

社区戒烟综合干预试点初见成效

不想做“烟民”，那就赶快加入吧！

本报记者 安小霞 实习生 杨月儿 文/图



认真听讲座，仔细看资料。

5月5日下午，在银川市西夏区朔方路街道恩和社区，梧桐花园社区服务站站长甄爱琴为加入社区戒烟心理干预项目的“烟民”讲解吸烟对健康的危害。虽然吸烟有害健康早已人人皆知，但对于能走进讲座现场的“烟民”来说，如此近距离地认识烟草成分还是第一次。这让他们对吸烟造成的身体损害和对他人健康的威胁认识更加清晰，让他们彻底戒断烟草的决心更加强烈……

将有戒烟意愿的人纳入项目

恩和社区是银川市开展社区戒烟综合干预工作的试点之一。“我们从去年12月开始这项工作，一共摸排有吸烟史的居民188人，其中55人愿意戒烟。”该社区党委书记周运香介绍，这55名有戒烟意愿的居民年龄从24岁到79岁不等，烟龄最长的达50多年。

“我们将这55人纳入社区戒烟综合干预试点项目，建档统一管理，并通过体检评估他们的身体水平和肺功能状态。其亲友作为监督者，再由社区卫生专干每周定期跟踪随访。同时，引入第三方心理咨询团队为戒烟者疏导内心对烟草的依赖，每周开展健康讲座讲解戒烟知识，再通过‘钉钉’打卡群，由专家推送戒烟技巧和鼓励信息，烟友们分享戒烟经验，让戒烟者增强戒烟信心。”周运香表示，通过该项目科学的戒烟方式，该社区目前已有16人持续戒烟超过一个月，“一位30多岁的男士已经一个多月没碰烟了，还有15位老‘烟民’的抽烟量明显减少”。

据西夏区卫生健康局副局长张晶明介绍，目前，西夏区主要以同安社区、恩和社区的70余人作为帮助戒烟试点对象。“这是一项长期工作，希望这两个社区能起到示范作用，带动整个社会参与戒烟行动。”据悉，一年后会对该项目进行效果评估，评估70余人里能够减烟、戒烟的分别有多少人，进而更好地提升群众身体素质和生活质量。

“烟民”现身说法

抽了40多年烟的董先生在女儿的劝说下，于3月18日加入该项目。虽然才戒烟一个多月，但他感觉自身发生了很大变化。“从时不时想抽，到现在能控制住，社区戒烟综合干预项目的辅助作用还是挺明显的。”董先生告诉记者，他现在积极锻炼身体，每天骑一上午的自行车，烟量也从以前的每天一包减到两天一包，脸色也比以前好了许多。“但相比我彻底戒烟的目标，目前的吸烟量还是有点多”。

据董先生讲，他在2018年曾自行戒烟一年，但最终还是没禁得住诱惑，一次和朋友吃饭时又“复吸”了。现在随着年龄的增长，

他明显感到身体不适，“特别是呼吸不畅”。同时，抽烟也让他备遭嫌弃。“去年冬天我在海南三亚呆了两个月，到楼下看人下棋，就我一人抽烟，看别人捂着鼻子，我自己也觉得挺不好意思的。”董先生说，从他自身戒烟经验来讲，“要戒烟，最关键还得靠个人的毅力”。

现年52岁的袁先生有着30年的烟龄，但与其他烟友不同的是，他对烟草没有疯狂的依赖性。“我抽烟大多是在工作遇到棘手的问题时，一旦问题解决后，我说不抽就不抽了。”袁先生说。听完健康讲座，袁先生向烟友们分享戒烟经验：“我一周前加入这个项目，已经有7天没吸烟了，平时我会跑跑步、唱唱歌，大家也可以像我这样多在户外活动，转移注意力。”在袁先生看来，“不可能戒不了，关键得看你自己想不想戒，内心的动力足不足”。

将戒烟培养成为公众的自觉行动

记者从银川市卫生健康委了解到，银川市在2021年10月被国家卫生健康委确定为全国社区戒烟综合干预试点项目试点城市。目前，在6个县（市、区）共选取9家项目单位，针对吸烟的慢性病患者、老年人、青少年、育龄妇女等重点人群提供社区戒烟综合干预服务。通过为戒烟者发放健康教育处方、进行心理干预、开展社区支持服务、进行健康宣教和“一对一”戒烟指导，并将试点对象纳入重点人群管理，科学开展定期随访服务，鼓励他们持续戒烟。

去年以来，银川市全面推动控烟工作取得明显成效。在社会控烟层面，全市已完成吸烟人群摸底3425人、建档454人，有13人持续戒烟超过1个月、4人持续戒烟超过3个月、1人超过6个月、31人成功减烟；在环境控烟层面，全面开展无烟环境创建活动，163家自治区级及以上党政机关、辖区内各级各类卫生机构全部建成无烟单位，达标率100%；在家庭控烟层面，结合“无烟家庭”“最美家庭”创建活动，利用世界无烟日、世界慢阻肺日等重要时间节点，充分发挥“亲友监督团”的重要作用，大力宣传营造“无烟家庭”氛围，截至目前，全市共有354户建成“无烟家庭”。

国网宁夏经研院助力社区抗疫

本报讯 “社区封控点位较多，社区和街道工作人员忙不过来，急需各单位给予人力支援！”4月29日，银川阅海湾文明单位互助共建群里的一条信息引起国网宁夏经研院党委的高度重视。

没有迟疑，立即行动。国网宁夏电力塞上好江南（经研院）共产党员服务队立即与社区对接，明确具体任务，做好人员分工安排，4月30日组织12名党员服务队成员投身社区疫情防控第一线，协助社区做好封控点值守、协助收寄物资等疫情防控工作。（赵利宁）

种植户网上申请供电所两天通电

本报讯 “又快又便利，那我就在‘网上国网’买电开工了！”近日，中宁县新堡镇刘营村经济合作社的陈文彪收到国网中卫供电公司新堡供电所发的新装购电户号，激动地说。

4月26日，陈文彪通过“网上国网”App申请安装一块动力表，进行小番茄种植。新堡供电所员工两个工作日内便为用户装表接电，及时解决了客户种植用电之需。随着新堡镇农户致富路的不断拓宽，供电部门的服务渠道和方式也不断丰富，通过应用“网上国网”系统，实现“有用电难题，一个电话就解决”！（田晓春）

宁东供电与地方政府签订应急联动协议

本报讯 近日，宁东管委会与宁东供电公司完成应急联动协议签订，这是宁东供电公司继3月与盐池县消防救援大队签订联勤协议后，再一次与政府相关机构签订联动协议，也是区内首家与当地政府签订应急联动协议的地市电力公司。

今年，宁东供电公司编制下发《国网宁东供电公司应急准军事工作方案》，并积极与宁东管委会沟通对接，于3月29日“宁东基地2022危险化学品着火事故联合应急演练”联席会议上，确定了本次协议内容和签订时间。本次联动协议的签订，标志着宁东供电公司正式融入地方区域应急联动体系，有利于进一步完善公司应急协调联动机制，为今后更好地服务地方经济发展和应急处置协调联动夯实基础。（崔波）