

Kysy **jokaiselta** potilaalta/asiakkaalta käyttääkö tupakkatuotteita* nyt tai onko käyttänyt aiemmin. Arvioi askivuodet = tupakointivuodet kertaa poltetut savukkeet päivässä jaettuna 20:lla. **Kirjaa tupakointihistoria, tupakointimäärä tai tupakoimattomuus** potilastietojärjestelmään otsikolla Terveyskäyttäytyminen

Ei tupakoi



Anna positiivista palautetta ja kannusta jatkamaan savutonta elämää



*savuke, sähkösavuke, nuuska

Tee Fagerströmin lyhyt nikotiiniriippuvuustesti ja kirjaa tulos potilastietojärjestelmään.

Nikotiiniriippuvuuden kartoitus	Määrä	Pisteet
Kuinka pian (minuuteissa) herättyään polttaa ensimmäisen savukkeen?	Alle 6	3
	6-30	2
	31-60	1
	Yli 60	0
Kuinka monta savuketta polttaa päivittäin?	Alle 10	0
	11-20	1
	21-30	2
	Yli 30	3

Vieroitus



Tulkinta: yhteispisteet 0–1 = vähäinen, 2 = kohtalainen, 3 = vahva ja 4-6 = erittäin vahva nikotiiniriippuvuus

Lääkäri: tee nikotiiniriippuvuus-diagnoosi F17.29 ja motivoi vieroitushoitoon ja kerro tupakoinnin lopettamisen [edut](#) yksilöllisesti. Sovi vieroitushoidosta: [nikotiinikorvaushoito](#), nikotiinikorvaustuotteiden [annostelu](#) tai kirjoita tarvittaessa [vieroituslääkeresepti](#). Kirjaa tiedot hoitosuunnitelmaan.

Hoitaja: käytä tupakasta vieroituksen [neuvontakorttia](#), ohjaa [nikotiinikorvaushoito](#) ja [annostelu](#) tai [lääkehoito](#) ja anna kirjallista [materiaalia](#). Kirjaa tiedot hoitosuunnitelmaan. Ohjaa yksilö-, ryhmä- tai vertaistuen piiriin.

Vieroituksen toteutumista tulee seurata: 1-2 viikkoa, 1 kuukausi ja 3 kuukautta

Läheteeseen tulee aina kirjata tupakointitiedot ja vieroitushoidot

Erikoissairaanhoidosta tulee aina lähettää jatkohoidosta vastaavalle taholle hoitotyön yhteenveto suunnitellusta tai toteutuneesta vieroitushoidosta ja jatkohoidon tarpeesta.

Vieroitushoidon  aloittaminen tai jatkaminen

Yksilöohjaus voi toteutua vastaanottokäynneillä, puhelimessa tai chat-palveluna. Hyödynnetään internetissä olevaa tukimateriaalia ([Tupakka-info](#), [Stumppi.fi](#), [Fressis.fi](#), [28pvää ilman](#)).

Savuttomuuden ylläpito: sovitut seurantakäynnit, tupakointia korvaava toiminta, uudet elämäntavat, tukiryhmät, nettipalvelut, kokemusasiantuntijat ja [omahoitomateriaali](#)