~菸不上身，健康一生~

臺灣礦工醫院熱情規劃戒菸相關健康講座。內容精采

誠摯邀請您與家人一同參加

活動時間： 115 年 5 月 8 日~5 月 29 日每週五下午 14:00-17:40

活動地點： 本院四樓會議室

活動對象： 目前仍持續吸菸的基隆市民及院內員工

活動時間表：

日期	地點	主題	講師
5 月 8 日 14 點 00 分 至 17 點 40 分	本院 四樓會議室	◎戒菸宣誓及戒菸日誌的書寫、戒菸門診及戒菸諮詢專線 0800-636363 介紹 ◎吸菸與慢性病之關係 ◎CO 檢測及電子煙暨菸槟酒危害認知問卷	衛教師 護理師
5 月 15 日 14 點 00 分 至 17 點 40 分	本院 四樓會議室	◎戒菸藥物的介紹 ◎二／三手菸對身體的危害及電子煙防制認知、其他戒菸方法介紹 ◎CO 檢測	衛教師 藥劑師
5 月 22 日 14 點 00 分 至 17 點 40 分	本院 四樓會議室	◎吸菸與肺癌、心血管疾病之關係、戒菸戒斷症候群之介紹 ◎戒菸好招與健康促進 ◎CO 檢測	醫師 護理師
5 月 29 日 14 點 00 分 至 17 點 40 分	本院 四樓會議室	◎戒菸營養飲食與體重控制 ◎對抗戒斷症候群-預防復吸、學員上課心得分享 ◎CO 檢測及電子煙暨菸槟酒危害認知問及頒獎	營養師 護理師

報名方式 1. 請至掛號櫃檯填寫報名表。

2. 電話報名：(02)24579101*204*343

==========