

## 國民健康署戒菸專線服務中心

### 吸菸青少年之戒菸服務說明



TEL : 0800-63-63-63  
LINE@ID : @tsh0800636363



1

## 1. 認識戒菸專線服務中心

- 衛福部國健署委託財團法人「張老師」基金會承辦戒菸專線服務計畫，92年營運至今，期望運用「張老師」電話諮商經驗，提供戒菸者專業性、可親性的協助。
- 亞洲第一個電話戒菸諮詢專線 0800-636363
- 協助有意願戒菸者成功戒菸
- 降低國人的吸菸率



2

## 2. 戒菸專線服務內容



- 電話戒菸諮詢
- LINE@戒菸諮詢
- 官網自助戒菸
- 簡介合作
- 資源連結
- 菸害宣導

3

## 3. 吸菸學生使用戒菸專線諮詢服務

我要戒菸

電話戒菸諮詢  
0800636363

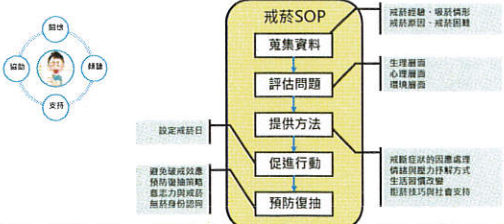
LINE@戒菸諮詢ID :  
@tsh0800636363



專業戒菸諮詢時間：週一～週六 09:00～21:00

4

## 4. 戒菸專線諮詢服務SOP



戒菸SOP

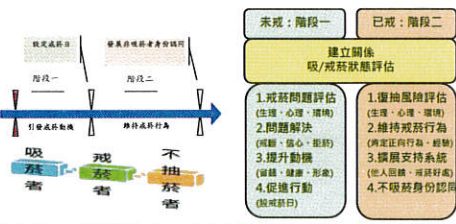
- 蒐集資料：戒菸動機、吸菸情形、戒菸障礙
- 評估問題：生理層面、心理層面、環境層面
- 提供方法：戒菸信託的資源處理、情緒調適力、解決方式、生活習慣改變、衝動技巧與社會支持
- 促進行動
- 預防復抽

設定戒菸日

避免煙戒效產、預防復抽策略、應正力與戒菸、無菸身的認同

5

## 5. 戒菸專線諮詢服務歷程



戒菸服務歷程

階段一：引發戒菸動機

階段二：維持戒菸行為

未戒：階段一

已戒：階段二

建立關係  
吸/戒菸狀態評估

- 1. 戒菸問題評估 (生理、心理、環境)
- 2. 問題解決 (傾聽、傾心、拒絕)
- 3. 提升動機 (目標、計畫、形象)
- 4. 促進行動

- 1. 復抽風險評估 (生理、心理、環境)
- 2. 維持戒菸行為 (肯定正向行為、經驗)
- 3. 擴展支持系統 (他人鼓勵、可親性高)
- 4. 不吸菸身的認同 (戒菸群)

6

6. 服務成果1：104-108年專線青少年戒菸諮詢戒斷率

年份	青少年戒斷率					青少年戒斷率				
	青少年樣本數	未戒斷數	已戒斷數	完訪樣本數	一個月點戒斷率	青少年樣本數	未戒斷數	已戒斷數	完訪樣本數	六個月點戒斷率
108	27	4	2	6	33.33%					
107	141	22	28	50	56.00%	133	23	26	49	53.06%
106	69	10	22	32	68.75%	176	31	52	83	62.63%
105	60	23	19	42	45.24%	161	48	50	98	51.02%
104	197	61	44	105	41.99%	189	46	63	109	57.80%
總計	494	120	115	235		659	148	191	339	
平均	98.80	24.00	23.00	47.00	49.05%	164.75	37.00	47.75	84.75	56.13%

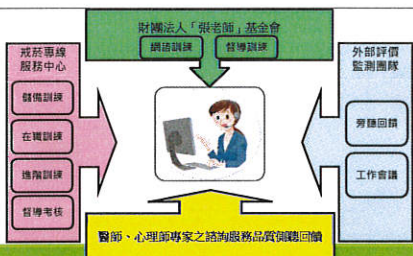
7

7. 服務成果2：104-108年專線青少年戒菸諮詢服務滿意度

年份	青少年樣本數	戒菸專線服務中心整體服務的情形		一個月點諮詢		完訪樣本數
		很不滿意	不滿意	滿意	很滿意	
108	27	0	0	1	4	6
		0.00%	0.00%	16.67%	83.33%	100.00%
107	141	0	0	14	29	43
		0.00%	0.00%	32.56%	67.44%	100.00%
總計	168	0	0	15	34	49
		0.00%	0.00%	30.61%	69.39%	100.00%
106	69	0	0	5	20	31
		0.00%	0.00%	6.45%	29.09%	64.52%
105	60	0	1	1	24	42
		0.00%	2.38%	2.38%	57.14%	38.10%
104	197	0	0	11	75	105
		0.00%	0.00%	10.48%	71.43%	18.10%
總計	662	0	1	14	108	178
		0.00%	0.56%	7.57%	60.67%	30.90%

8

8. 戒菸專線諮詢服務品質的維護



9

9. 戒菸宣導品索取

10

謝謝！

1. 共同推動營造無菸校園環境。
2. 共同協助維護青少年之健康。



11