



唐少芬醫生

基督教聯合那打素社康服務醫務總監

自2007年1月1日起政府實施擴大公眾地方禁煙條例以來，誘發不少吸煙人士作出戒煙行動，戒煙的過程需要朋友和同事支持，輔以無煙環境的協助才能成功渡過。

其實要推動一個無煙健康生活文化不單只力勸吸煙人士戒煙，而是需要凝聚社會上多層面及多組織，群策群力營造一個無煙社區，包括政府立法、專業人士如醫生及護士等實質積極參予，突顯成效。

基督教聯合那打素社康服務為配合政府政策，今年更積極參予戒煙行動，包括邀請衛生署控煙辦公室為各員工加強戒煙培訓，並成立一個以多元化醫療隊伍為核心戒煙輔助團隊，務求有更多市民受惠。

今年承蒙政府健康護理及促進基金撥款，未來兩年本機構會積極推行《無煙俱樂部》計劃，藉此計劃能提供一個無煙服務的天地，內容包括由已受訓的員工提供個別戒煙輔導及向各界不同人士推廣健康教育，再透過學校裏的師生和辦公室內的同事將戒煙貼士宣揚，讓這簡單易明的招數推廣至每一個市民，成為一種普及戒煙文化；並招募已成功戒煙人士為義工定期協助舉辦分享會，向準備戒煙人士分享戒煙心得；務求有更多市民能掌握戒煙招數。

本機構更設立一個《無煙俱樂部》網誌 www.smokefreeclubhk.com，透過互聯網鼓勵已成功戒煙人士、想戒煙人士或吸煙人士在網上平台抒發己見，亦可與專業人士互相分享戒煙過程。朋輩的一句溫馨的詢問，你戒了煙嗎？更能喚起吸煙人士戒煙的念頭。

現在已有其他社區組織如香港吸煙與健康委員會及衛生署控煙辦公室加入網誌，讓公眾人士更能擴闊有關戒煙的資訊空間。自2007年5月1日正式投入服務至今已有2070人士進入《無煙俱樂部》網站及已有300多人接受了個別戒煙輔導。希望未來的日子，憑着每一個香港市民繼續努力，營造一個和諧的無煙文化，共建無煙香港。