

Rök- och snusavvänjning startar hos Carema Vårdcentral i Uddevalla

I takt med att allt färre svenskar (11–13 % av befolkningen) röker har det blivit svårt att få ihop rökavvänjningsgrupper på arbetsplatser och vårdcentraler. Men nu startar den första gruppen för dem som vill bli rökfria vid Carema Vårdcentral Uddevalla inom vårdval Västra Götaland.

– Vi har fått ragga ganska länge för att få ihop en grupp, men nu har vi åtta anmälda deltagare så nu ska det äntligen bli av. Den 23 mars startar vi, berättar astma–KOL–sjuksköterskan Ritva Stubelius. (KOL = kronisk obstruktiv lungsjukdom). Vi erbjuder också individuell tobaksavvänjning.

Gruppen ska ses en gång per vecka på eftermiddagen efter att de flesta slutat jobba. Men alla i gruppen är inte yrkesverksamma den äldste deltagaren är över 80 år och vill sluta röka för hjärtats skull.

– Det är aldrig för sent att sluta röka och snusa, det ger alltid resultat, försäkrar Ritva Stubelius.

Några av deltagarna har redan slutat med hjälp av nikotinpreparat, men vill ha stöd att fortsätta. Andra röker fortfarande. Gruppdeltagarna kommer att få stöd både av varandra och astma–KOL–sjuksköterskans medicinska kunskaper samt kognitivt och motivationsstödande arbete av kurator Susanne Marksund.

Studiehäftet som används har tagits fram av Folkhälsoinstitutet och är ett beprövat material som funnits med ett tag.

– Intresset från andra vårdcentraler inom VGR har varit stort inför rökavvänjningsgruppen i Uddevalla, berättar Ritva Stubelius. Fler vill prova konceptet, men se hur det går för oss först.

Fler deltagare är välkomna till rökavvänjningsgruppen i Uddevalla. Det är bara att ringa Carema Vårdcentral Uddevalla och anmäla sig före den 23 mars.

För mer information, kontakta: Carema Vårdcentral Uddevalla: astma–KOL–sjuksköterska Ritva Stubelius, telefon 0522–93315, eller verksamhetschef Maria Aronsson, telefon 0733–28 27 70

Carema Sjukvård AB är ett av Nordens ledande sjukvårdsföretag med verksamhet inom specialistvård, primärvård, psykiatri och bemanning i Sverige och Norge. Carema Sjukvård ingår tillsammans med systerföretagen Carema Care och Mehiläinen i Ambea AB.