong toàn bộ khuôn viên cơ sở y tế.

### **Bài 3:**

## **Hướng dẫn xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc**

#### **1. Thời gian:** 440 phút.

#### **2. Mục tiêu bài học:** Sau bài học này, học viên có thể:

- Mục tiêu 1: Dự thảo nhiệm vụ của ban chỉ đạo.
- Mục tiêu 2: Xây dựng mẫu phiếu khảo sát và tổ chức triển khai khảo sát trước khi tiến hành hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá tại cơ quan/đơn vị.
- Mục tiêu 3: Xây dựng dự thảo kế hoạch hoạt động xây dựng môi trường không khói thuốc.
- Mục tiêu 4: Hiểu và áp dụng được 6 bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.

#### **3. Tổng quan bài học**

Hoạt động	Phương pháp	Thời gian (phút)	Tài Liệu và phương tiện
<b>Hoạt động 1:</b> Giới thiệu tên và mục tiêu bài	Thuyết trình, hỏi/đáp	5	Slide/Ao-: mục tiêu bài 2
<b>Hoạt động 2:</b> Hướng dẫn xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc:			Ao, thẻ bìa mầu, băng dính Slide/Ao
<b>Bước 1:</b> <i>Thành lập ban chỉ đạo</i>	Thảo luận nhóm, trình bày	60	Ao, thẻ bìa mầu, băng dính Slide/Ao
<b>Bước 2:</b> Khảo sát thực trạng trước khi xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc	Thảo luận nhóm, trình bày	80	Phiếu điều tra; Ao, thẻ bìa mầu, băng dính Slide/Ao

<b>Bước 3:</b> Xây dựng nội quy và kế hoạch thực hiện	Thảo luận nhóm, trình bày	150	Ao, thẻ bìa mầu, băng dính Slide/Ao
<b>Bước 4:</b> Phổ biến nội quy, quy định	Động não, hỏi đáp - trình bày	30	Ao, thẻ bìa mầu, băng dính Tranh phổ biến quy định Slide/Ao
<b>Bước 5:</b> Triển khai các hoạt động xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.	Hỏi - đáp	75	Ao, thẻ bìa mầu, băng dính Tranh mô tả HĐ thực hiện Slide/Ao
<b>Bước 6:</b> Giám sát đánh giá kết quả thực hiện.		30	Ao, thẻ bìa mầu, băng dính
<b>Hoạt động 3:</b> Củng cố bài học	Hỏi - đáp	10	
<b>Tổng thời lượng</b>		<b>440</b>	

#### 4. Chuẩn bị vật dụng dạy và học

- Giấy Ao, thẻ bìa mầu, băng dính, kéo, bút viết bảng, bút bi...
- Thủ nhắc các hoạt động bài giảng – các ý chính cần chia sẻ trong từng hoạt động được Giảng viên chuẩn bị sẵn trên thẻ bìa mầu
- Bộ tranh hỗ trợ đào tạo tại các cơ sở y tế và tờ phát tay bài 2
- Hình chiếu slide/Ao:
  - Tên bài và mục tiêu
  - Bước 1: Thành lập Ban chỉ đạo:
  - Bước 2: Khảo sát thực trạng trước khi xây dựng kế hoạch và triển khai hoạt động.
  - Bước 3: Xây dựng nội quy và kế hoạch thực hiện.
  - Bước 4: Phổ biến nội quy.
  - Bước 5: Triển khai các hoạt động hỗ trợ.
  - Bước 6: Giám sát, đánh giá.

#### 5. Tiến trình thực hiện

##### Hoạt động 1: Giới thiệu tên và mục tiêu bài (5 phút)

- Chiếu slide/Ao - mục tiêu bài: Giảng viên đọc từng mục tiêu và giải thích cụ thể nội dung; nói với Học viên sau 440' chúng ta cần hoàn thành 4 mục tiêu nêu trên
- Hỏi học viên xem có ai muốn hỏi gì thêm về mục tiêu không? nếu không, giảng viên bắt đầu phần nội dung chính.

##### Hoạt động 2: Hướng dẫn xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc

###### Bước 1: Thành lập Ban chỉ đạo (60 phút)

- Làm việc theo nhóm: (10 phút) thảo luận về thành phần tham gia Ban chỉ đạo. "Ban chỉ đạo cần có những thành phần nào? Vì sao cần có những thành phần này". Học viên suy nghĩ trong 5 phút và liệt kê thành phần Ban chỉ đạo lên 1 tấm thẻ bìa mầu để sẵn trên mặt bàn.
  - Đại diện nhóm dán các tấm thẻ theo khu vực của nhóm trên bảng.
  - Giảng viên tập hợp các tấm thẻ có nội dung giống nhau, dán vào 1 khu vực chung của lớp.
  - Giảng viên tóm tắt về thành phần Ban chỉ đạo theo ý kiến của học viên.
- Làm việc theo nhóm: (20 phút) Thảo luận về nhiệm vụ cụ thể của Ban chỉ đạo. Ghi kết quả vào giấy A0.
- Trình bày kết quả thảo luận nhóm. (15 phút)
  - Sau khi mỗi nhóm trình bày, có thể mời ý kiến nhận xét của các nhóm khác và ý kiến bổ sung, phản hồi của nhóm trình bày để hoàn thiện phần nhiệm vụ của Ban chỉ đạo
- Trình chiếu slide/Ao: Giảng viên đối chiếu các ý kiến của học viên với nội dung trên slide để tổng hợp, giải thích cụ thể thành phần, nhiệm vụ của Ban chỉ đạo.
- Giảng viên lưu ý với học viên: việc thành lập Ban chỉ đạo cần có quyết định bằng văn bản chính thức của lãnh đạo cơ quan. Quyết định và nhiệm vụ của Ban chỉ đạo cần được thông báo tới tất cả cán bộ công nhân viên chức trong cơ quan.

###### Bước 2 - Khảo sát thực trạng hút thuốc và hút thuốc lá thụ động tại đơn vị(80 phút)

(Giảng viên tham khảo mẫu phiếu khảo sát thực trạng tại phần phụ lục.)

- Thảo luận chung (10 phút) về sự cần thiết phải khảo sát thực trạng trước khi triển khai hoạt động? Giảng viên đưa ra câu hỏi gợi ý: Tại sao phải khảo sát trước khi triển khai hoạt động?

- Trình bày slide/A0 (15 phút): Mục đích, nội dung của khảo sát thực trạng trước khi triển khai hoạt động, đối chiếu với các ý kiến thảo luận và kết luận về sự cần thiết của khảo sát trước khi triển khai hoạt động và chuyển sang phần thực hành xây dựng biểu mẫu khảo sát.
- Làm việc nhóm: (30 phút) xây dựng mẫu phiếu khảo sát. Giảng viên đưa ra các câu hỏi gợi ý cho việc xây dựng biểu mẫu khảo sát: khảo sát trên những đối tượng nào, nội dung khảo sát cần tập trung vào các vấn đề gì? Ví dụ: kiến thức về tác hại của hút thuốc, thực trạng hút thuốc, nhận thức và mức độ ủng hộ quy định cấm hút thuốc trong cơ quan,..
- Trình bày kết quả thảo luận nhóm: 30 phút
- Giảng viên lưu ý với học viên: Đây là mẫu phiếu khảo sát chung cho các cơ sở y tế, khi xây dựng phiếu khảo sát tại cơ quan, tùy từng điều kiện của cơ quan về số lượng cán bộ nhân viên, về các điều kiện cơ sở vật chất... các biểu mẫu khảo sát sẽ được chỉnh sửa cho phù hợp.

### **Bước 3 - Xây dựng nội quy và kế hoạch thực hiện cơ sở y tế không khói thuốc (150 phút)**

#### **Xây dựng nội quy:**

- Giảng viên lưu ý với học viên: khi xây dựng nội quy cần xem xét các yếu tố như: tình hình thực tế của cơ quan, kết quả khảo sát trước can thiệp, tiêu chí xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc và các văn bản pháp luật hiện hành. Tùy điều kiện cụ thể của từng cơ quan, nội quy có thể được xây dựng riêng hoặc lồng ghép vào bảng nội quy khác của cơ quan.
- Làm việc theo nhóm trên giấy A0 (30 phút): thảo luận về nội dung của nội quy.
- Trình bày kết quả thảo luận nhóm (15 phút).
- Giảng viên gạch chân các nội dung đúng trong bài trình bày của nhóm và tổng hợp ý kiến thảo luận.
- Chiếu slide/A0: Xây dựng nội quy và kế hoạch thực hiện. Đối chiếu slide với kết quả thảo luận và kết luận những điểm chính của nội quy xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.

#### **Xây dựng kế hoạch thực hiện cơ sở y tế không khói thuốc**

- Giảng viên giới thiệu các nội dung cơ bản của 1 bản kế hoạch (15 phút) bao gồm:
  - Mục tiêu chung, mục tiêu cụ thể cho từng giai đoạn căn cứ vào kết quả khảo sát ở bước 2.

- Các hoạt động cụ thể để đạt được mục tiêu như: thành lập Ban chỉ đạo, xây dựng nội quy; phổ biến nội quy, tổ chức các hoạt động truyền thông; lồng ghép với sinh hoạt chuyên môn, họp công đoàn, đoàn thanh niên; lồng ghép với giao ban bệnh nhân; kiểm tra giám sát đối với các cơ sở dịch vụ kinh doanh trong khuôn viên cơ sở y tế, xây dựng góc truyền thông, tư vấn về phòng chống tác hại thuốc lá...
- Thời gian thực hiện các hoạt động
- Trách nhiệm của tổ chức/cá nhân trong từng hoạt động.
- Kinh phí để tổ chức hoạt động.
- Cơ chế giám sát, đánh giá, báo cáo, sơ kết, tổng kết.
- Làm việc theo nhóm: (45 phút) thảo luận về nội dung bản kế hoạch thực hiện cơ sở y tế không khói thuốc. Học viên trình bày trên giấy A0. Tài liệu phát tay cho học viên là khung kế hoạch, dựa vào khung này, học viên điền các nội dung hoạt động cụ thể
- Trình bày kết quả thảo luận nhóm: (30 phút)
- Sau khi mỗi nhóm trình bày, giảng viên có thể mời ý kiến nhận xét của các nhóm khác và ý kiến bổ sung, phản hồi của nhóm trình bày.
- Chiếu Slide/A0: Nội dung bảng kế hoạch mẫu

### **Bước 4 - Phổ biến nội quy (30 phút)**

- Thảo luận chung: yêu cầu học viên suy nghĩ và cho ý kiến về các hình thức phổ biến nội quy đến toàn thể nhân viên y tế, cán bộ công nhân viên chức, bệnh nhân, người nhà bệnh nhân...
- Viết các ý kiến của học viên lên bảng. Tóm tắt các ý chính: Nội quy cần được thông báo chính thức bằng văn bản tới toàn bộ các nhóm đối tượng thông qua các hình thức: lễ phát động; họp toàn thể cán bộ CNVC; sinh hoạt Đoàn TN, công Đoàn, chuyên môn, buồng bệnh; bảng tin của cơ sở y tế; niêm yết nội quy tại cổng, phòng làm việc, hội trường giao ban, phòng khách, buồng bệnh, nhà ăn, hành lang, phòng truyền thông tư vấn..
- Chiếu slide/A0: Các hình thức phổ biến nội quy. Đối chiếu kết quả thảo luận nhóm với nội dung trong slide.

### **Bước 5 - Triển khai các hoạt động xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc (75 phút)**

- Làm việc theo nhóm: (30 phút) thảo luận về các hoạt động cần thực hiện để xây dựng công sở không khói thuốc. Giảng viên lưu ý với học viên: các hoạt động cần được sắp xếp theo trình tự thời gian.
- Học viên viết tên mỗi hoạt động vào 1 tấm thẻ bìa mầu, sau đó dán trên bảng theo khu vực riêng của từng nhóm.

- Giảng viên nhóm các tấm thẻ có nội dung giống nhau vào cùng 1 khu vực và theo trình tự thời gian rồi phân tích từng hoạt động (15 phút):
  - Cần tổ chức những hoạt động gì? Nội dung từng hoạt động?  
Cách tổ chức thực hiện như thế nào ? (Ví dụ: Lễ phát động “xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc” cần tổ chức trọng thể để thu hút được sự chú ý của nhiều người, nội dung lễ phát động cần nêu bật những lợi ích của việc xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc; các nội quy, quy định cấm hút thuốc, kế hoạch thực hiện, đại diện cán bộ CNVC,...).
- Sau mỗi phần phân tích từng hoạt động, giảng viên hỏi xem còn ai muốn bình luận và bổ sung gì thêm rồi mới chuyển sang hoạt động khác.
- Chiếu slide/A0: Triển khai hoạt động xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.

#### **Bước 6 - Giám sát, đánh giá kết quả thực hiện xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc -80'**

- Giảng viên lưu ý với học viên:
  - Công tác giám sát, đánh giá việc thực hiện xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc là khâu quan trọng quyết định sự thành công, duy trì tính bền vững của chương trình. Vì vậy, cần thảo luận làm rõ các nội dung giám sát; kế hoạch giám sát, đánh giá cho phù hợp.
  - Xây dựng nội dung, kế hoạch giám sát phù hợp, khả thi cần dựa vào kế hoạch hoạt động.
- Làm việc theo nhóm: (30 phút) thảo luận về nội dung và thời gian giám sát, thành phần tham gia giám sát, phương pháp giám sát, đánh giá hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá.
- Trình bày kết quả thảo luận: (15 phút) Sau khi mỗi nhóm trình bày, giảng viên có thể mời ý kiến nhận xét của các nhóm khác và ý kiến bổ sung, phản hồi của nhóm trình bày.
- Chiếu slide/A0: Nội dung giám sát, đánh giá.

#### **Hoạt động 3: Củng cố bài học.**

- Giảng viên đề nghị học viên suy nghĩ về tiến trình, nội dung các bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc và cho biết:
  - Trình tự các bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc?
  - Những điều quan trọng bạn học được từ bài này ?
  - Điều gì gây sự chú ý với bạn trong các bước thực hiện xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc?

- Khả năng vận dụng các kiến thức, kỹ năng của bạn về xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc ở mức độ nào khi trở về đơn vị?
- Mời đại diện một số học viên phát biểu từng câu sau đó chốt lại các ý chính và kết luận.
- Chiếu lại slide mục tiêu bài để khẳng định đã hoàn thành các mục tiêu đề ra.

### **6. Slide /A0 - bài 3**

#### **Giới thiệu tên và mục tiêu bài**

- Mục tiêu1 : Biết cách xây dựng bảng kế hoạch triển khai hoạt động xây dựng môi trường không khói thuốc.
- Mục tiêu2 : Biết cách xây dựng mẫu phiếu khảo sát thực trạng hoạt động phòng chống tác hại thuốc lá trước khi triển khai hoạt động.
- Mục tiêu 3: Hiểu và áp dụng được 6 bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc

#### **Hướng dẫn các bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc**

##### **Bước 1: Thành lập Ban chỉ đạo**

- Thành phần ban chỉ đạo: giám đốc hoặc phó giám đốc đơn vị làm trưởng ban, các thành viên gồm đại diện chi uỷ, chi bộ, công đoàn, đoàn thanh niên, Ban nữ công, bộ phận hành chính quản trị...Ban chỉ đạo cần có quyết định thành lập của lãnh đạo cơ quan.
- Nhiệm vụ của Ban chỉ đạo:
  - Định hướng xây dựng, điều chỉnh kế hoạch tổng thể việc thực hiện môi trường không khói thuốc.
  - Xây dựng nội quy, quy định cụ thể về việc thực hiện cơ sở y tế không khói thuốc
  - Phân công nhiệm vụ phù hợp với vai trò trách nhiệm của từng thành viên trong ban chỉ đạo.
  - Chỉ đạo việc tổ chức triển khai, theo dõi giám sát và đánh giá hiệu quả của các hoạt động can thiệp
  - Quyết định khen thưởng cá nhân, đơn vị làm tốt; xử phạt nghiêm minh những cá nhân, đơn vị không chấp hành đúng quy định.

##### **Bước 2: Khảo sát thực trạng**

- Mục đích:
  - Xác định tình hình sử dụng thuốc lá, nhận thức về tác hại thuốc lá và thái độ đối với hành vi hút thuốc tại nơi làm việc của cán bộ nhân viên. Trên cơ sở đó xây dựng kế hoạch can thiệp phù hợp và khả thi.
- Nội dung:

- Thực trạng sử dụng thuốc lá trong cán bộ nhân viên.
- Nhận thức của cán bộ nhân viên về tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động
- Nhóm đối tượng nào có tỷ lệ sử dụng thuốc lá cao trong cơ quan.
- Những địa điểm nào trong cơ quan hay có người hút thuốc
- Cơ quan đã có quy định về việc cấm hút thuốc lá trong toàn bộ khuôn viên cơ quan chưa?
- Cơ quan đã có hệ thống biển báo cấm hút thuốc chưa?
- Ý kiến của cán bộ nhân viên về việc xây dựng nơi làm việc không có khói thuốc lá.

### **Bước 3:Xây dựng nội quy, quy định cơ sở y tế không khói thuốc.**

Các nội dung cơ bản của nội quy:

- Quy định cấm hút thuốc hoàn toàn trong khuôn viên cơ quan.
- Quy định về cấm mua bán thuốc lá trong cơ quan.
- Quy định về hình thức xử phạt những người vi phạm.
- Quy định về việc cấm nhận tài trợ của các công ty thuốc lá dưới mọi hình thức.
- Phân công tổ chức/ cá nhân chịu trách nhiệm giám sát thực hiện nội qui.
- Xác định rõ hiệu lực và thời gian của nội qui.

#### **Phổ biến nội quy.**

- Việc phổ biến nội quy là hoạt động can thiệp đầu tiên. Nội quy cần được phổ biến đến tất cả cán bộ nhân viên y tế, người bệnh và người nhà người bệnh
- Các hình thức phổ biến nội quy:
  - Lễ phát động xây dựng "môi trường cơ sở y tế không khói thuốc"
  - Họp toàn thể cán bộ CNVC; sinh hoạt khoa phòng, buồng bệnh...
  - Thông báo bằng văn bản tới các khoa phòng; buồng bệnh
  - Niêm yết nội quy tại các khoa phòng, buồng bệnh, phòng khám, nơi chờ làm các thủ tục của bệnh nhân...

#### **Triển khai các hoạt động hỗ trợ.**

- Tùy vào điều kiện thực tế của từng cơ sở y tế, các hoạt động hỗ trợ có thể gồm:
  - Lễ phát động xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc: Lễ phát động cần tổ chức trọng thể tạo sự chú ý đối với tất cả cán bộ công nhân viên chức bệnh nhân, người nhà bệnh nhân. Nội dung lễ phát động cần nêu bật những lợi ích của môi trường

không khói thuốc; các quy định về cấm sử dụng thuốc lá trong toàn bộ cơ sở y tế; phổ biến kế hoạch thực hiện, kêu gọi toàn thể cán bộ nhân viên, bệnh nhân, người nhà bệnh nhân hưởng ứng xây dựng môi trường trong lành không khói thuốc.

- Gắn biển cấm hút thuốc, treo panô, áp phích về phòng chống tác hại thuốc lá.
- Tập huấn cho các cán bộ nòng cốt về kỹ năng giám sát, kỹ năng truyền thông, vận động và nhắc nhở người vi phạm,
- Tuyên truyền về tác hại của hút thuốc và hút thuốc thụ động, về lợi ích của việc môi trường không khói thuốc thông qua các tờ rơi, áp phích, loa truyền thanh..
- Nói chuyện chuyên đề về tác hại của thuốc lá;
- Hội thảo khoa học về tác hại của thuốc lá, các biện pháp cai nghiện thuốc lá
- Tổ chức các cuộc thi viết bài, xây dựng tiểu phẩm nói về tác hại của thuốc lá và các phương pháp bỏ thuốc lá.
- Cập nhật và phổ biến nội dung các văn bản của nhà nước về PCTH thuốc lá cho cán bộ nhân viên.
- Tư vấn cho người bệnh, người nhà người bệnh về tác hại thuốc lá, cai nghiện thuốc lá.
- Định kỳ tổng kết thi đua khen thưởng .

#### **Giám sát, đánh giá.**

- Kế hoạch giám sát, đánh giá được xây dựng dựa trên kế hoạch hoạt động và tiêu chí xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc
  - Có hệ thống biển báo cấm hút thuốc lá không?
  - Biển báo cấm hút thuốc có được gắn ở vị trí dễ nhìn, dễ thấy không?
  - Có niêm yết nội quy cấm hút thuốc tại phòng làm việc, phòng khám, buồng bệnh, hành lang...
  - Các phương tiện, vật dụng liên quan đến hút thuốc như diêm, bật lửa, gạt tàn, đầu mẩu thuốc còn có trong các phòng làm việc, buồng bệnh không?
  - Khách đến làm việc, cán bộ CNVC, người bệnh, người nhà bệnh nhân còn hút thuốc; số lượng vi phạm? Địa điểm vi phạm? mức độ xử lý?
  - Các hoạt động truyền thông, tư vấn có diễn ra theo kế hoạch xây dựng không? kết quả như thế nào?
  - Các biên bản, báo cáo hoạt động được thực hiện và lưu giữ như thế nào?

## Bài 4: Tư vấn cai nghiện thuốc lá

**1. Thời gian:** 220 phút.

### 2. Mục tiêu bài học:

- Trang bị cho học viên kỹ năng và kiến thức cơ bản về tư vấn cai nghiện thuốc lá để tư vấn cho người bệnh và người nhà người bệnh.

### 3. Chuẩn bị vật dụng dạy và học

Hình chiếu slide/A0

### 4. Tổng quan bài học:

Hoạt động	Phương pháp	Thời gian (phút)	Tài Liệu và phương tiện
<b>Hoạt động 1:</b> Giới thiệu tên và mục tiêu bài	Thuyết trình, Hỏi/đáp	20	Slide/Ao
<b>Hoạt động 2:</b> Một số kỹ năng tư vấn ngắn trong tư vấn cai nghiện thuốc lá	Thuyết trình/ giải thích Hỏi/đáp	180	Slide/Ao
<b>Hoạt động 3:</b> Củng cố bài học	Hỏi/đáp	20	
<b>Tổng thời lượng</b>		<b>220</b>	

### 5. Tiến trình thực hiện

#### Hoạt động 1: Giới thiệu tên và mục tiêu bài 3

- Chiếu slide/Ao: Tên bài và mục tiêu; Giảng viên đọc mục tiêu và giải thích cụ thể nội dung; và nói với học viên sau 240' chúng ta cần hoàn thành mục tiêu nêu trên.
- Hỏi học viên xem có ai muốn hỏi gì thêm về mục tiêu không và giải thích thêm nếu có yêu cầu trước khi bắt đầu bài học.

#### Hoạt động 2: Một số kỹ năng tư vấn cai nghiện thuốc lá cơ bản.

- Giảng viên lưu ý với học viên về tầm quan trọng của công tác tư vấn cai nghiện thuốc lá trong việc xây dựng môi trường không khói thuốc: Các nội dung như sau:
  - Do thuốc lá là một sản phẩm gây nghiện, người hút thuốc không dễ dàng từ bỏ thói quen này ngay lập tức, vì vậy để xây dựng mô hình cơ sở y tế không khói thuốc, công tác tư vấn cai nghiện thuốc lá cho cán bộ, nhân viên, người bệnh và người nhà có nhu cầu là một hoạt động quan trọng
  - Theo các nghiên cứu, tư vấn điều trị cai nghiện thuốc lá dù là tư vấn ngắn (nhanh) vẫn hiệu quả. Vì vậy mọi người đến cơ sở y tế, có hút thuốc lá, cho dù có hay không muốn cai thuốc lá cần phải nhận được lời khuyên cai thuốc lá từ nhân viên y tế:
    - Tất cả bác sĩ nên đưa lời khuyên cai thuốc lá mạnh mẽ đến mọi người hút thuốc lá vì chứng cứ cho thấy lời khuyên của bác sĩ giúp tăng tỷ lệ cai thuốc lá thành công.
    - Tư vấn thực hiện bởi nhân viên y tế ở mọi vị trí công tác giúp tăng tỷ lệ cai thuốc lá thành công. Vì thế tất cả nhân viên y tế nên tư vấn ngắn cho người hút thuốc lá.
    - Tư vấn ngắn dù được thực hiện ở mức tối thiểu < 3 phút cũng tăng được tỷ lệ cai thuốc lá thành công vì thế mọi người hút thuốc lá nên được tư vấn ngắn ít nhất là ở mức tối thiểu.
    - Tư vấn điều trị tăng cường quyết tâm cai thuốc lá có hiệu quả trong việc tăng cơ hội quyết định cai thuốc lá trong tương lai của người hút thuốc lá. Vì thế nhân viên y tế nên tư vấn tăng cường quyết tâm cai thuốc lá cho những người đang hút thuốc lá nhưng chưa muốn cai thuốc lá.
    - Tất cả người hút thuốc lá được tư vấn cai thuốc lá nên được theo dõi để đánh giá hiệu quả của tư vấn trong những lần tái khám tiếp theo. Người cai được thuốc lá cần được khen ngợi và nhân viên y tế cần hỗ trợ giải quyết các vấn đề nảy sinh sau cai thuốc lá. Người tái nghiện nên được đánh giá trở lại xem họ có muốn thử cai thuốc lá lần nữa không.
  - Thảo luận chung: (15 phút)
    - Yêu cầu học viên suy nghĩ và cho ý kiến về các kiến thức và kỹ năng mà nhân viên y tế cần có để thực hiện tư vấn cai nghiện thuốc lá cho người bệnh. Giảng viên viết các ý kiến thảo luận chung lên bảng, tóm tắt các ý chính

- Chiếu Slide/Ao và trình bày cụ thể về các yêu cầu khi thực hiện tư vấn ngắn cho bệnh nhân trong cai nghiện thuốc lá: (170 phút)

#### **Hoạt động 3: Củng cố bài học**

- Mời 1,2 học viên nhắc lại
  - Các yêu cầu đối với lời khuyên cai thuốc
  - "Cân cân" hút thuốc lá sẽ giảm nhẹ hơn khi nào?
  - "Cân cân" cai thuốc sẽ tăng hơn khi nào?
- Hỏi xem có học viên nào muốn hỏi thêm điều gì nữa không? Nếu có, giảng viên cần giải thích lại để học viên nắm vững;
- Chiếu lại slide mục tiêu bài để khẳng định là chúng ta đã hoàn thành mục tiêu đề ra.

#### **6. Slide/Ao bài 4:**

##### **I. Nhận diện người hút thuốc:**

Nhận diện người hút thuốc lá gồm Hỏi người hút thuốc lá có hút thuốc lá không và ĐÁNH GIÁ người hút thuốc lá có muốn cai thuốc lá không? Nhận diện người hút thuốc lá giúp nhân viên y tế chọn lựa được các can thiệp phù hợp đối với người hút thuốc cai nghiện thuốc lá.



#### **II. Thực hiện tư vấn ngắn:**

Tư vấn ngắn bao gồm việc nhận diện nhanh chóng người hút thuốc lá và tư vấn ngắn gọn trong thời gian từ 3 – 10 phút theo mô hình 5A (Ask – Advise – Assess – Assist – Arrange)

MÔ HÌNH TƯ VẤN NGẮN 5A		
Chẩn đoán	Ask – Hỏi	Anh có hút thuốc lá không ?
	Assess – Đánh giá	Anh có muốn cai thuốc lá không ?
Điều trị	Advise – Khuyên cai thuốc lá	Anh hãy bỏ thuốc lá !
	Assist – Hỗ trợ cai thuốc lá	Chúng tôi sẽ hỗ trợ anh cai thuốc lá !
	Arrange – Sắp xếp theo dõi cai thuốc lá	Chúng tôi sẽ sắp xếp để theo dõi quá trình cai thuốc lá của anh !

##### **1. Hỏi - Ask:**

Hỏi trong tư vấn ngắn chỉ đơn giản là hỏi : " Ông/ bà có hút thuốc lá không?" Tùy câu trả lời:

- Chưa bao giờ hút thuốc lá hay đã cai từ lâu -> Chúc mừng và động viên tiếp tục cai thuốc lá.
- Vừa mới cai thuốc lá (< 6 tháng) -> Tiếp tục sang bước **tư vấn ngắn 5c ở dưới**.
- Đang hút thuốc lá -> Tiếp tục sang bước **tư vấn ngắn 2 (khuyên)**

##### **2. Khuyên - Advise:**

Bất kể đối tượng được tư vấn có muốn cai thuốc lá hay không, nhân viên y tế đều nên đưa lời khuyên cai thuốc lá.

Lời khuyên cai thuốc lá cần rõ ràng, mạnh mẽ, tương thích với cá nhân người được tư vấn.

LỜI KHUYÊN TRONG TƯ VẤN NGẮN	
Rõ ràng	"Ông bà phải cai thuốc lá ngay bây giờ, tôi sẽ hỗ trợ ông bà"; "Cho dù là thuốc lá nhẹ hoặc đôi khi mới hút thì cũng rất nguy hiểm"; "Hãy cai thuốc lá ngay từ lúc bệnh của ông bà còn nhẹ"
Mạnh mẽ	"Là bác sĩ điều trị của ông bà, tôi muốn ông bà hiểu rằng cai thuốc lá là việc làm quan trọng nhất để bảo vệ sức khỏe của ông bà, tôi và toàn thể cán bộ y tế sẽ hỗ trợ ông bà"
Tương thích	"Tiếp tục hút thuốc lá làm bệnh hen của ông bà nặng hơn, cai thuốc lá sẽ làm sức khỏe ông bà khá lên rất nhiều" "Ông bà cai thuốc lá sẽ làm cho số lần bị viêm nhiễm đường hô hấp của con ông bà giảm đi rất nhiều"

### 3. Đánh giá - Assess:

Đánh giá trong tư vấn ngắn là hỏi đơn giản: "Ông bà có muốn cai thuốc lá?" Tùy câu trả lời

- Muốn cai thuốc lá --> Tiếp tục sang bước **tư vấn ngắn 4.a**
- Chưa muốn cai thuốc lá --> Tiếp tục sang bước **tư vấn ngắn 4.b**

### 4. Hỗ trợ (Assist):

#### 4.a. Hỗ trợ cai thuốc lá:

Nếu người được tư vấn muốn cai thuốc lá, nhân viên y tế tiếp tục tư vấn ngắn cai thuốc lá hoặc giới thiệu đi tư vấn chuyên sâu trong trường hợp phức tạp hoặc cơ sở y tế tại chỗ không đủ điều kiện.

HỖ TRỢ CAI THUỐC LÁ TRONG TƯ VẤN NGẮN	
1/ Lên kế hoạch cai thuốc lá cụ thể	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ngày bắt đầu cai thuốc lá nên trong vòng hai tuần sau lần tư vấn đầu tiên.</li> <li>Thông báo cho gia đình, bạn bè, đồng nghiệp về cai thuốc lá, yêu cầu mọi người cảm thông và chia sẻ nỗ lực cai thuốc lá.</li> <li>Chuẩn bị môi trường sống và làm việc không thuốc lá, tạm thời tránh xa nơi có nhiều người hút thuốc lá.</li> </ul>
2/ Nhận ra và giải quyết khó khăn	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ngày bắt đầu cai thuốc lá nên trong vòng hai tuần sau lần tư vấn đầu tiên.</li> <li>Thông báo cho gia đình, bạn bè, đồng nghiệp về cai thuốc lá, yêu cầu mọi người cảm thông và chia sẻ nỗ lực cai thuốc lá.</li> <li>Chuẩn bị môi trường sống và làm việc không thuốc lá, tạm thời tránh xa nơi có nhiều người hút thuốc lá.</li> </ul>
3/ Cam kết hỗ trợ, động viên.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cam kết sẵn sàng hỗ trợ: "Chúng tôi sẽ luôn sẵn sàng để hỗ trợ ông bà", "Trong quá trình cai thuốc lá nếu có gì trở ngại hãy liên lạc với chúng tôi"</li> <li>Luôn động viên khuyến khích: "Ông bà đã rất quyết tâm, những biện pháp điều trị này rất có hiệu quả, ông bà hãy cố gắng, ông bà sẽ thành công thôi".</li> </ul>
4/ Kết hợp hợp thuốc cai thuốc lá khi cần	<ul style="list-style-type: none"> <li>Giải thích thuốc cai thuốc lá giúp tăng tỷ lệ cai thuốc lá thành công bằng cách giảm nhẹ hội chứng cai thuốc lá.</li> <li>Thuốc cai thuốc lá hàng đầu: bupropion, varenicline và các chế phẩm nicotine thay thế; hàng thứ hai là nortriptyline và clonidine.</li> </ul>

Ngay sau khi người được tư vấn cai thuốc lá, tiếp tục sang bước tư vấn ngắn 5a

#### 4.b. Hỗ trợ tăng cường quyết tâm cai thuốc lá:

Nếu người được tư vấn chưa muốn cai thuốc lá, nhân viên y tế tiếp tục tư vấn ngắn tăng cường quyết tâm cai thuốc lá hoặc giới thiệu đi tư vấn chuyên sâu trong trường hợp phức tạp hoặc cơ sở y tế tại chỗ không đủ điều kiện.

HỖ TRỢ TĂNG CƯỜNG QUYẾT TÂM CAI THUỐC LÁ TRONG TƯ VẤN NGẮN	
1/ Thể hiện cảm thông	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dùng câu hỏi mở thay vì câu hỏi đóng để tìm hiểu lý do hút thuốc lá ("Vì sao ông/bà hút thuốc lá?"), lo ngại khi cai thuốc lá ("Ông bà nghĩ là sau khi cai thuốc lá thì sẽ xảy ra chuyện gì?").</li> <li>Dùng kỹ thuật lắng nghe sau đó phản hồi để chia sẻ với người hút thuốc lá: "Vậy là ông bà hút thuốc lá để giảm cân?", "Vậy là ông bà rất thích hút thuốc lá, tuy nhiên ông bà sợ hút thuốc lá sẽ gây ra các bệnh lý nguy hiểm cho ông bà sau này hơn nữa người thân của ông bà không muốn ông bà hút thuốc lá?"</li> <li>Tìm cách bình thường hóa nỗi lo của người hút thuốc lá: "Nhiều người cũng lo lắng về những khó khăn sẽ gặp phải khi cai thuốc lá như ông bà".</li> <li>Tôn trọng quyết định của người hút thuốc lá: "Tôi hiểu rằng ông bà chưa sẵn sàng để cai thuốc lá lần này. Tuy nhiên tôi luôn ở đây để hỗ trợ ông bà khi ông bà đã sẵn sàng cai thuốc lá."</li> </ul>
2/ Chỉ rõ sự mâu thuẫn giữa hành vi hút thuốc lá hiện tại với suy nghĩ, niềm tin của người hút thuốc lá: "Ông bà có thói quen hi sinh cho gia đình, ông bà nghĩ sao về tác hại của thuốc lá lên con cái?"	<ul style="list-style-type: none"> <li>Củng cố và ủng hộ các câu nói có tính chất cam kết cai thuốc lá: "Như vậy là ông bà nhận thấy hút thuốc lá đã có ảnh hưởng đến sức khỏe của ông bà." "Thật là hay khi ông bà đã quyết định cai thuốc lá sau khi hết bận rộn"</li> <li>Xây dựng và tăng cường các cam kết cai thuốc lá: "Hiện nay các biện pháp điều trị cai thuốc lá rất hiệu quả." "Chúng tôi sẽ giúp ông bà tránh được cơn đột quỵ như cha của ông bà".</li> </ul>

3/ Giúp vượt qua rào cản	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Lắp lại sự lưỡng lự của người hút thuốc lá: "Hình như ông bà cảm thấy rất trăn trở về chuyện nghiện thuốc lá".</li> <li>+ Thể hiện cảm thông: "Ông bà rất lo lắng không biết giải quyết hội chứng cai thuốc lá như thế nào phải không?"</li> <li>+ Đề nghị được giúp đỡ giải quyết lo lắng: "Chúng tôi có một số phương pháp có thể giúp giảm nhẹ những lo lắng của ông bà, ông bà có muốn biết không?"</li> </ul>
--------------------------	---

#### 4.c. Hỗ trợ tăng cường quyết tâm cai thuốc lá:

4/ Hỗ trợ tự tăng cường quyết tâm	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Giúp người hút thuốc lá tự tin có thể thành công: "Các biện pháp can thiệp cai thuốc lá hiện rất hiệu quả", "Hơn 50% người hút thuốc lá đã cai thuốc lá thành công", "Ông bà đã từng rất thành công trong lần cai thuốc lá trước đây".</li> <li>+ Thể hiện sự quan tâm giúp đỡ: "Ông bà cảm thấy như thế nào về việc cai thuốc lá?", "Ông bà có lần cần gì khi cai thuốc lá không?", "Chúng tôi lúc nào cũng sẵn sàng giúp đỡ ông bà".</li> <li>+ Khuyến khích người được tư vấn nói về tiến trình cai thuốc lá, nhờ đó quyết tâm cai thuốc lá sẽ tăng dần: "Tại sao ông bà muốn cai thuốc lá" "Những quan ngại của ông bà khi cai thuốc lá là gì?", "Ông bà đã gặp những khó khăn gì khi cai thuốc lá lần trước" "Nhờ đâu mà lần trước ông bà cai thuốc lá thành công?"</li> <li>+ Cung cấp thông tin làm giảm việc tin tưởng vào "ích lợi" của hút thuốc lá và làm tăng ích lợi của việc cai thuốc lá, từ đó làm cho "cân cân" quyết tâm cai thuốc nặng hơn "cân cân" hút thuốc, giúp củng cố quyết tâm cai thuốc của người hút thuốc.</li> </ul> <p><b>"Cân cân" của việc hút thuốc lá sẽ "nhẹ" hơn khi nào?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Khi lợi ích của hút thuốc giảm. Vì vậy cán bộ tư vấn cần chỉ ra: <ul style="list-style-type: none"> <li>- "Cái lợi" của hút thuốc lá là không có thật.</li> <li>- Các giải pháp thay thế cho "cái lợi" của hút thuốc lá. (Cán bộ tư vấn cần tìm hiểu về lý do hút thuốc của người hút thuốc để tìm các giải pháp phù hợp thay thế cho lợi ích từ việc hút thuốc mà người hút thuốc đang cảm nhận được).</li> </ul> </li> <li>• Khi tác hại của việc cai thuốc giảm. Vì vậy cán bộ tư vấn cần phân tích: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Các hội chứng khó chịu khi cai thuốc lá chỉ ngắn hạn</li> </ul> </li> </ul>
-----------------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tư vấn cho bệnh nhân các biện pháp giúp giảm nhẹ các triệu chứng khó chịu khi cai thuốc lá</li> </ul> <p><b>"Cân cân" cai thuốc sẽ "nặng" hơn khi nào?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Khi lợi ích của việc cai thuốc tăng <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tư vấn lợi ích có được khi cai thuốc lá là có thật, cụ thể</li> <li>- Tư vấn các biện pháp nhận ra được các lợi ích đó</li> </ul> </li> <li>• Khi tác hại của hút thuốc tăng <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tư vấn tác hại hút thuốc lá là có thật, cụ thể</li> </ul> </li> </ul>
--	---

Ngay sau khi người được tư vấn tăng cường quyết tâm cai thuốc lá, tiếp tục sang **bước 5b**

#### 5. Sắp xếp theo dõi (Arrange):

Sắp xếp theo dõi là rất quan trọng để duy trì hiệu quả của tư vấn ngắn.

SẮP XẾP THEO DÕI TRONG TƯ VẤN NGẮN	
5.a/ Đối với người đang cai thuốc lá	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Thời gian: lịch tái khám cần phải được sắp xếp gần với ngày cai thuốc lá, thường là trong 1 tuần đầu tiên sau khi cai thuốc lá. Lần tái khám thứ hai được khuyến cáo trong vòng một tháng đầu tiên.</li> <li>+ Nhận diện tất cả các trở ngại và khó khăn gấp phải khi cai thuốc lá. Dự đoán những trở ngại trong thời gian tiếp theo. Xem xét lại việc sử dụng thuốc cai thuốc lá nếu có và giải quyết các vấn đề phát sinh.</li> <li>+ Xác định xem người hút thuốc lá đã cai thuốc lá được chưa. Nếu đã cai được, cần phải chúc mừng người hút thuốc lá; nếu chưa cai được, cần phải xem xét lại hoàn cảnh dẫn đến tái nghiện và cùng người hút thuốc lá lên kế hoạch cai thuốc lá trở lại ngay, nếu cần có thể giới thiệu người hút thuốc lá đi tư vấn chuyên sâu.</li> </ul>
5.b/ Đối với người chưa cai thuốc lá	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Thời gian: lần tư vấn sau nên được thực hiện kèm với lần tái khám của người hút thuốc lá vì bệnh khác hoặc khi người hút thuốc lá có yêu cầu.</li> <li>+ Đánh giá quyết tâm cai thuốc lá của người hút thuốc lá. Nếu đã muốn cai, chúc mừng người hút thuốc lá và thực hiện hỗ trợ cai thuốc lá. Nếu chưa muốn cai, khuyên đi tư vấn chuyên sâu để tăng cường quyết tâm cai thuốc lá.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Chúc mừng và động viên người hút thuốc lá tiếp tục cai thuốc lá.</li> </ul>

5.c/ Đối với người vừa mới cai thuốc lá	<ul style="list-style-type: none"> <li>+ Nhận diện các vấn đề sau cai thuốc và tìm cách giải quyết: trầm cảm, tăng cân, hội chứng cai thuốc kéo dài, thỉnh thoảng cũng vẫn hút vài hơi.</li> <li>+ Tùy theo từng vấn đề cụ thể có thể khuyên dùng thêm thuốc cai thuốc lá, thuốc hướng tâm thần hoặc tư vấn tâm lý, tư vấn chuyên sâu.</li> </ul>
---	---

môi trường không khói thuốc tại Việt Nam			
<b>Hoạt động 4:</b> Củng cố bài học	- Hỏi/đáp	5	Slide/ A0 Luật PCTH thuốc lá
<b>Tổng lượng thời gian</b>		<b>45</b>	

## Bài 5:

### Giới thiệu các văn bản pháp luật về môi trường không khói thuốc

**1. Thời gian:** 45 phút

**2. Mục tiêu bài học:** Sau bài học này, học viên có thể:

- Nắm được các chính sách, quy định hiện hành thực hiện xây dựng môi trường không khói thuốc
- Nắm được các yêu cầu cụ thể của pháp luật về thực thi môi trường không khói thuốc đối với ngành y tế

### 3. Tổng quan bài học

Hoạt động	Phương pháp	Thời gian (phút)	Tài Liệu và phương tiện
<b>Hoạt động 1:</b> Giới thiệu tên và mục tiêu bài	Thuyết trình, Hỏi/đáp	5	Slide/Ao- mục tiêu bài 3
<b>Hoạt động 2:</b> Giới thiệu Công ước khung về kiểm soát thuốc lá của Tổ chức y tế thế giới (WHO) - Điều 8 FCTC	- Thuyết trình/ giải thích - Hỏi/đáp	15	Slide/Ao công ước khung về kiểm soát thuốc lá
<b>Hoạt động 3:</b> Giới thiệu các chính sách hiện hành về	- Thuyết trình/ giải thích - Hỏi/đáp	20	Slide/Ao Luật Phòng chống tác hại thuốc lá và các văn bản khác

### 4. Chuẩn bị vật dụng dạy và học

- Giấy Ao, thẻ bìa mầu, băng dính, kéo, bút viết bảng, viết giấy...
- Thẻ nhắc các hoạt động bài giảng – các ý chính cần chia sẻ trong từng hoạt động được giảng viên chuẩn bị sẵn trên thẻ bìa mầu.
- Hình chiếu slide/Ao
- Bộ tranh truyền thông dùng trong cơ sở y tế

### 5. Tiến trình thực hiện

- Hoạt động 1: Giới thiệu tên và mục tiêu bài 3 (10 phút)
- Chiếu slide/Ao- tên bài và mục tiêu.
- Hỏi học viên xem có ai muốn hỏi gì thêm về mục tiêu không và giải thích thêm nếu có yêu cầu trước khi bắt đầu bài học.

### Hoạt động 2: Giới thiệu công ước Khung về kiểm soát thuốc lá (FCTC) - (20 phút)

- Giới thiệu sơ bộ về công ước: Mục đích, ý nghĩa, các nội dung chủ yếu của công ước.
- Giảng viên chiếu slide/Ao- Điều 8 FCTC
- Sau mỗi phần trình bày giảng viên nên dừng lại và hỏi học viên xem có ai bình luận hoặc yêu cầu cần làm rõ ý nào, rồi mới chuyển sang phân tích, giải thích nội dung tiếp theo.
- Kết luận: Việt Nam đã tham gia FCTC từ năm 2004 với cam kết thực thi các biện pháp, lập pháp, hành pháp và hành chính hữu hiệu "Nhằm bảo vệ mọi người khỏi việc phơi nhiễm với khói thuốc lá nơi làm việc, nơi công cộng trong nhà, trên các phương tiện giao thông công cộng và ở mức độ hợp lý tại các nơi công cộng khác".

### Hoạt động 3: Giới thiệu Luật PCTH của thuốc lá (30 phút.)

- Hỏi học viên có biết văn bản nào của nhà nước về môi trường không khói thuốc

- Liệt kê các ý kiến của học viên trên bảng hoặc giấy Ao.
- Chiếu slide/Ao: Các nội dung cơ bản của Luật PCTH thuốc lá về môi trường không khói thuốc.
- Giảng viên hỏi học viên xem còn ai chưa rõ nội dung nào, những vấn đề khó khăn gặp phải khi triển khai các chính sách, quy định này.
- Giảng viên liệt kê lên bảng các khó khăn mà học viên chỉ ra, sau đó cùng học viên thảo luận về các biện pháp giải quyết, khắc phục khó khăn và kết luận: "có nhiều chính sách, quy định của nhà nước ban hành, lúc đầu triển khai, dường như kết quả rất hạn chế nhưng sau một thời gian thực hiện, các quy định, chính sách đi vào cuộc sống thì chúng ta mới nhìn thấy hiệu quả rõ rệt".

#### **Hoạt động 4: củng cố bài học**

- Giảng viên mời 1, 2 học viên nhắc lại các chính sách, quy định về thực hiện xây dựng môi trường không khói thuốc tại Việt Nam và hỏi xem có học viên nào muốn hỏi thêm điều gì nữa không. Nếu có, giảng viên cần giải thích lại để học viên nắm vững. Chiếu lại slide mục tiêu bài để khẳng định đã hoàn thành mục tiêu đề ra.

### **6. Hình chiếu slide/Ao - bài 5**

#### **Mục tiêu bài**

- Mục tiêu 1: Nắm được các chính sách, quy định hiện hành thực hiện xây dựng môi trường không khói thuốc
- Mục tiêu 2: Nắm được các yêu cầu cụ thể của pháp luật về thực thi môi trường không khói thuốc đối với ngành y tế

#### **Công ước Khung của Tổ chức Y tế Thế giới về kiểm soát thuốc lá**

- FCTC là công ước quốc tế: FCTC là công ước đầu tiên về y tế công cộng được thương thảo với sự bảo trợ của WHO.
- Việt Nam đã phê chuẩn Công ước từ tháng 12 năm 2004.
- FCTC quy định các biện pháp giảm nhu cầu, giảm cung cấp các sản phẩm thuốc lá gồm 6 nội dung cơ bản
  - Bảo vệ khỏi phơi nhiễm khói thuốc thụ động (điều 8)
  - In cảnh báo sức khỏe (điều 11)
  - Truyền thông giáo dục (điều 12)
  - Cấm quảng cáo khuyến mại tài trợ (điều 13)

- Cai nghiện thuốc lá (điều 14)
- Tăng thuế thuốc lá

#### **Nội dung điều 8 - Bảo vệ khỏi phơi nhiễm với khói thuốc thụ động:**

- Các Bên nhận thức rõ rằng các bằng chứng khoa học đã chứng minh rõ ràng rằng việc phơi nhiễm với khói thuốc lá là nguyên nhân gây tử vong, bệnh tật và tàn tật.
- Mỗi Bên sẽ thông qua và thi hành trong phạm vi các quyền tài phán quốc gia hiện hành được xác định bởi luật pháp quốc gia và tích cực thúc đẩy tại các cấp độ tài phán khác việc thông qua và thi hành các biện pháp, lập pháp, hành pháp, hành chính hữu hiệu và/hoặc các biện pháp khác nhằm bảo vệ khỏi việc phơi nhiễm với khói thuốc lá ở những nơi làm việc trong nhà, các phương tiện giao thông công cộng, những nơi công cộng trong nhà và ở mức thích hợp, tại những nơi công cộng khác.

#### **Luật Phòng chống tác hại của thuốc lá**

Cấu trúc: Luật gồm 5 chương và 35 Điều

Chương I: những quy định chung

Chương II: các biện pháp giảm nhu cầu sử dụng thuốc lá bao gồm:

- Các biện pháp quy định về các khu vực cấm hút thuốc,
- Thông tin giáo dục truyền thông
- In cảnh báo sức khỏe bằng hình ảnh trên vỏ bao thuốc
- Trách nhiệm của người đứng đầu các địa điểm cấm hút thuốc..
- Cai nghiện thuốc lá

Chương III: Các biện pháp kiểm soát nguồn cung cấp thuốc lá

- Kiểm soát sản lượng tiêu thụ trong nước

Bán thuốc lá

- Quy định về số lượng điếu trong bao gói thuốc lá

Chương IV: Các điều kiện đảm bảo cho hoạt động PCTH thuốc lá

Chương V: Điều khoản thi hành

#### **Điều 11. Địa điểm cấm hút thuốc lá hoàn toàn**

1. Địa điểm cấm hút thuốc lá hoàn toàn cả trong nhà và trong phạm vi khuôn viên bao gồm:

- Cơ sở y tế;
- Cơ sở giáo dục trừ các cơ sở giáo dục quy định tại điểm b khoản 2 Điều này;
- Cơ sở chăm sóc, nuôi dưỡng, vui chơi, giải trí dành riêng cho trẻ em;
- Cơ sở hoặc khu vực có nguy cơ cháy, nổ cao.

2. Địa điểm cấm hút thuốc lá hoàn toàn trong nhà bao gồm:

- Nơi làm việc;
- Trường cao đẳng, đại học, học viện;

c) Địa điểm công cộng trừ các trường hợp quy định tại khoản 1 Điều này và khoản 1 Điều 12 Luật này.

3. Phương tiện giao thông công cộng bị cấm hút thuốc lá hoàn toàn bao gồm:

- a) Ô tô;
- b) Tàu bay;
- c) Tàu điện.

#### **Điều 14. Quyền và trách nhiệm của người đứng đầu, người quản lý địa điểm cấm hút thuốc lá**

1. Người đứng đầu, người quản lý địa điểm cấm hút thuốc lá có các quyền sau đây:

- a) Buộc người vi phạm chấm dứt việc hút thuốc lá tại địa điểm cấm hút thuốc lá; xử phạt vi phạm hành chính theo quy định của pháp luật;
- b) Yêu cầu người vi phạm quy định cấm hút thuốc lá ra khỏi cơ sở của mình;
- c) Từ chối tiếp nhận hoặc cung cấp dịch vụ cho người vi phạm quy định cấm hút thuốc lá nếu người đó tiếp tục vi phạm sau khi đã được nhắc nhở.

2. Người đứng đầu, người quản lý địa điểm cấm hút thuốc lá có trách nhiệm sau đây:

- a) Thực hiện quy định tại Điều 6 của Luật này;
- b) Tổ chức thực hiện, hướng dẫn, kiểm tra, đôn đốc mọi người thực hiện đúng quy định về cấm hút thuốc lá tại địa điểm thuộc quyền quản lý, điều hành; treo biển có chữ hoặc biểu tượng "cấm hút thuốc lá" tại địa điểm cấm hút thuốc lá.

#### **Điều 31. Xử lý vi phạm pháp luật về phòng, chống tác hại của thuốc lá**

1. Cơ quan, tổ chức, cá nhân có hành vi vi phạm pháp luật về PCTHTL, tùy theo tính chất, mức độ vi phạm mà bị xử lý kỷ luật, xử phạt vi phạm hành chính, nếu gây thiệt hại thì phải bồi thường theo quy định của pháp luật; cá nhân vi phạm có thể bị truy cứu trách nhiệm hình sự theo quy định của pháp luật.

2. Thẩm quyền xử lý vi phạm hành chính trong lĩnh vực PCTHTL theo quy định của pháp luật xử lý vi phạm hành chính.

#### **Điều 6. Trách nhiệm của người đứng đầu cơ quan, tổ chức, địa phương trong phòng, chống tác hại của thuốc lá**

1. Đưa nội dung phòng, chống tác hại của thuốc lá vào kế hoạch hoạt động hằng năm, quy định không hút thuốc lá tại nơi làm việc vào quy chế nội bộ.

2. Đưa quy định về việc hạn chế hoặc không hút thuốc lá trong các đám

cưới, đám tang, lễ hội trên địa bàn dân cư vào các hương ước.

3. Gương mẫu thực hiện và vận động cơ quan, tổ chức, địa phương thực hiện các quy định của pháp luật về phòng, chống tác hại của thuốc lá.

#### **Điều 12. Địa điểm cấm hút thuốc lá trong nhà nhưng được phép có nơi dành riêng cho người hút thuốc lá**

Địa điểm cấm hút thuốc lá trong nhà nhưng được phép có nơi dành riêng cho người hút thuốc lá bao gồm:

- a) Khu vực cách ly của sân bay;
- b) Quán bar, karaoke, vũ trường, khách sạn và cơ sở lưu trú du lịch;
- c) Phương tiện giao thông công cộng là tàu thủy, tàu hỏa.

Nơi dành riêng cho người hút thuốc lá phải đảm các điều kiện sau:

- a) Có phòng và hệ thống thông khí tách biệt với khu vực không hút thuốc lá;
  - b) Có dụng cụ chứa các mẩu, tàn thuốc lá; có biển báo tại các vị trí phù hợp, dễ quan sát;
  - c) Có các thiết bị phòng cháy, chữa cháy.
3. Khuyến khích người đứng đầu địa điểm quy định tại khoản 1 Điều này tổ chức thực hiện việc không hút thuốc lá hoàn toàn trong nhà.
4. Chính phủ quy định chuyển địa điểm tại khoản 1 Điều này thành địa điểm cấm hút thuốc lá hoàn toàn trong nhà cho phù hợp với từng thời kỳ.

#### **Điều 25. Bán thuốc lá**

2. Cơ quan, tổ chức, cá nhân không được tổ chức, cho phép hoặc bán thuốc lá tại các địa điểm quy định tại Điều 11, Điều 12 trừ điểm a khoản 1 Điều 12 của Luật này; không được bán thuốc lá phía ngoài cổng các nhà trẻ, trường mẫu giáo, trường tiểu học, trung học cơ sở, phổ thông trung học; viện nghiên cứu y học, bệnh viện, nhà hộ sinh, trung tâm y tế dự phòng, trạm y tế xã, phường trong phạm vi 100 mét tính từ ranh giới khuôn viên gần nhất của cơ sở đó."

## PHẦN III: PHỤ LỤC

### PHỤ LỤC 1:

#### MẪU PHIẾU ĐÁNH GIÁ TRƯỚC KHÓA TẬP HUẤN XÂY DỰNG CƠ SỞ Y TẾ KHÔNG KHÓI THUỐC

(Thời gian điền phiếu :15 phút)

Địa điểm:..... Ngày..... tháng..... năm.....

1. Hãy điền các chữ Đ (Đúng) hoặc S (Sai) phù hợp vào ô tương ứng các câu dưới đây:

Số TT	Nội dung	Đ/S
1	Việt Nam, mỗi ngày có hơn 100 người chết vì các bệnh liên quan đến sử dụng thuốc lá	
2	Khói thuốc lá không chỉ độc hại với sức khoẻ người hút mà cả với người hít phải khói thuốc	
3	Khói thuốc lá chứa hơn 70 chất gây ung thư cho con người	
4	Hút thuốc lá ở trẻ em khó gây nghiện, vì hệ thần kinh phát triển chưa hoàn chỉnh	
5	Hút thuốc và hút thuốc lá thụ động ảnh hưởng tới chức năng sinh sản của cả người nam và nữ	
6	Xây dựng môi trường không khói thuốc là đảm bảo quyền con người được hít thở bầu không khí trong lành	
7	Môi trường cơ sở y tế 100% không khói thuốc là không có hiện tượng hút thuốc trong toàn bộ cơ sở y tế.	
8	Xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc sẽ giúp cải thiện và nâng cao sức khoẻ cho cả thầy thuốc và bệnh nhân	

2. Hãy điền số thứ tự 1, 2, 3, 4, 5, 6 vào nội dung tương ứng mà bạn cho là phù hợp với các bước cần thiết để thực hiện xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc.

Số TT	Nội dung	Bước thực hiện
1	Khảo sát thực trạng hút thuốc và hút thuốc lá thụ động của cán bộ y tế	

2	Xây dựng nội quy và kế hoạch xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc	
3	Thành lập ban chỉ đạo xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc	
4	Triển khai các hoạt động TTVĐ/TTCĐHọc viên xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc	
5	Phổ biến nội quy, quy định xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc	
6	Giám sát, đánh giá kết quả thực hiện xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc	

3. Luật PCTH thuốc lá được ban hành vào năm nào? Có hiệu lực vào thời gian nào?

.....

4. Bạn có thể nêu các địa điểm cấm hút thuốc hoàn toàn cả trong nhà và trong phạm vi khuôn viên theo quy định của Luật PCTH thuốc lá

.....

5. Bạn có thể nêu các địa điểm cấm hút thuốc hoàn toàn trong nhà theo quy định của Luật PCTH thuốc lá

.....

6. Bạn có thể nêu các địa điểm cấm hút thuốc nhưng có khu vực giành riêng cho người hút thuốc theo quy định của Luật PCTH thuốc lá

.....

7. Việt Nam đã tham gia công ước quốc tế nào về phòng chống tác hại thuốc lá? Năm nào?

.....

### PHỤ LỤC 2: MẪU PHIẾU ĐÁNH GIÁ SAU KHÓA TẬP HUẤN XÂY DỰNG CƠ SỞ Y TẾ KHÔNG KHÓI THUỐC

Thời gian để điền phiếu: 15 phút

Để chúng tôi có thể cải tiến khóa tập huấn này cho những lần sau, mong anh/chị vui lòng đóng góp ý kiến cho khóa học bằng cách đánh dấu (x) vào các cột điểm thích hợp với từng nội dung; và có thể ghi thêm ý kiến vào lề hoặc phần cuối của bản đánh giá  
(Cho điểm từ 1-5 với từng nội dung đánh giá; với 1 là chưa tốt, 5 là tốt)

Số TT	Nội dung	Điểm				
		1	2	3	4	5
1	Chương trình phù hợp với mong đợi của bạn					
2	Nội dung của khoá học hữu ích với vấn đề xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc					
3	Đánh giá mức độ hữu ích của từng nội dung sau					
a	Lý do xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc					
b	Các bước xây dựng cơ sở y tế không khói thuốc					
c	Các chính sách, văn bản quy định xây dựng cơ sở y tế/cơ sở y tế không khói thuốc					
d	Tư vấn hỗ trợ cai nghiện thuốc lá					
4	Phương pháp giảng dạy sử dụng trong khoá học					
5	Mức độ tham gia tích cực của học viên					
6	Tài liệu trình bày trên lớp					
7	Tài liệu cung cấp cho học viên					
8	Công tác tổ chức, hậu cần					

9. Anh/chị muốn thay đổi gì để khóa tập huấn này tốt hơn trong thời gian tới  
.....

10. Các nhận xét và đề nghị khác  
.....

Cám ơn các ý kiến đóng góp của anh/chị

### PHỤ LỤC 3:

## MẪU PHIẾU KHẢO SÁT THỰC TRẠNG HOẠT ĐỘNG PCTH THUỐC LÁ TRƯỚC CAN THIỆP

### A. MẪU PHIẾU PHỎNG VẤN

Để có những thông tin cần thiết cho việc xây dựng môi trường không khói thuốc tại cơ sở y tế, trân trọng đề nghị các Anh/Chị điền phiếu trả lời các câu hỏi dưới đây.

A. Câu hỏi chung cho tất cả các nhân viên y tế

#### I. Thông tin chung

1. Họ tên: (có thể ghi hoặc không ghi)

2. Năm sinh (Dương lịch):

3. Giới:  Nam  Nữ

3. Số năm công tác:

4. Nghề nghiệp (đánh dấu vào ô trống dưới đây)

Bác sĩ

Điều dưỡng

Hộ lý

Nhân viên hành chính

Khác (nếu có) .....

5. Thời gian làm việc tại bệnh viện/cơ sở y tế

Ban ngày

Buổi tối

Ban đêm

Tùy từng thời điểm

6. Địa điểm làm việc

Trong phòng riêng

Trong phòng đông người

Những khu vực chung

Không có địa điểm cố định

7. Công việc của anh/chị có phải tiếp xúc trực tiếp với người bệnh không?

Có  Không

8. Chức vụ công tác:

Giám đốc/Phó giám đốc;  Bác sĩ/Nhân viên:.....

Trưởng/Phó khoa/phòng  Khác:.....

9. Trình độ chuyên môn cao nhất

Sau đại học

Đại học/Cao đẳng

Trung cấp

Tốt nghiệp PTTH  Khác:.....

#### II. Kiến thức, thái độ về tác hại của thuốc lá

Dưới đây là các thông tin về tác hại của thuốc lá trên 2 khía cạnh là **hút thuốc lá chủ động** và **hút thuốc lá thụ động**. Hút thuốc lá chủ động là hành vi người đó trực tiếp hút thuốc, hút thuốc lá thụ động là hành vi người đó không trực tiếp hút thuốc mà hít thở trong môi trường có khói thuốc.

10. Theo Anh/Chị hút thuốc lá chủ động có gây ra các bệnh nguy hiểm hay không? (Chỉ chọn 1 lựa chọn)

1. Có

2. Không -> **Chuyển C12**

3. Không biết -> **Chuyển C12**

11. Theo Anh/Chị hút thuốc lá chủ động có gây nên các tình trạng sau đây không? (**Khoanh tròn vào tất cả các lựa chọn phù hợp**)

- 1.Tai biến mạch máu não, đột quy (máu đóng cục trong não gây liệt)  
 2.Bệnh tim  
 3.Ung thư phổi  
 4.Ảnh hưởng thai nhi và trẻ em  
 5.Cao huyết áp  
 6.Ung thư vòm họng  
 7.Loét dạ dày  
 8.Bệnh phổi, tắc nghẽn mẫn tính  
 9.Khác...

12.Theo Anh/Chị hút thuốc lá thụ động có gây ra các bệnh nguy hiểm hay không? (Chỉ chọn 1 lựa chọn)

- 1.Có      2.Không -> **Chuyển C15**    3.Không biết -> **Chuyển C15**

13.Theo Anh/Chị hút thuốc lá thụ động có hại gì cho sức khỏe? (Khoanh tròn vào tất cả các lựa chọn phù hợp)

- 1.Tai biến mạch máu não, đột quy (máu đóng cục trong não gây liệt)  
 2.Bệnh tim  
 3.Ung thư phổi  
 4.Ảnh hưởng thai nhi và trẻ nhỏ  
 5.Cao huyết áp  
 6.Sẩy thai  
 7.Ung thư vòm họng  
 8.Bệnh phổi  
 9.Loét dạ dày  
 10.Khác

14.Nếu Anh/Chị cho rằng khói thuốc có ảnh hưởng đến sức khoẻ người xung quanh thì nên áp dụng những biện pháp gì để hạn chế ảnh hưởng đó? (Khoanh tròn vào tất cả các lựa chọn phù hợp)

- 1.Không làm gì  
 2.Không hút thuốc trong nhà  
 3.Không hút thuốc nơi đông người  
 4.Không mời người khác hút thuốc ở trong nhà mình  
 5.Không để gạt tàn thuốc trong nhà  
 6.Bảo người khác ngồi xa mình khi mình hút thuốc  
 7.Ngồi xa người khác khi hút thuốc  
 8.Bật quạt  
 9.Mở cửa sổ  
 10.Đi sang phòng khác để hút  
 11.Ra ngoài hành lang, sân vườn  
 12.Thắp nến hoặc đặt chậu nước trong phòng khi đang hút thuốc  
 13.Khác (ghi cụ thể).....  
 14.Không biết

15.Anh/Chị cảm thấy như thế nào khi hít phải khói thuốc? (Chọn 1 tình huống)

- 1.Bình thường 2.Khó chịu/Không chấp nhận --> **Nếu 1 chuyển câu 17**

16.Nếu khó chịu/không chấp nhận thì tại sao?(Khoanh tròn vào tất cả các lựa chọn phù hợp)

- 1.Cảm thấy thiếu văn hoá  
 2.Khó chịu vì hít phải khói thuốc  
 3.Lo lắng có thể mắc bệnh  
 4.Khác (ghi rõ).....

17.Anh/chị nghe nói/biết đến tác hại của thuốc lá từ nguồn nào? (Khoanh tròn vào tất cả các lựa chọn phù hợp)

- 1.Đài, loa phát thanh  
 2.Sách, báo  
 3.Tờ rơi  
 4.Cán bộ phụ nữ, thanh niên  
 5.Bạn bè  
 6.Internet  
 7.Ti vi  
 8.Tranh, ảnh, pa nô, áp phích  
 9.Người trong gia đình  
 10.Công đoàn cơ quan  
 11.Khác (Ghi rõ):.....

### III. Hành vi hút thuốc lá

18.Hiện tại Anh/Chị có hút thuốc không (thuốc lá, thuốc lào, tẩu...)?

- 1.Có, hàng ngày  
 2.Có, nhưng không hút hàng ngày  
 3.Không nhưng trước kia có hút --> **Chuyển sang hỏi câu 21**  
 4.Chưa bao giờ hút --> **Chuyển sang hỏi câu 21**

19.Lý do chính nào khiến Anh/Chị hút thuốc? (Có thể chọn nhiều đáp án)

- |                              |                   |            |
|------------------------------|-------------------|------------|
| 1.Bạn bè mời hút             | 2.Giảm căng thẳng | 3.Giảm cân |
| 4.Tăng sự tập trung/sáng tạo | 5.Khác.....       |            |

20.Hiện tại Anh/Chị thường hút thuốc lá ở những đâu trong cơ quan? (Trả lời cho từng địa điểm, tích x vào cột tương ứng)

	Thường xuyên	Thỉnh thoảng	Không
1.Trong phòng làm việc, phòng họp, nơi chăm sóc người bệnh			
2.Trong hành lang/cầu thang			

3. Căng tin, nhà ăn			
4. Khu vực ngoài nhà/sân			

21. Theo Anh/Chị, tình trạng hút thuốc lá trong phòng làm việc/phòng họp, hành lang và khu vực ngoài nhà ở cơ sở y tế của Anh/Chị như thế nào? (Trả lời từng địa điểm, tích x vào cột tương ứng)

	Thường xuyên	Thỉnh thoảng	Không
1. Trong phòng làm việc, phòng họp, nơi chăm sóc người bệnh			
2. Trong hành lang/cầu thang			
3. Căng tin, nhà ăn			
4. Khu vực ngoài nhà/sân			

22. Anh/Chị có thường hít phải khói thuốc lá trong phòng làm việc/phòng họp, hành lang và ngoài nhà ở cơ sở y tế của Anh/Chị như thế nào? (Trả lời cho từng địa điểm, tích x vào cột tương ứng)

	Thường xuyên	Thỉnh thoảng	Không
1. Trong phòng làm việc, phòng họp, nơi chăm sóc người bệnh			
2. Trong hành lang/cầu thang			
3. Căng tin, nhà ăn			
4. Khu vực ngoài nhà/sân			

### III. Nhận thức và mức độ ủng hộ liên quan đến môi trường không khói thuốc

23. Anh/chị có biết các văn bản, quy định về việc cấm hút thuốc tại cơ sở y tế?

1.Có      2.Không -> **chuyển câu 25**

24. Nếu có đó là những văn bản, quy định gì?

**Tên văn bản, quy định**      **Nội dung chính của văn bản, quy định**

25. Theo anh/chị hiện đã có những quy định về cấm hút thuốc tại những nơi nào sau đây? (**Có thể chọn nhiều**)

- 1. Trường học (mẫu giáo đến đại học)
- 2. Trên phương tiện giao thông công cộng
- 3. Bệnh viện, cơ sở y tế
- 4. Nơi làm việc
- 5. Nhà hàng
- 6. Rạp chiếu phim, rạp hát
- 7. Không có quy định
- 8. Khác.....

### VI. Thực trạng việc thực hiện môi trường không khói thuốc

26. Anh/Chị có nhận được quy định nào từ cấp trên về cấm hút thuốc tại cơ sở y tế?

1.Có      2.Không      3.Không biết

27. Cơ quan, đơn vị Anh/Chị có quy định cấm hút thuốc tại các cơ sở y tế không?

1.Có      2. Không -> **Chuyển câu 29**      3. Không biết -> **Chuyển câu 29**

28. Theo Anh/chị việc thực thi các quy định cấm hút thuốc trong các cơ sở y tế tại các địa điểm sau đây như thế nào? (Trả lời từng địa điểm, đánh dấu x vào ô tương ứng)

	Tốt	Chưa tốt lắm	Không tốt	Không biết
1.Trong phòng làm việc, phòng họp				
2. Trong hành lang/cầu thang				
3. Căng tin, nhà ăn				
4. Khu vực ngoài nhà/sân				

29. Trong vòng 1 tháng qua, có ai hút thuốc trong khuôn viên bệnh viện/cơ sở y tế của anh/chị?

1.Có      2.Không      3.Không biết

30. Theo Anh/Chị, điều khó khăn nhất trong việc thực thi quy định cấm hút thuốc lá trong cơ sở y tế là gì?

#### B. Câu hỏi thêm, dành riêng cho bác sĩ:

31. Trong vòng 1 tháng qua, khi khám bệnh cho bệnh nhân, anh/chị có hỏi bệnh nhân có hút thuốc lá không?

1. Có      2. Không

32. Nếu bệnh nhân có hút thuốc anh/ chị có khuyên bệnh nhân bỏ thuốc không?

1. Có      2. Không

### B. MẪU PHIẾU QUAN SÁT

Tên cán bộ quan sát:.....

Ngày quan sát:...../...../201

Địa điểm quan sát:

- Trong nhà/Phòng làm việc/Phòng họp
- Hành Lang, cầu thang

- Căng tin, nhà ăn
- Khu vực ngoài nhà

Thời gian quan sát:Từ.....giờ.....phút.

Đến:.....giờ.....phút.

### I. Quan sát biển báo cấm hút thuốc

C.1	Có nhìn thấy biển báo không hút thuốc từ bên ngoài điểm quan sát?	1. Có 2. Không --> Chuyển C.3 3. Không biết --> Chuyển C.3
C.2	Nếu có, biển báo này thế nào?	1. Dễ thấy 2. Khó thấy
C.3	Có nhìn thấy biển báo không hút thuốc từ tại cửa ra vào điểm quan sát?	1. Có 2. Không --> Chuyển C.5 3. Không biết--> Chuyển C.5
C.4	Nếu có, biển báo này thế nào?	1. Dễ thấy 2. Khó thấy
C.5	Có nhìn thấy biển báo không hút thuốc bên trong điểm quan sát?	1. Có 2. Không --> Chuyển C.7 3. Không biết--> Chuyển C.7
C.6	Nếu có, biển báo này thế nào?	1. Dễ thấy 2. Khó thấy
C.7	Có nhìn thấy biển báo/quy định nào về việc xử phạt người hút thuốc tại điểm quan sát	1. Có 2. Không --> Chuyển C.9
C.8	Nếu có, biển báo này thế nào?	1. Dễ thấy 2. Khó thấy
C.9	Có nhìn thấy các pano/applich về tác hại của thuốc lá đối với sức khỏe tại điểm quan sát	1. Có 2. Không
C.10	Nếu có, biển báo này thế nào?	1. Dễ thấy 2. Khó thấy

### II. Quan sát sự tuân thủ quy định cấm hút thuốc

C.11	Có thấy người hút thuốc tại điểm quan sát?	1. Có 2. Không
C.12	Nếu có, số lượng người hút?	1. 1-2 người 2. 3-4 người 3. 5-10 người 4. Khác:.....

C.13	Có mùi khói thuốc lá tại điểm quan sát?	1. Có 2. Không
C.14	Có mẫu thuốc lá trên sàn/nền nhà/sân (Hay ở thùng rác) tại điểm quan sát	1. Có 2. Không
C.15	Có gạt tàn tại điểm quan sát	1. Có 2. Không 3. Không biết.

**PHỤ LỤC 4:**  
**MẪU KẾ HOẠCH THỰC HIỆN HOẠT ĐỘNG XÂY DỰNG  
CƠ SỞ Y TẾ KHÔNG KHÓI THUỐC**

STT	Tên hoạt động	Thời gian		Địa điểm	Kinh phí	Cán bộ triển khai	Cán bộ giám sát
		Bắt đầu	Kết thúc				
1	Thành lập Ban điều hành						
2	Khảo sát thực trạng						
3	Xây dựng, ban hành nội quy không hút thuốc lá nơi làm việc						
4	Phổ biến nội quy						
5	Triển khai hoạt động						
5.1	Lễ phát động						
5.2	Hội thảo chuyên đề						
5.3	Tập huấn truyền thông viên...						
5.4	Chuẩn bị chương trình tư vấn cai nghiện						
....	.....						
6	Giám sát việc thực thi nội quy						

designed by



Sub

**AvantDG**  
www.avantdg.vn

Options

1	4
---	---

13

**I by:**

**by:**

100% of the energy consumed by the system is converted into useful work.

For more information about the study, please contact Dr. John D. Cacioppo at (773) 704-7895 or via e-mail at [cacioppo@uic.edu](mailto:cacioppo@uic.edu).