Tabakentwöhnung in der Pneumologischen Praxis
Berliner Projekt 2009
Erste Ergebnisse und Erfolgsfaktoren

Thomas Hering

Berlin

LUNGENARZTPRAXISTEGEL

PNEUMOLOGIE · ALLERGOLOGIE · SCHLAFMEDIZIN

Berufsverband der Pneumologen

Berliner Tabakentwöhnungsprojekt 2009

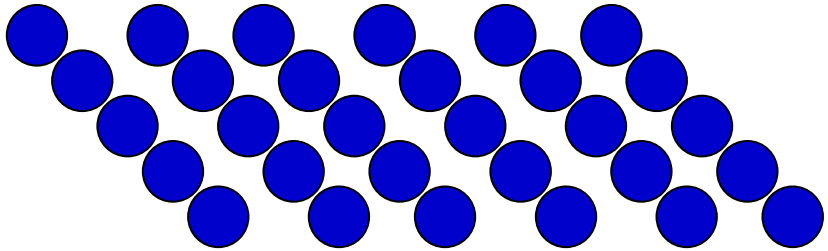
- Vertrag der PneumoMed e.G.
- 4 Lungenfacharzt-Praxen
  - Neukölln
  - Kreuzberg
  - Lichterfelde
  - Tegel
- Pat. muss zahlen für
  - Einführungsveranstaltung („Info-Veranstaltung“) 5 €
  - TE-Gruppe (RauchfreiProgramm“) 50 €
  - Medikamentöse Begleitung volle Kosten

Berufsverband der Pneumologen

Ansprache in Sprechstunde

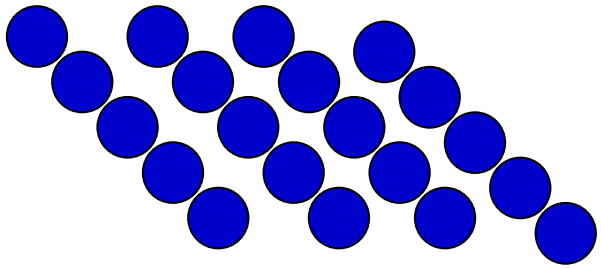
Stufe I

Stufe II



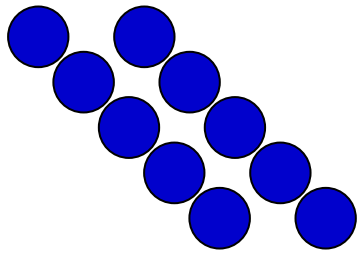
Motivierender Hinweis durch den Arzt (2 Min.)

Ggf. Termin-vereinbarung zu



Stufe I:

2-stündige ausführliche Information zu Risken des Rauchens und Tabakentwöhnung



Stufe II:

Tabekentwöhnung in Gruppe oder individuell

- RauchfreiProgramm
- Rauchfrei in 6 Wochen
- Tabakentwöhnung Kompakt

Berufsverband der Pneumologen

Pneum Med

Berufsverband der Pneumologen

Rauchen...

... **für viele eine Sucht**, von der sie bislang noch nicht loskommen. Werbung für Zigaretten war jahrelang weit verbreitet. Sie greift immer noch bei vielen Rauchern ins Denken ein: Ich weiß ja, daß es nicht gut für mich ist, aber...“ Dieser Widerspruch bewirkt, daß man eigentlich aufhören will, aber es immer wieder auf später verschiebt.

Unsere Ziele der Tabakentwöhnung

- Dauerhafte Abstinenz ohne Entzugserscheinungen

Die Teilnehmer lernen:

- ihre bisherigen Glaubenssätze neu zu bewerten
- den Alltag als Nichtraucher zu gestalten
- Rückfallgefahren zu erkennen und zu meistern
- moderne Medikamente einzuwenden
- dauerhaft rauchfrei zu bleiben

Die einzelnen Module

- Tabak: Würze des Lebens oder gefährliches Gesundheitsrisiko?
- Bin ich Sucht- oder Genußraucher? (mit Fragebogen-Check-up)
- Die Tabakwerbung gestern und heute: Gehirnwäsche?
- Aufklärung über die physische und psychische Wirkung des Nikotins
- Welche Medikamente können mich unterstützen?
- Die entscheidende Selbstverpflichtung: Mein Rauchstopp
- Strategien zur Bewältigung der neuen Alltagssituation als Nichtraucher
- Streßbewältigung praktisch: Übungen zur Entspannung
- Vermeidung von Rückfällen:
- Mein persönlicher Notfallkoffer

Unsere Methoden:

Bei der Umsetzung dürfen Sie auf unsere Hilfe setzen:

- ärztliche Beratung
- kognitive Verhaltenstherapie
- medikamentöse Therapie

Individuell legen wir mit Ihnen gemeinsam fest, welche Mittel zur Tabakentwöhnung für Sie die richtigen sind.
Neben der Sachinformation durch Kurzvorträge sowie der Diskussion und dem Erfahrungsaustausch in der Gruppe stehen auch wirksame praktische Übungen (u.a. zur Entspannung, zur Konsummusteranalyse etc.). Die dabei gewonnenen Erfahrungen werden ausführlich reflektiert und ein Transfer in den Alltag vorbereitet.

Dauer

Unser Programm beinhaltet eine Kompaktphase mit drei Terminen innerhalb von drei Wochen, im Anschluß begleiten wir Ihren Erfolg, stützen und stärken Sie, wenn Rückfallgefahr droht, wir untersuchen Sie bei Bedarf während Ihrer Tabakentwöhnung regelmäßig, prüfen den Kohlenmonoxyd-Gehalt in Ihrem Atem bzw. im Blut, verfolgen die schrittweise Besserung Ihrer Lungenfunktion.

Ort

Die Seminare finden regelmäßig in unserer Praxis statt und sind auch im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung als firmeninterne Veranstaltung durchführbar.

Kosten

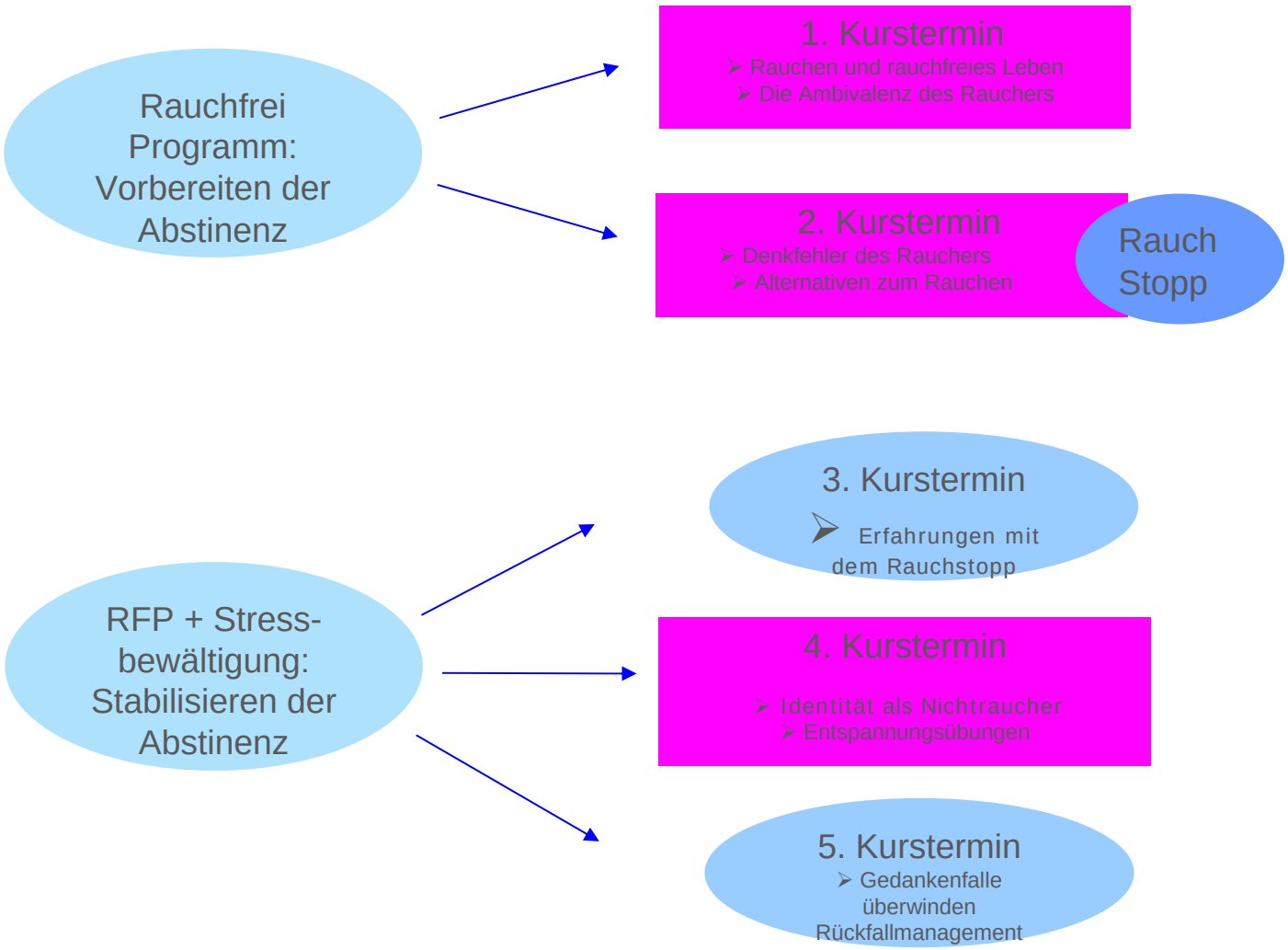
Pro Teilnehmer 300,00 Euro, darin enthalten sind: drei Hauptseminare, Aufbaukurs und telefonische Betreuung. Dieser Kurs ist zertifiziert und enthalten im Katalog präventiver Leistungen der Krankenkassen und werden nach § 20 SGB V bezuschusst.

Bei Vorlage der Teilnahmebescheinigung wird der jeweilige Satz von der Kasse zurückerstattet, bis zu 100% (Die Erstattungssätze der einzelnen Krankenkassen sind unterschiedlich). die Kosten für Medikamente werden nicht von den Krankenkassen erstattet, sie belaufen sich auf ca. 100,00€ im Monat.

Pneum Med

Berufsverband der Pneumologen

Das Rauchfrei Programm



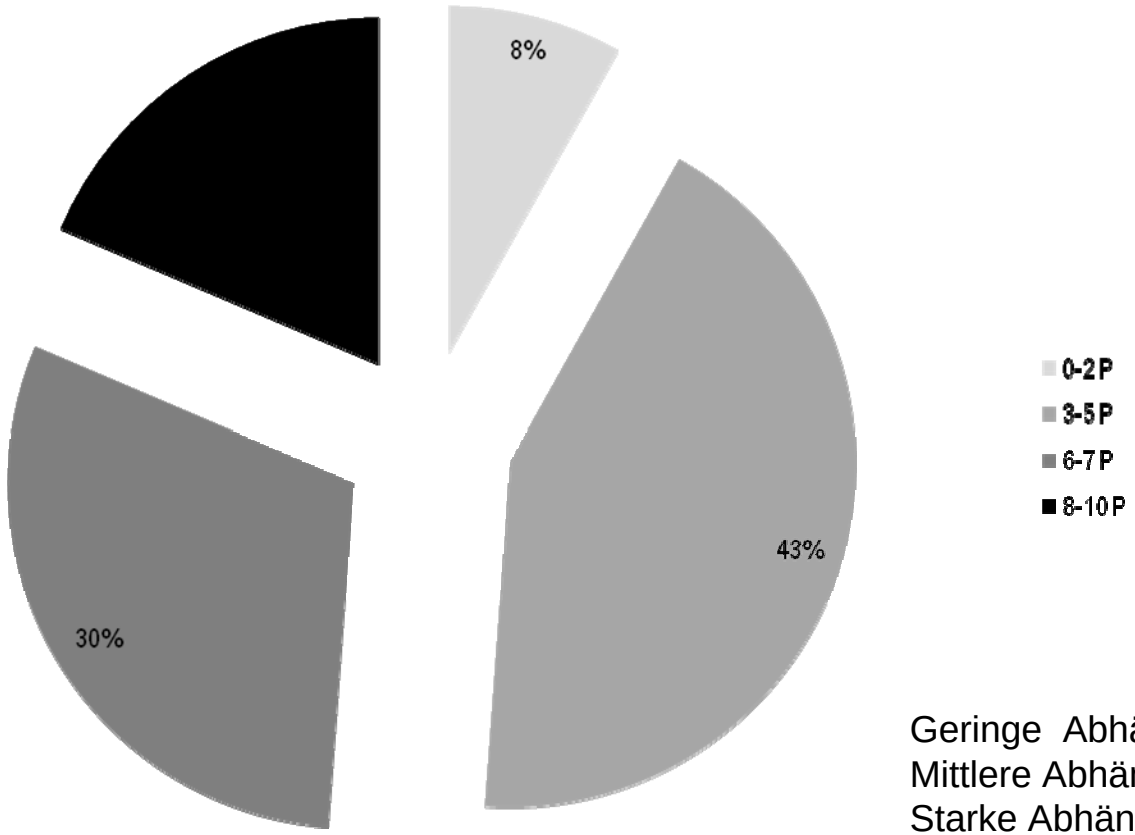
Berufsverband der Pneumologen

Patientengut – überwiegend COPD-Pateienten

17 Jahre	Durchschnittliches Alter bei Rauchbeginn
22 Zigaretten pro Tag	Durchschnittlicher momentaner Tabakkonsum
39 Jahre	Durchschnittliche Dauer des Tabakkonsums
5,5 Punkte	Durchschnittlicher Fagerström

Berufsverband der Pneumologen

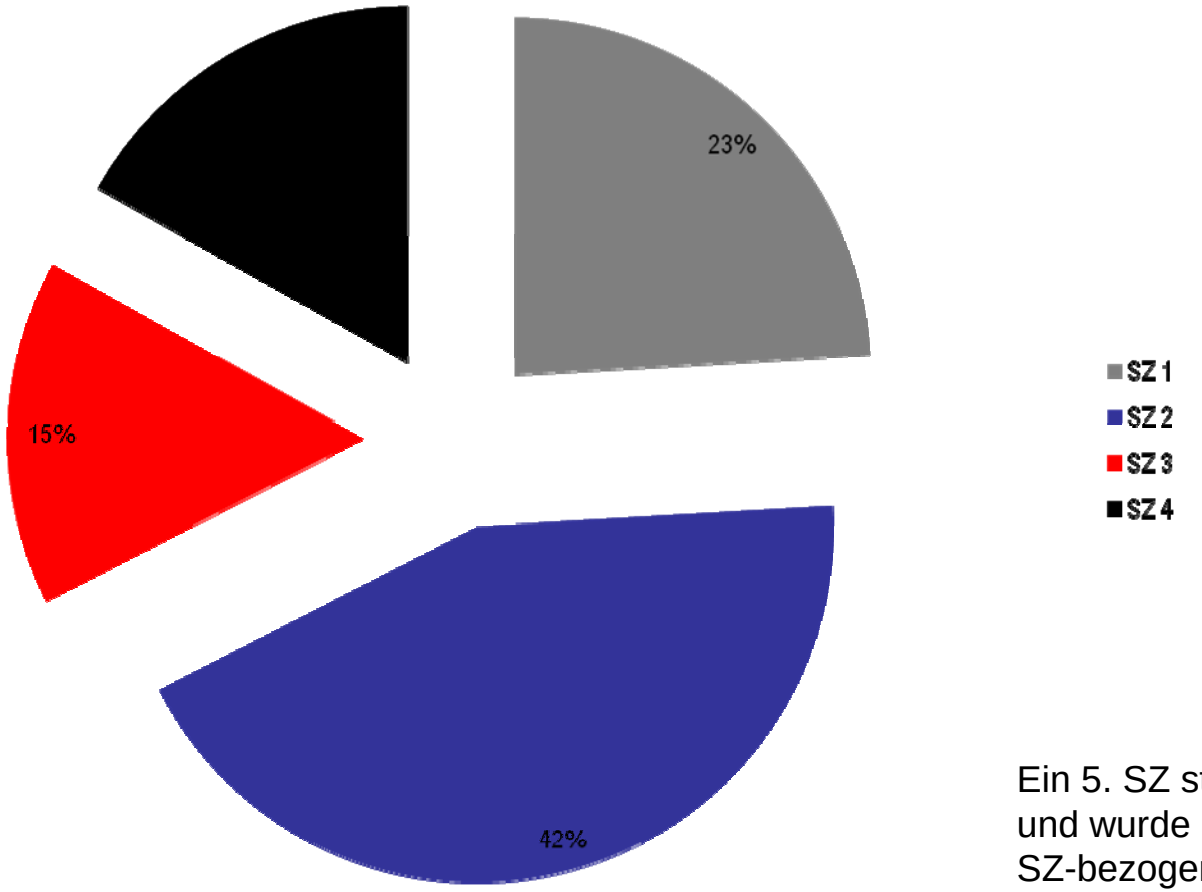
86 auswertbare Fälle per 31.1.2010
Aufteilung nach Fagerström



Geringe Abhängigkeit (0-2 Punkte)
Mittlere Abhängigkeit (3-5 Punkte)
Starke Abhängigkeit (6-7 Punkte)
Sehr starke Abhängigkeit (8-10 Punkte)

Berufsverband der Pneumologen

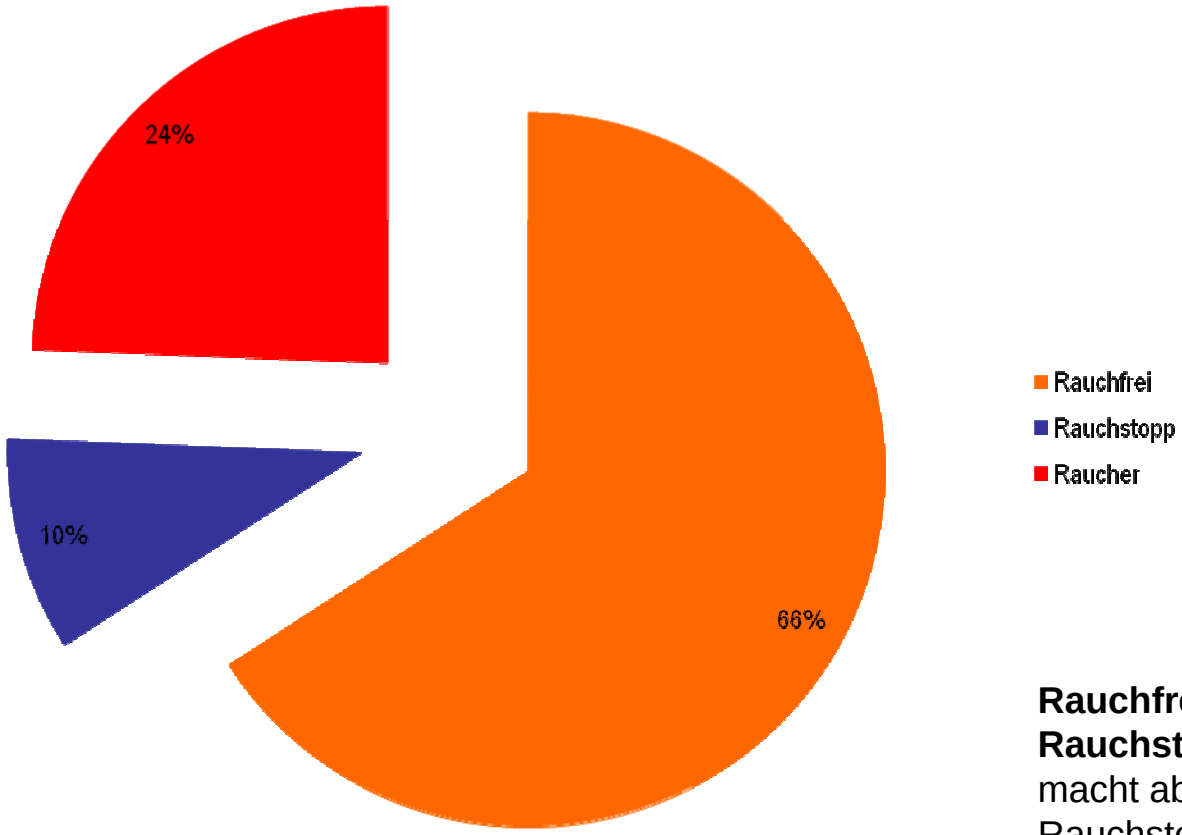
4 Studienzentren (SZ1-4) schlossen Patienten ein – Fälle/SZ in %



Ein 5. SZ stellte lediglich 3 Fälle und wurde nicht bei der SZ-bezogenen Auswertung berücksichtigt

Berufsverband der Pneumologen

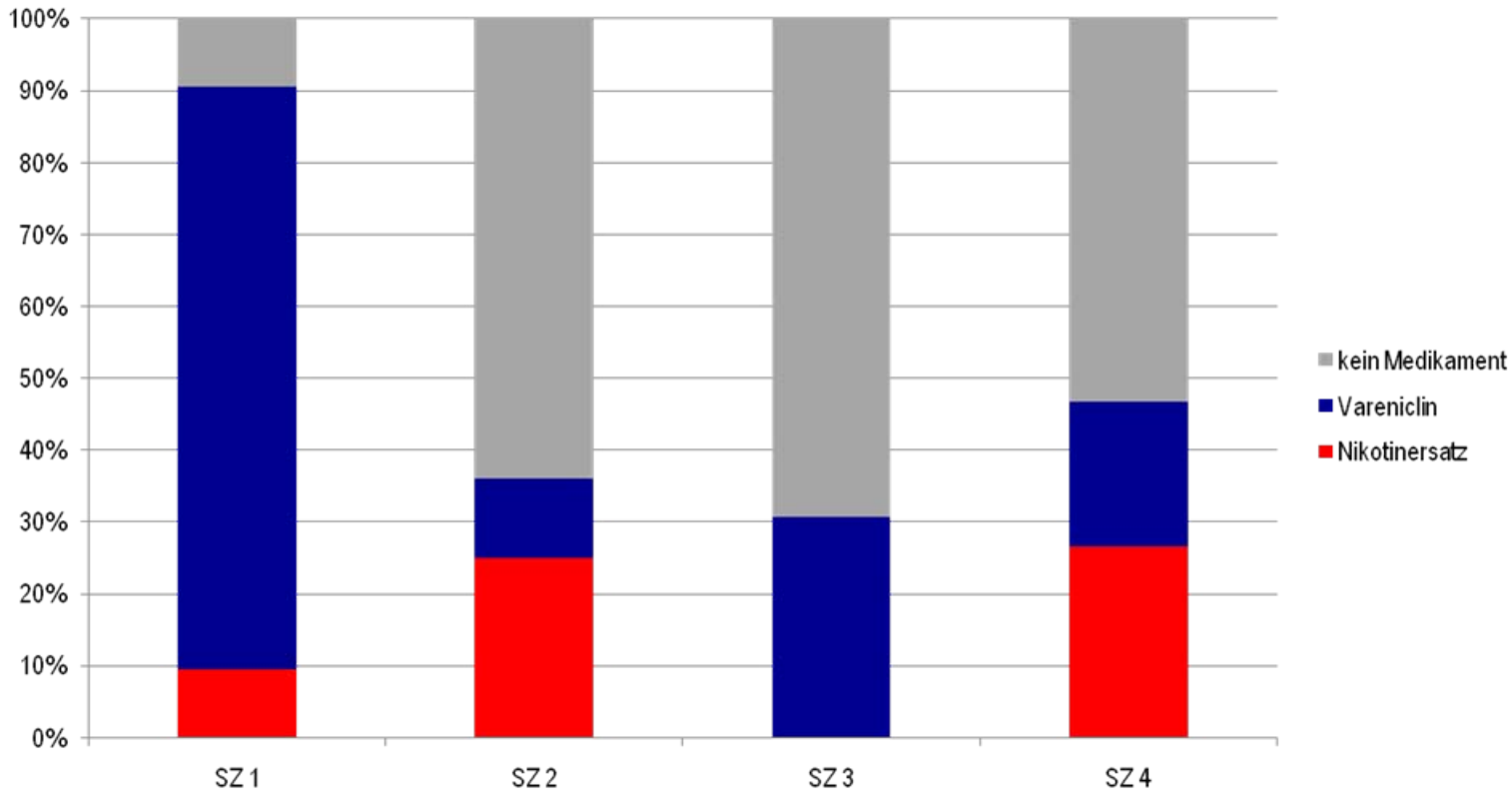
Ergebnis bei Studienvisite 2 nach 3 Monaten



Rauchfrei = raucht nicht bei SV2
Rauchstopp = raucht bei SV 2, macht aber einen neuen Rauchstopp-Versuch
Raucher = raucht wieder bei SV 2

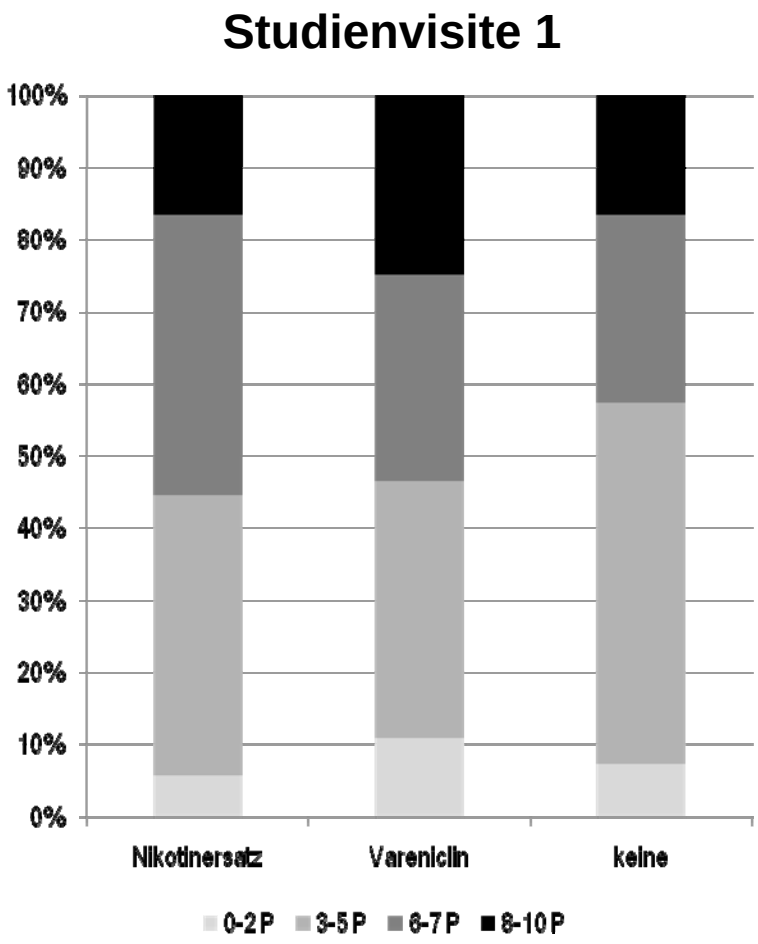
Berufsverband der Pneumologen

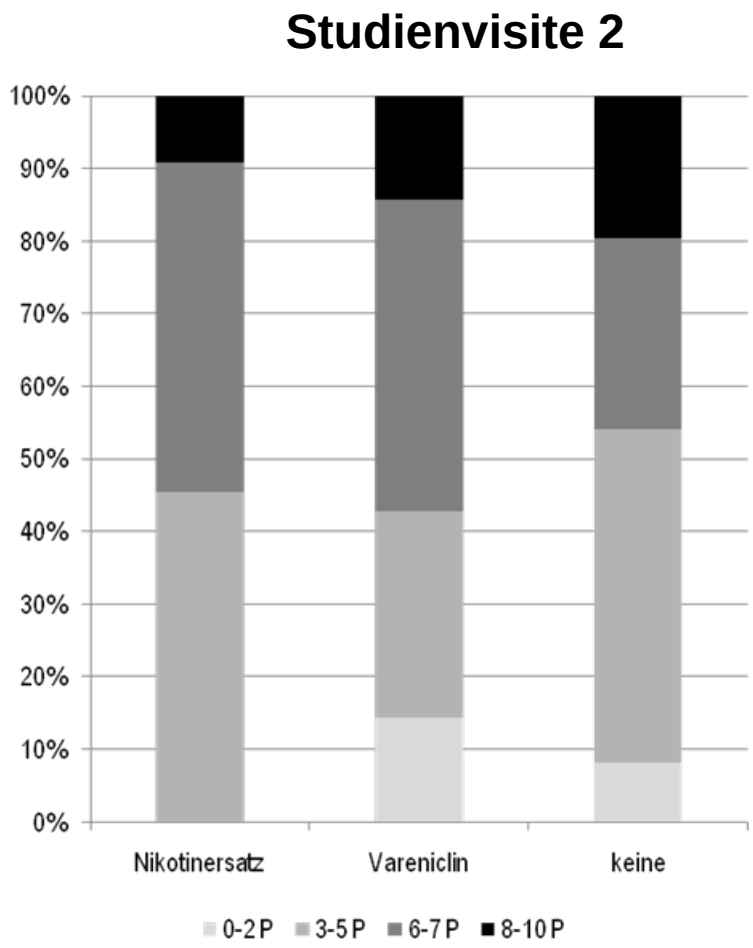
Verordnungen nach Studienzentren



Berufsverband der Pneumologen

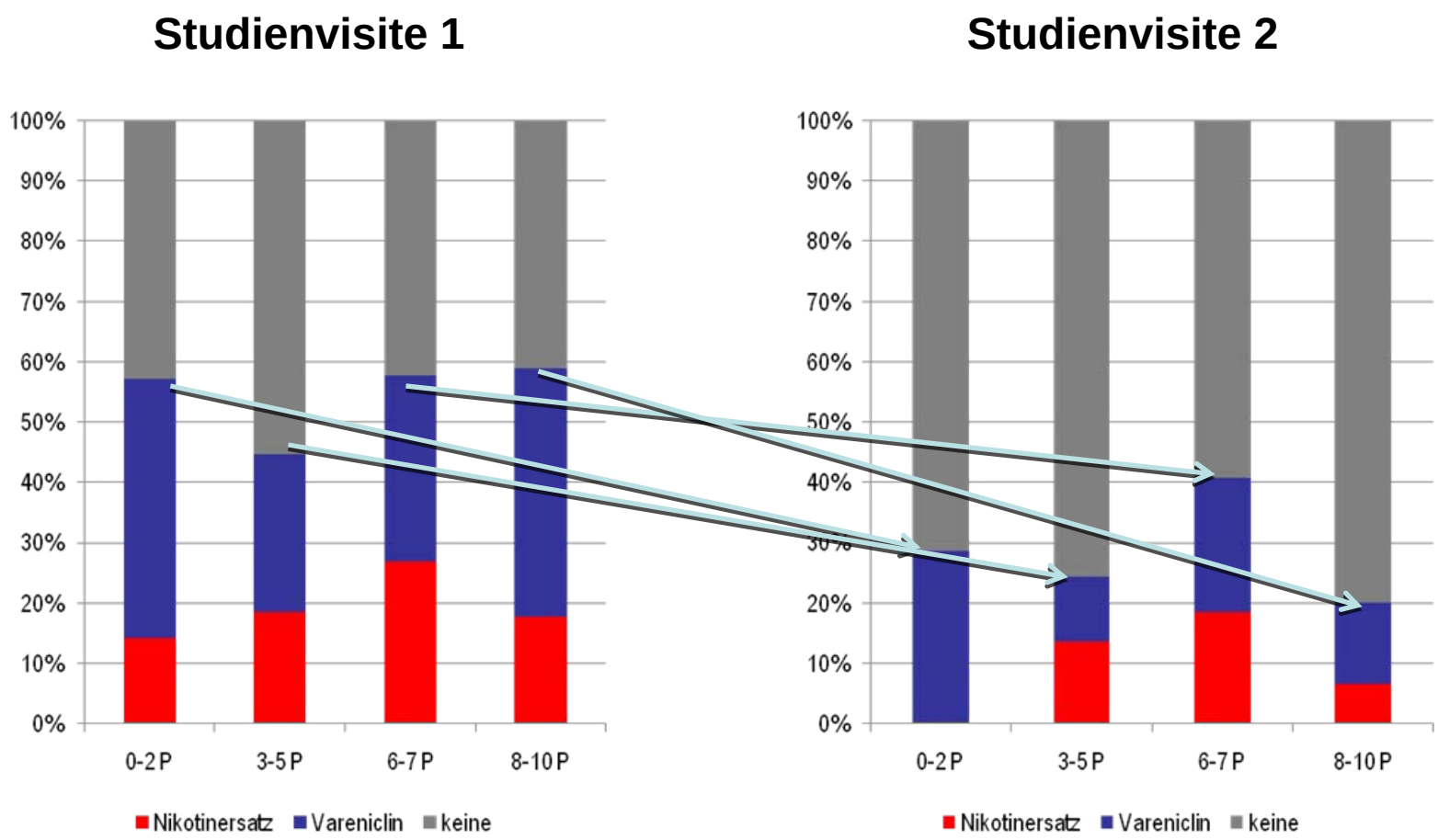
Anteil der Fagerströmklassen am verordneten Medikament in %





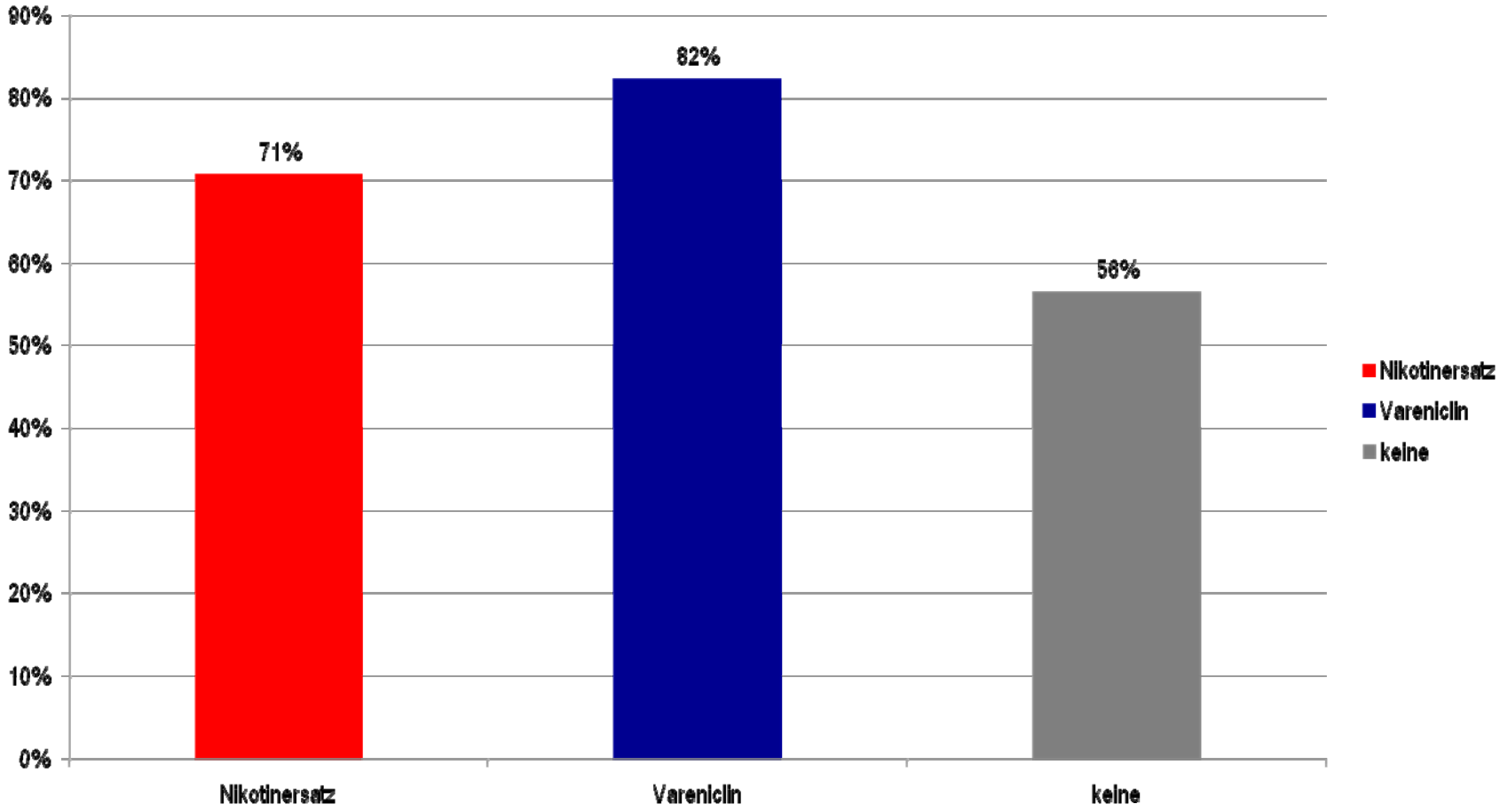
Berufsverband der Pneumologen

Anteil der verordneten Medikament an den Fagerströmklassen in %



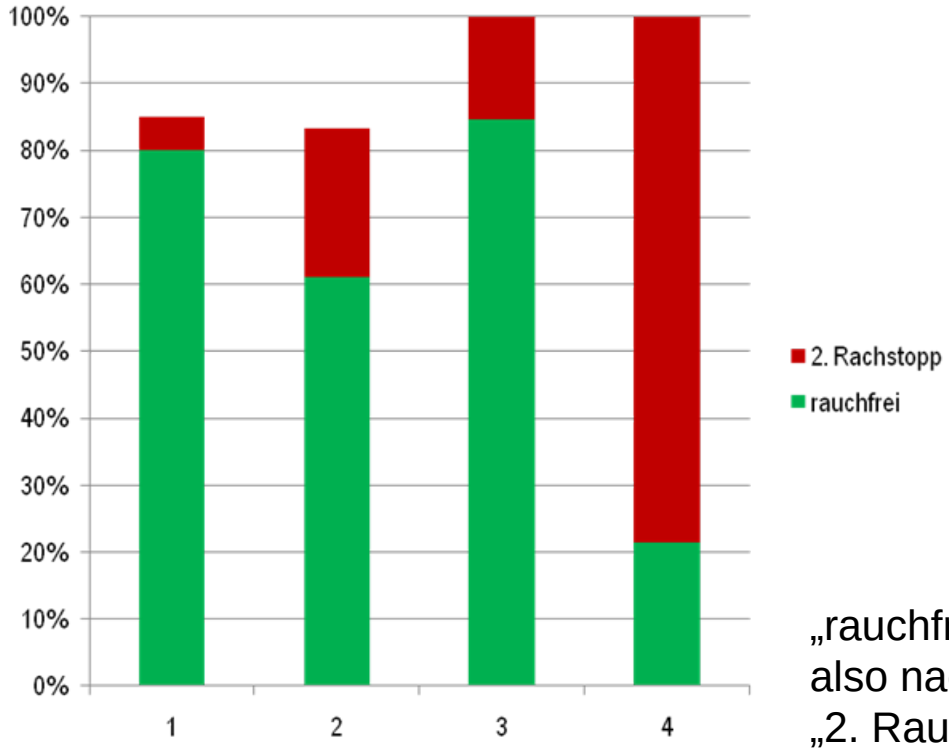
Berufsverband der Pneumologen

Entwöhnungserfolg in Abhängigkeit von der Medikation



Berufsverband der Pneumologen

Erfolg nach 3 Monaten nach Studienzentren



	rauchfrei	2. Rachstopp
SZ1	80%	5%
SZ2	61%	22%
SZ3	85%	15%
SZ4	21%	79%

„rauchfrei“ bedeutet, dass der Patient bei SV2, also nach 3 Monaten, nicht raucht.
„2. Rauchstopp“ heißt, er raucht bei SV 2, Macht aber einen erneuten Rauchstopp.

Berufsverband der Pneumologen

Zusammenfassung

- Erleichterte Motivation zur Teilnahme:
  - Gezielte abgestufte Rekrutierung der Patienten
  - Kostenbeteiligung an Gruppen-Kosten
- Medikations-Inanspruchnahme
  - Zu gering im Vgl. zur Indikation (FTND ≥ 3, Tageskonsum ≥ 10)
  - Keine Beziehung zum FTND
  - Viele Abbrecher
- Abstinenzerfolge vielversprechend (Komorbidität COPD!)
- Gesamtteilnahme ca. N=200, Auswertung über 12 Monate folgt

Berufsverband der Pneumologen