



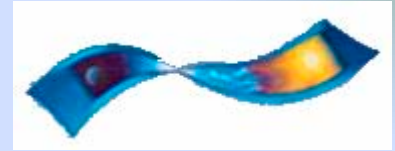
Tabakentwöhnung

**Voraussetzungen, Gründe, Möglichkeiten
Strukturierte Raucherberatung und
Tabakentwöhnung**

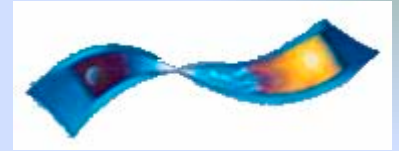
**Konzept der Gemeinschaftspraxis
Dr`s Barczok, Ketterl, Sauer-Ulm, Olgastr83**

Tel.0731/967940

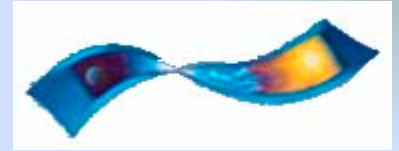
Rauchen: Genuss und Gewohnheit



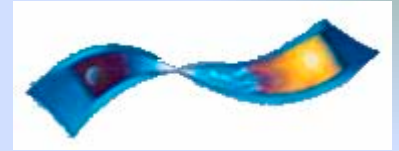
Am Telefon



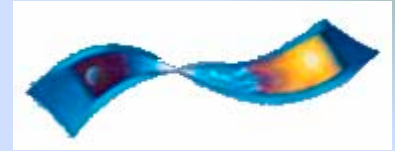
Langeweile ...



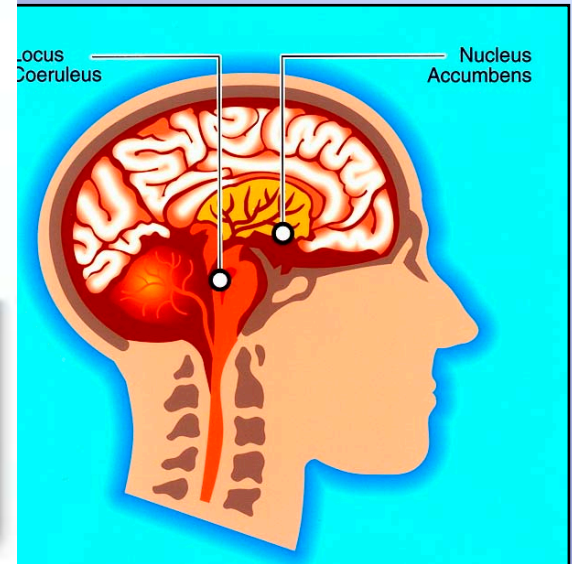
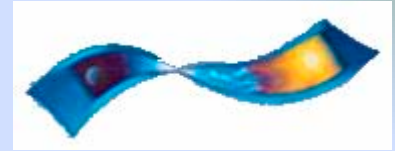
Bürostress



Bier, Currywurst ...

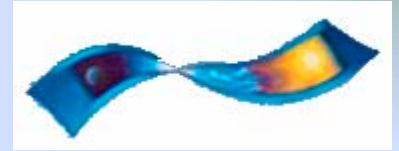


Nikotinsucht

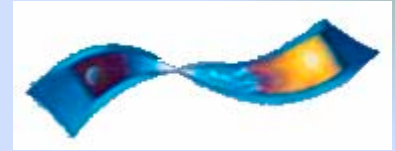


- Nikotin macht süchtig
- Sucht wie Heroinsucht oder Kokainsucht
- Beginn der Sucht schon nach wenigen Zigaretten
- Abbau der Sucht braucht Wochen bis Monate

**Je früher am Morgen das Rauchbedürfnis,
desto grösser die Sucht**



Der Raucher im „Spiel der Kräfte“ ...



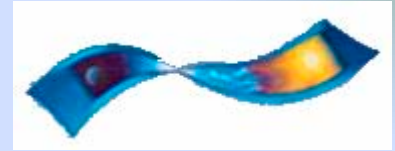
- *Werbung* überall ...
- *Systematische Verharmlosung*
- *Andere Raucher, Gruppendruck*
- *Suchtwirkung des Nikotins*
- Rat des Arztes
- Sorge um die eigene Gesundheit
- Aufdruck auf Zigarettenpackungen: „... Schadet der Gesundheit“

RAUCHE !



RAUCHE NICHT !

Verstehen, handeln, Erfolg haben ...

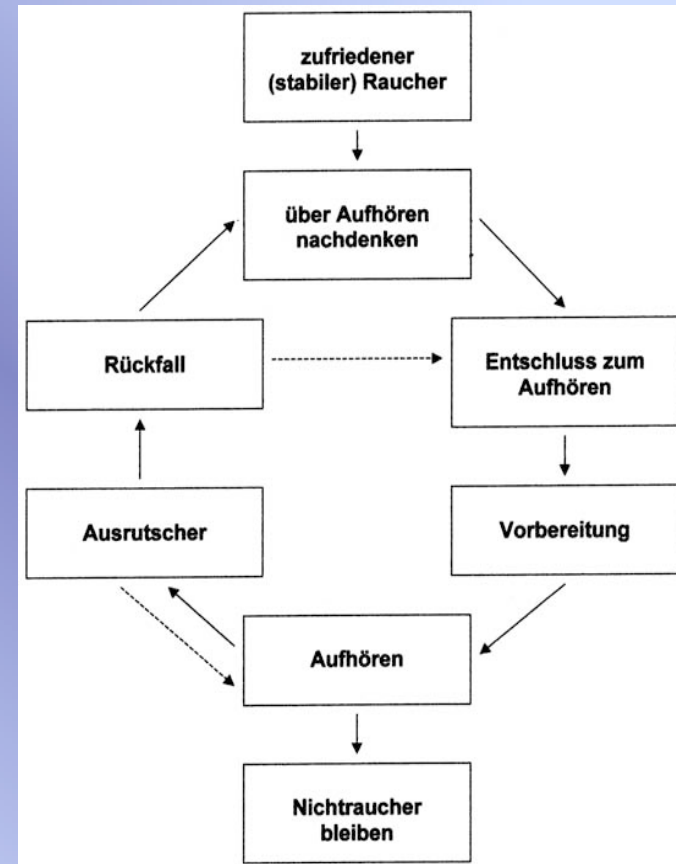


Am Anfang steht der Zweifel:
... schadet mir Rauchen?

Die Entscheidung reift:
... ich will irgendwann aufhören

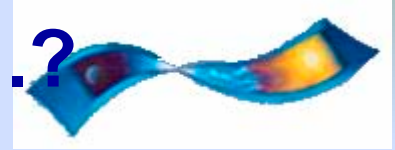
Es ist so weit:
... Jetzt gehe ich's an!

Es ist geschafft:
Ich bin Nichtraucher/in
.....
für immer!



Prozess der Tabakentwöhnung
nach Prochaska, DiClemente and Norcross, 1992

Prädiktoren: wer wird Erfolg haben ...?

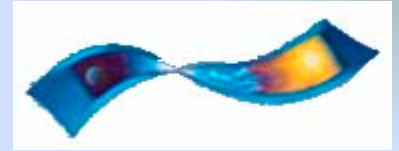


PRO

- **Fortgeschrittenes Stadium der Verhaltensänderung:**
 - vom stabilen Raucher über Zweifel und Entwöhnungswunsch zum Aufhörentschluss
- Je mehr vorhergehende gescheiterte **Entwöhnungsversuche**, desto wahrscheinlicher der Erfolg beim nächsten
- **Unterstützung** durch die Familie/Kollegen
- Engmaschige **Betreuung** durch den Arzt
- **Nikotinersatz-Einsatz**



Prädiktoren: wer hat's besonders schwer?

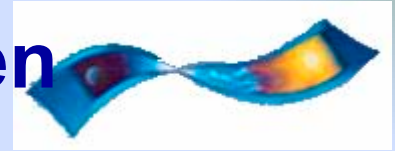


CONTRA

- Suchtgrad hoch
- Fagerströmtest
>6Pkte.
- Jungdliches Alter:
<40 Jahre
- Partner/in raucht
- Raucherumgebung am
Arbeitsplatz
- Depressive Stimmung

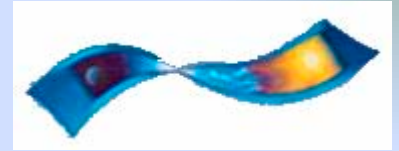


90% der Raucher möchten entwöhnen



Entwöhnungsangebote
wecken Interesse!

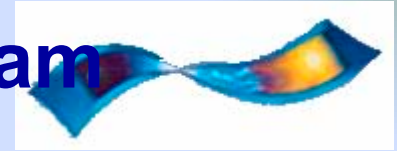
Der Fagerström-Test



Im Wartezimmer:
Prädiktoren des
Erfolges werden durch
Fragebogen
eingeordnet



Beratung durch das Entwöhnungsteam



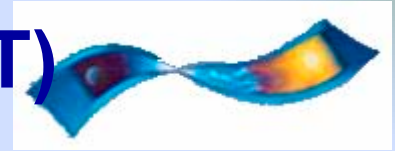
Festlegung des
Rauchstopp-
Tages

Entscheidung
über
**medikamentöse
Hilfsmittel:**

- Nikotinersatz
Zyban



Begleitmedikation Nikotinersatz (NET)



Nikotinpflaster

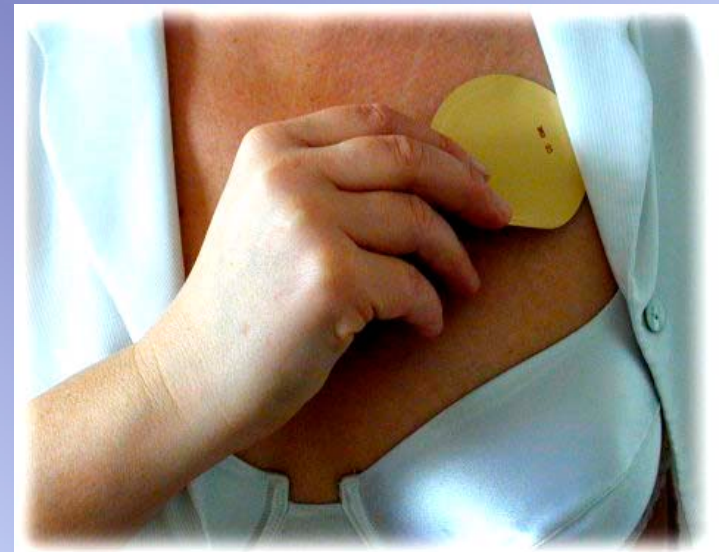
- Grund-Nikotinspiegel über 16 – 24 Stunden
- 3 Stärken verfügbar
- rezeptfrei

Nikotin-Kaugummi

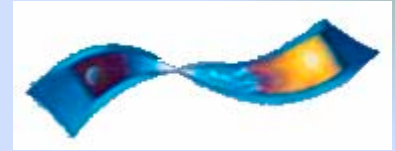
- Bei zusätzlichem Nikotinbedarf
- 2 Stärken
- verschiedene Geschmacksrichtungen
- Rezeptfrei

Nikotin-Lutschtablette

- Sehr schnelle Aufnahme über Nasenschleimhaut (Kinetik fast wie Zigarette)

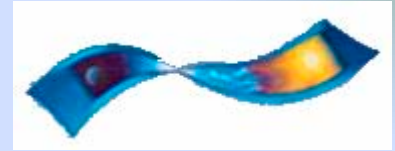


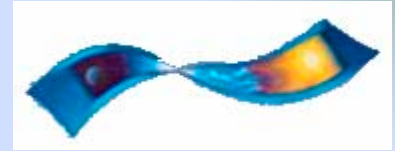
Begleitmedikation Zyban®



Entwöhnung mit
Tablettenhilfe –
zunächst eine
ungewohnte
Vorstellung

Voruntersuchungen



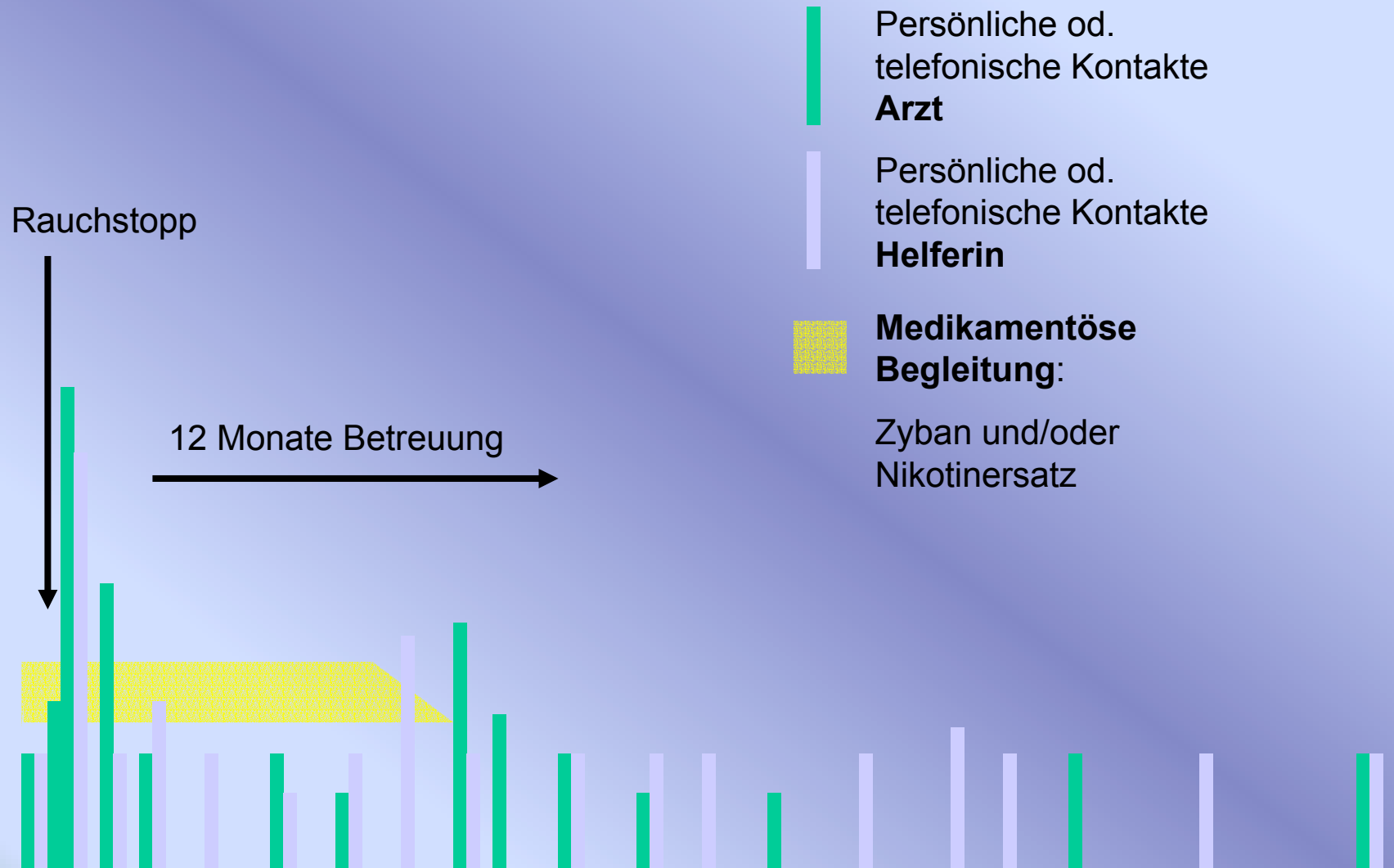
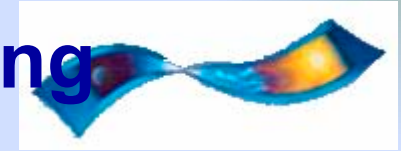


Tabakentwöhnung - warum?

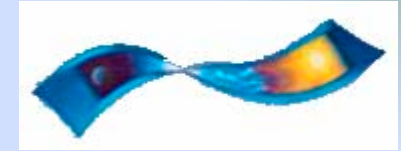
- Gesundheit und körperliches **Wohlempfinden**
- verfeinerter **Geschmacks- und Geruchssinn**
- positives und **attraktives Selbstbild**
- **frischer Atem**
- **frische Luft** in Wohnung und Auto
- **weniger Stress-Symptome**
- viel **Geld gespart**



Der Ablauf der 12-Monate-Entwöhnung




Betreuung in der Praxis



Betreuung durch das Tabakentwöhnungs-team

 **Zertifizierte Schulung des Teams**

 **Ärztliche Begleitung und Steuerung**

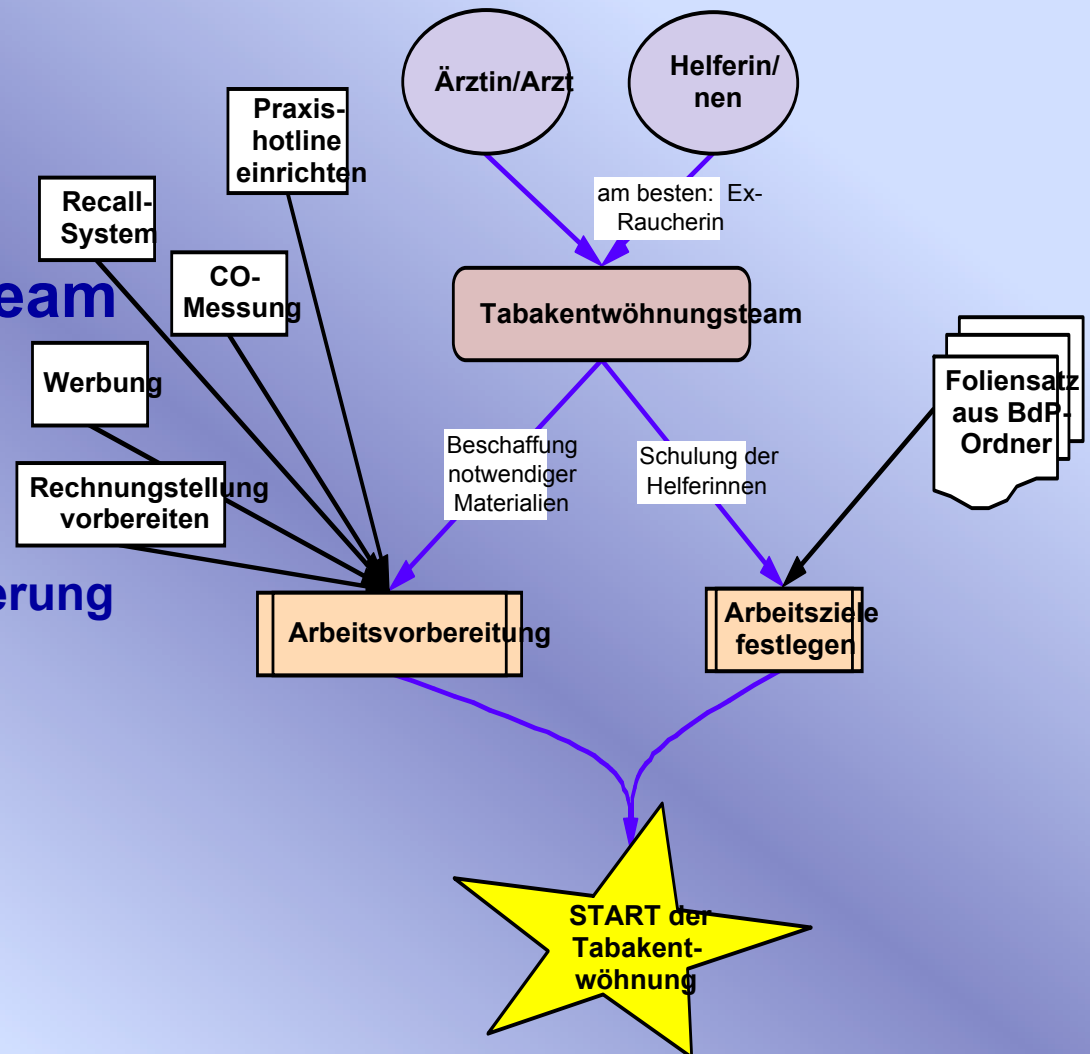
 **Betreuungsdauer:**
je nach Bedarf 3-6-12 Monate

 **Ca. 25 Kontakte**

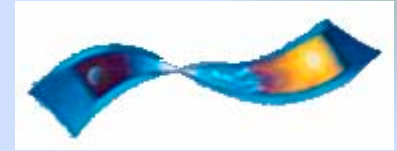
persönlich/telephonisch

 **CO-Hb-Monitoring**

 **Praxis-Entwöhnungshotline**



Tabakentwöhnung



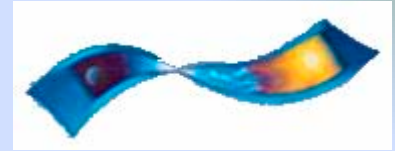
- **Schlusspunkt-Methode**
- **Hilfe durch Nikotinpflaster**
- **Verhaltenstherapie**


bald:

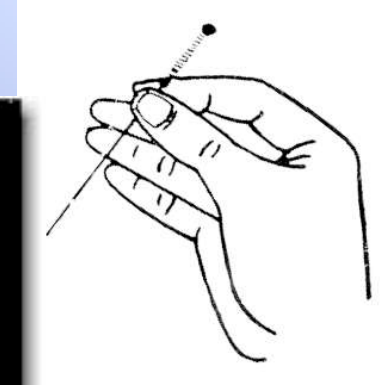
- **Bupropion (Zyban)**
Rezept-pflichtig und nicht erstattungsfähig



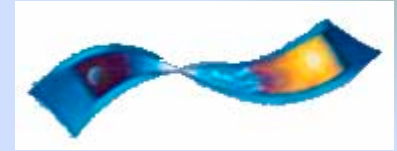
Rauchentwöhnung - alternative Wege?



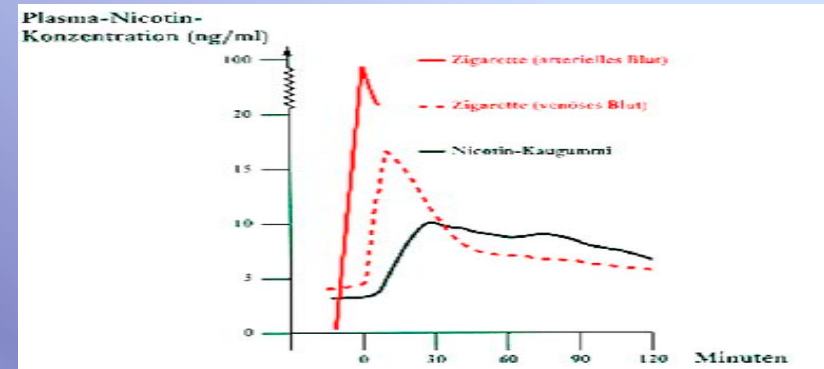
-  **Akupunktur...**
Hypnose....
... motivierende
Zusatzverfahren,
die überwiegend
durch den
Placeboeffekt
Wirkung zeigen
können



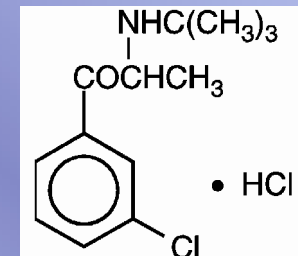
Tabakentwöhnung mit Medikamenten



- **nacheinander statt gleichzeitig:**
Entwöhnung von
1) Rauchergewohnheiten
(Verhaltenstraining) und
2) Nikotinsucht durch
Nikotinsubstitution



- **Antidepressivum** mit gesteigerten
Nikotinentwöhnungserfolgen:
Bupropion (Zyban * -
GlaxoWellcome)
Erfahrungen sind noch beschränkt



- **Clonidin** für spezielle Indikationen

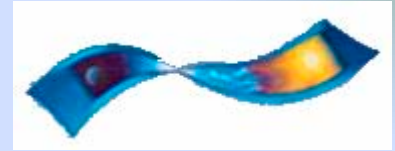
Unterstützung durch Rauchertelefon



- **Patienten-Rauchertelefon** des deutschen Krebsforschungszentrums
Mo - Fr. 15-19 Uhr:
06221-424200
- **Fachinformationen** von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA):
Tel.:0221-892031, Fax 0221-8992257
- **Patienten-Raucher-Telefon** des Institutes für präventive Pneumologie am Klinikum Nürnberg
Mo - Fr. 17-19 Uhr (ab 1.1.2000):
0911-3982835

rauchfrei
das schmeckt sich

Vereinbarung Patient - Arzt



Abschluss einer Vereinbarung nach gründlicher Vorberatung

ACK	LEK	BOC	BK	MMK	ADP	Krankhaft	UN*
Name, Vorname des Patienten Erike Brettschneider-Bass							
Kassen-Nr.	Wahlverfahren-Nr.	Status					
Heilungszust-Nr.	Vorgang-Nr.	Datum					

Arztstempel
Dr. med. Thomas Hering
Harald Suchhoff
Dr. med. Ulrich Küstner
Fachärzte für Lungen- und Bronchialerkrankungen
-Asiologie-
Dr. med. Holger Stephan
Facharzt für Innere Medizin
-Lungen- und Bronchialerkrankungen-
-Allergologie / Sportmedizin-
Berliner Straße 96 13507 Berlin
72 20107 Telefon 434 50 11

Vereinbarung

Gegenstand Die/der obengenannte Patientin/Patient ist entschlossen, das Rauchen aufzugeben. Der erste Tabakfreie Tag wurde einvernehmlich auf den ..23.7.00 festgelegt.

Sie/er erhält von obengenanntem Arzt/Ärztin hierbei Unterstützung bei der Festlegung der Durchführung und der Entscheidung über die eingesetzten Mittel. Er/erhält von Arzt/Ärztin und dem Praxisteam regelmäßige Beratung. Der Entwöhnungserfolg wird in einem gemeinsamen festgelegten zeitlichen Ablauf überprüft. Am Ende der erfolgreichen Entwöhnung erhält die/der Patientin/Patient ein Zertifikat über die gelungene Langfrist-Tabakentwöhnung.

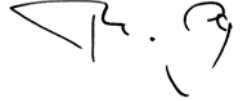
Leistungen Die/der obengenannte Patientin/Patient verpflichtet sich, während der gesamten Vertragsdauer nicht zu rauchen. Er wird zu Untersuchungsterminen, die gemeinsam vereinbart werden, erscheinen. Er wird schriftliche und telefonische Erfolgsabfragen der Tabakentwöhnung, die gemeinsam vereinbart werden, beantworten. Die gemeinsamen Absprachen werden in einem schriftlichen Behandlungsplan festgehalten.

Die/der Arzt/Ärztin besitzt die zertifizierte Befähigung zur strukturierten Tabakentwöhnung gemäss dem Programm des Bundesverband des Pneumologen.

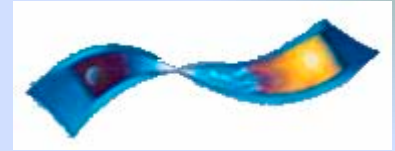
Die/der Arzt/Ärztin vereinbart mit dem Patienten zu Beginn der Vertragslaufzeit die Einzelheiten der Entwöhnung, die eingesetzten Mittel und Methoden und die notwendigen Untersuchungen und Termine zur Erfolgsbestätigung der Entwöhnungsmassnahme. Schriftliche und telefonische Erfolgsabfragen werden vereinbart. Am Ende der Vertragsdauer wird die erfolgreiche Tabakentwöhnung durch ein Zertifikat bestätigt.

Vertragsdauer 12 Monate

Vergütung Die/der obengenannte Patientin/Patient entrichtet an die/den Arzt/Ärztin eine monatliche Vergütung von DM 80.- (fällig erstmalig bei Vertragsabschluss und danach jeweils nach 30 Tagen (Dauerauftrag). Nach nachweislich erfolgreicher Tabakentwöhnung (Kontrolle ggf. durch Einsatz von geeigneten Labordiagnostik) erhält der Patient am Ende der Laufzeit des Vertrages 2 Monats-Vergütungen (DM 160.-) rückentgeltet.

E. Brettschneider-Bass 

Zum guten Ende - Zertifikat



„zertifizierter
Nichtraucher“

Zertifikat
über die erfolgreiche
Tabakentwöhnung
Peter Müller-Mustermann

23.7.00 22.7.01

Name, Vorname, Geburtsdatum

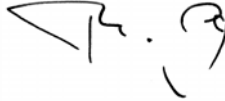
hat vom _____ bis _____

unter ärztlicher Aufsicht
erfolgreich die Entwöhnung vom Tabakrauchen durchgeführt
und ist Nichtraucherin geworden

Dr. med. Thomas Hering
Harald Sudhoff
Dr. med. Ulrich Küstner
Fachärzte für Lungen- und Bronchialheilkunde
Allergologie

Dr. med. Holger Stephan
Sachverständiger für innere Medizin
Lungen- und Bronchialheilkunde
Allergologie / Sportmedizin
Bismarck-Strasse 96 10507 Berlin

Arztstempel **72 20107** Telefon 434 50 11

Datum/Unterschrift Arzt 

Endlich geschafft

