



**แนะนำบริการ 1600 สายเลิกบุหรี่**

รศ.ดร.จินตนา ยูนิพันธ์  
ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ทางโทรศัพท์แห่งชาติ



# 1. โทรมาที่หมายเลข 1600 หมายเลขเดียวทั่วประเทศ เพื่อรับคำปรึกษาฟรี โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

- วันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา 07.30 – 20.00 น.
- วันเสาร์และวันอาทิตย์ เวลา 09.00 – 17.00 น.

โดยจะให้คำปรึกษาแก่ผู้สูบโดยตรง





## 2. ส่งข้อความมาที่หมายเลข

089 – 814 – 1600 หรือ 089 – 890 – 5100

เพื่อให้ทาง 1600 โทรกลับไปให้คำปรึกษา





**U QUIT**

**U-Quit** เป็นวิธีการหนึ่งที่ต้องการเลิกบุหรี่ติดต่อมายัง  
 ต้องการให้ 1600 โทรฯ กลับเพื่อให้คำปรึกษา

**U REFER**

สำหรับเจ้าหน้าที่จากหน่วยงานต่างๆ ที่ต้องการส่งต่อผู้ให้บริการมาที่ 1600

สำหรับเจ้าหน้าที่ซึ่งเป็นบุคลากรสุขภาพจากหน่วยงานต่างๆ ที่ต้องการส่งต่อผู้ต้องการเลิกบุหรี่มารับบริการที่ศูนย์บริการเลิกบุหรี่ฯ สามารถติดตามผลการบำบัดรักษาและข้อมูลการบริการจาก 1600 ได้ทาง online ตลอดเวลา ทั้งนี้เพื่อให้สามารถติดตามดูแลผู้มารับบริการได้อย่างครบถ้วนและต่อเนื่อง

กรุณาลงทะเบียนเพื่อส่งต่อผู้ต้องการเลิกบุหรี่

Username :

Password :

©สิทธิสงขลานครินทร์



### 3. www.thailandquitline.or.th

- U-Refer**                    สำหรับสถานพยาบาล / หน่วยงานต่างๆ
- U-Quit**                    สำหรับบุคคลทั่วไป
- Facebook**                1600 ไม่บอกรักแต่บอกเลิก





#### 4. Mobile App : **Let's Quit Smoke** (รับข้อความสั้นจากโทรศัพท์มือถือ)

- เข้าไปที่ App store / Play Store

- Search าคำว่า “Let's Quit Smoke” แล้วดำเนินการดาวน์โหลด

พร้อมติดตั้ง

- ใสข้อมูลตามที่ระบบต้องการ เท่านั้นก็สามารถที่จะรับข้อความจากทาง  
1600 ได้แล้ว



# ช่องทางประสานงาน

- Call Center : 1600
- โทรศัพท์ : 02-245-4149-50
- โทรสาร : 02-245-4153
- Line ID : ql1600
- เว็บไซต์ : [www.thailandquitline.or.th](http://www.thailandquitline.or.th)
- Facebook : 1600 ไม่บอกรักแต่บอกเลิก









