


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

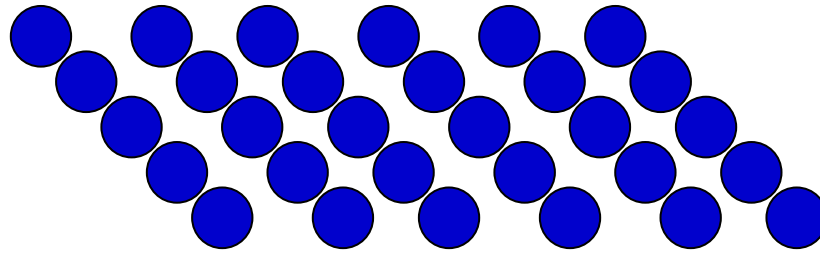
Thomas Hering  
Berlin

**LUNGENARZTPRAXISTEGEL**  
PNEUMOLOGIE · ALLERGOLOGIE · SCHLAFMEDIZIN

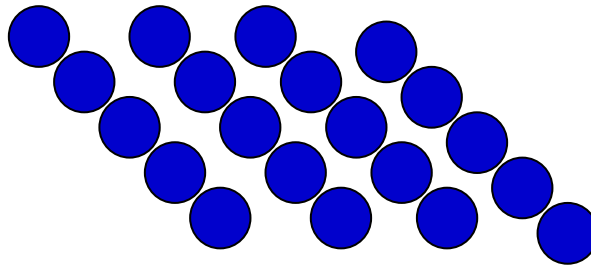
# Berliner Tabakentwöhnungsprojekt 2009

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

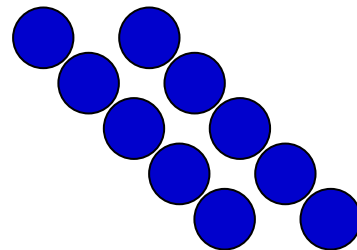
Ansprache in Sprechstunde



Stufe I



Stufe II



Motivierender Hinweis durch  
den Arzt (2 Min.)

Ggf. Terminvereinbarung zu



Stufe I:

2-stündige ausführliche  
Information zu Risiken  
des Rauchens und  
Tabakentwöhnung

Stufe II:

Tabakentwöhnung in Gruppe  
oder individuell

- RauchfreiProgramm
- Rauchfrei in 6 Wochen
- Tabakentwöhnung Kompakt





### 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 Raucher als Nichtraucher zu gestalten
- Rückfallgefahren zu erkennen und zu meistern
- moderne Medikamente anzuwenden
- 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 unterstützen Sie bei Bedarf während Ihrer Tabakentwöhnung regelmäßig, prüfen den Kohlenmonoxid-Gehalt in Ihrem Atem bzw. im Blut, verfolgen die schrittweise Besserung Ihrer Lungenfunktion.

### Ort

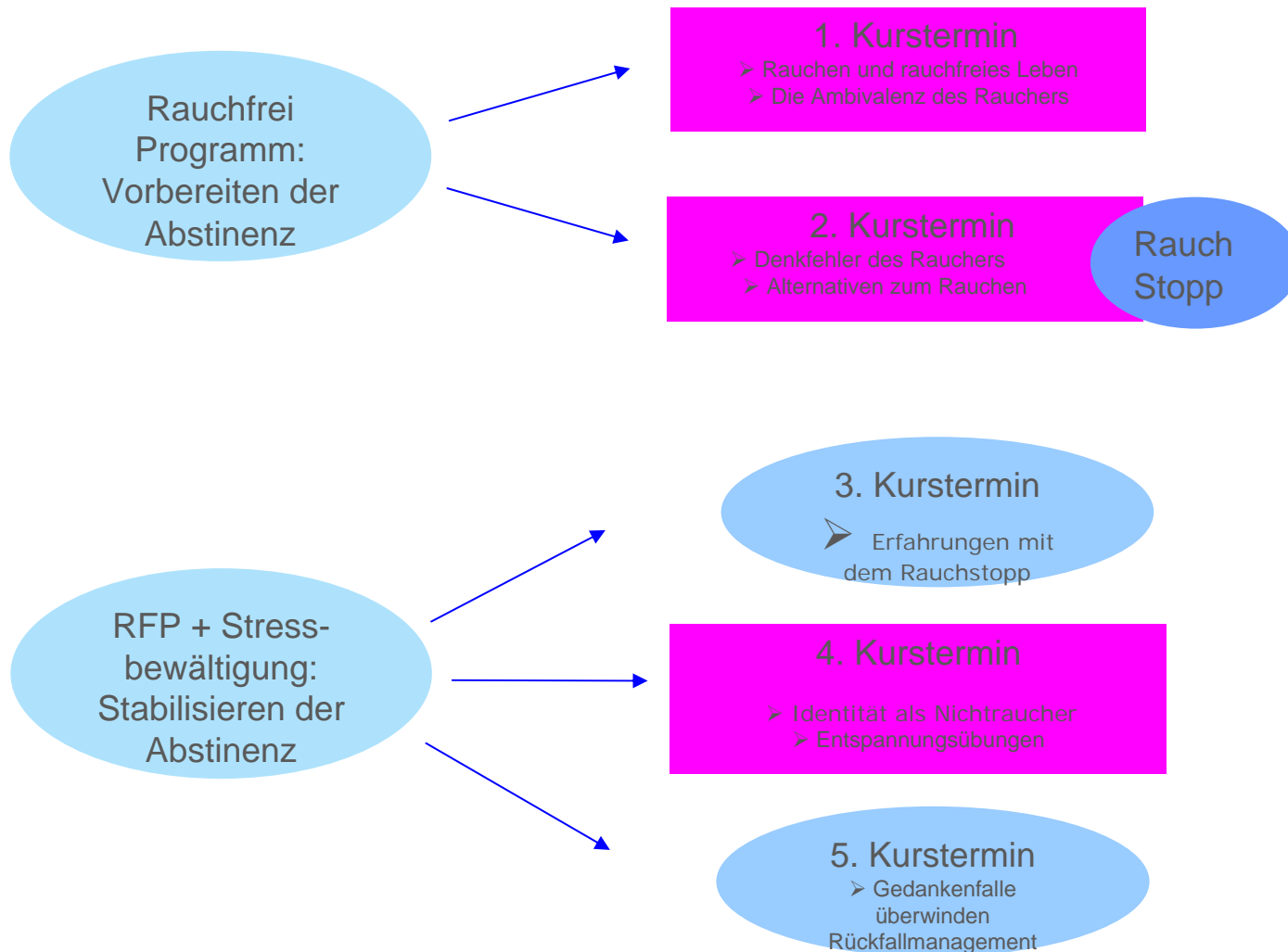
Die Seminare finden regelmäßig in unserer Praxis statt und sind auch im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung als Firmeninterne Veranstaltung durchführbar.

### 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).

# Das Rauchfrei Programm

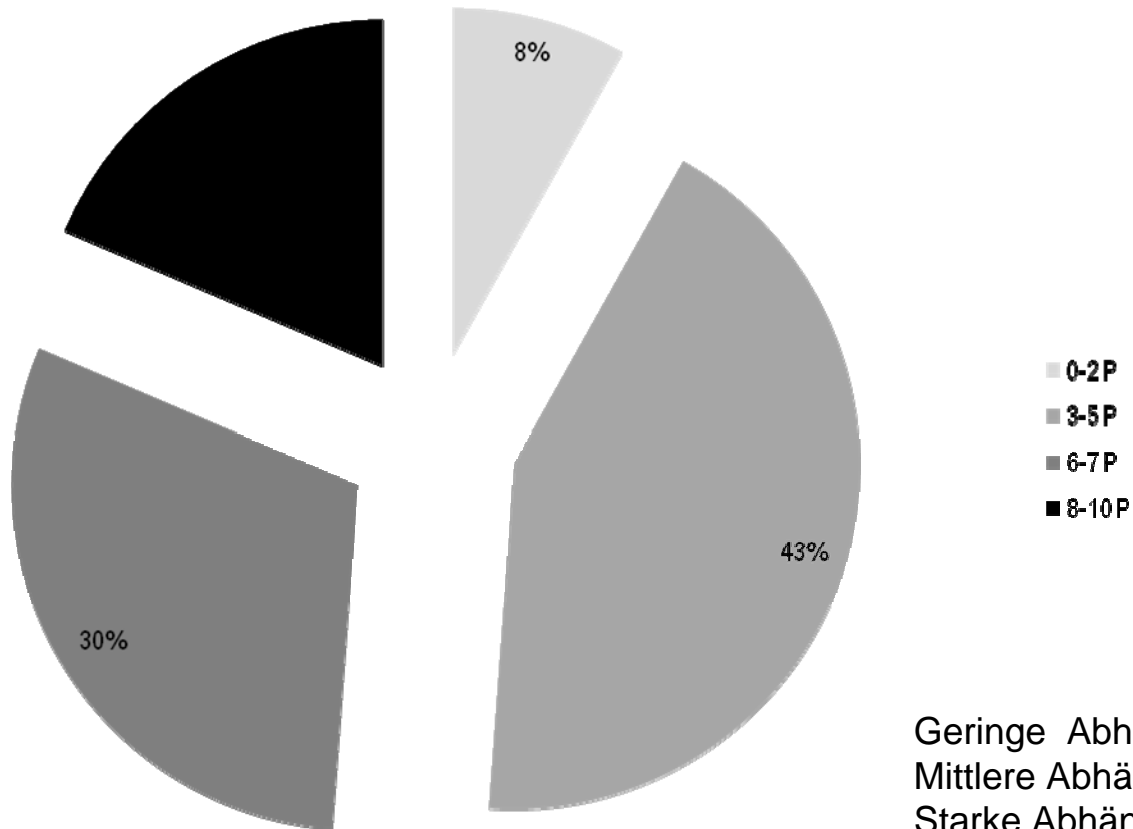


# Patientengut – überwiegend COPD-Patienten

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

# 86 auswertbare Fälle per 31.1.2010

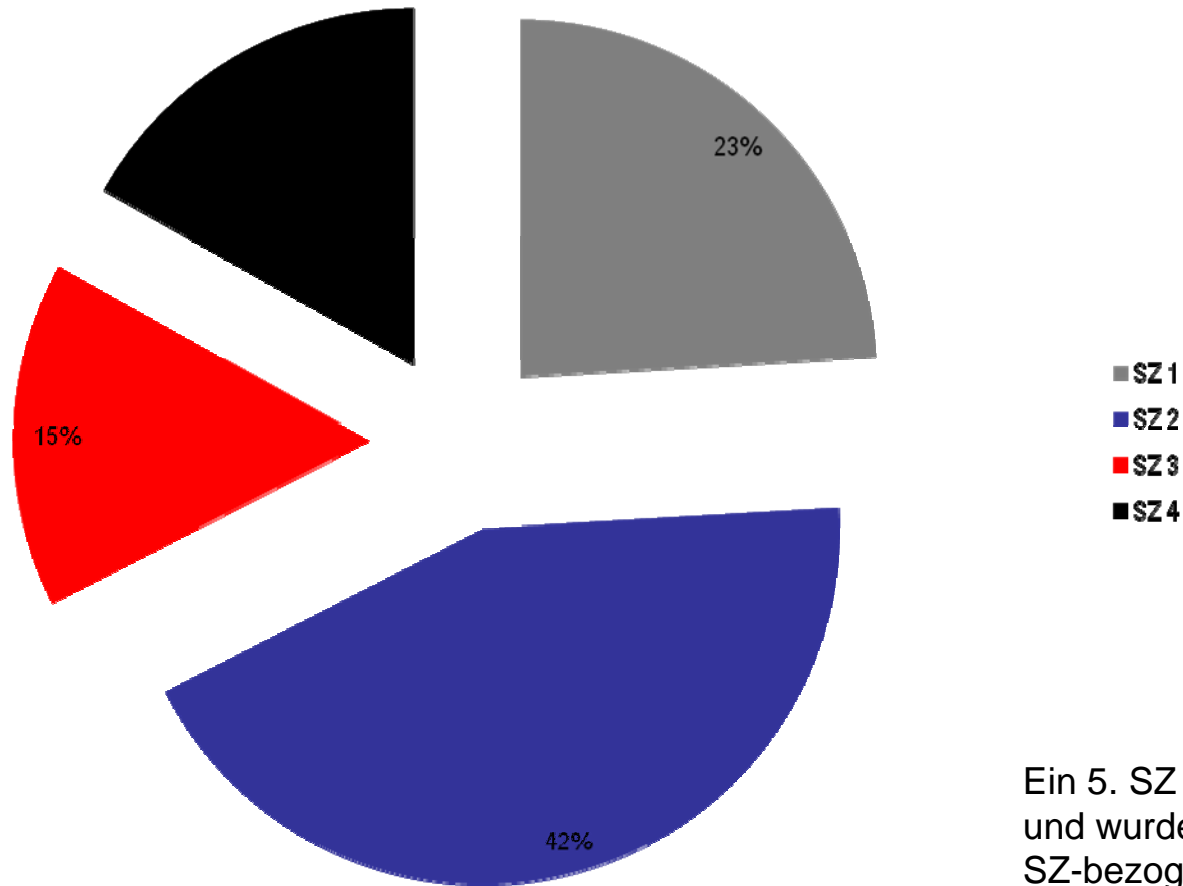
## Aufteilung nach Fagerström



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

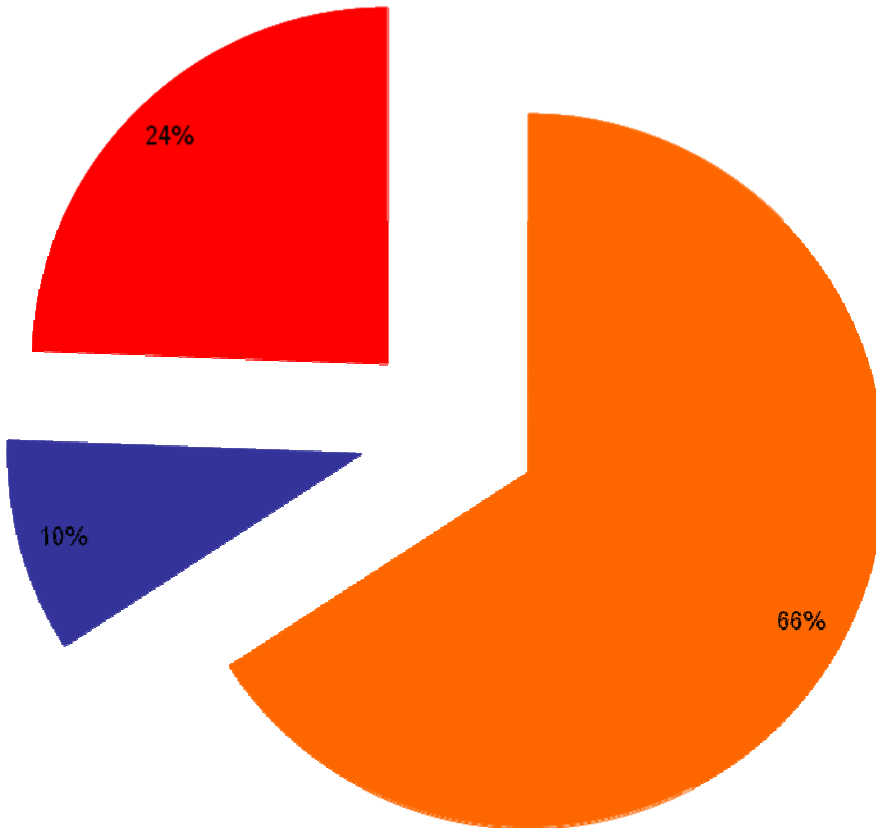


# 4 Studienzentren (SZ1-4) schlossen Patienten ein – Fälle/SZ in %



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

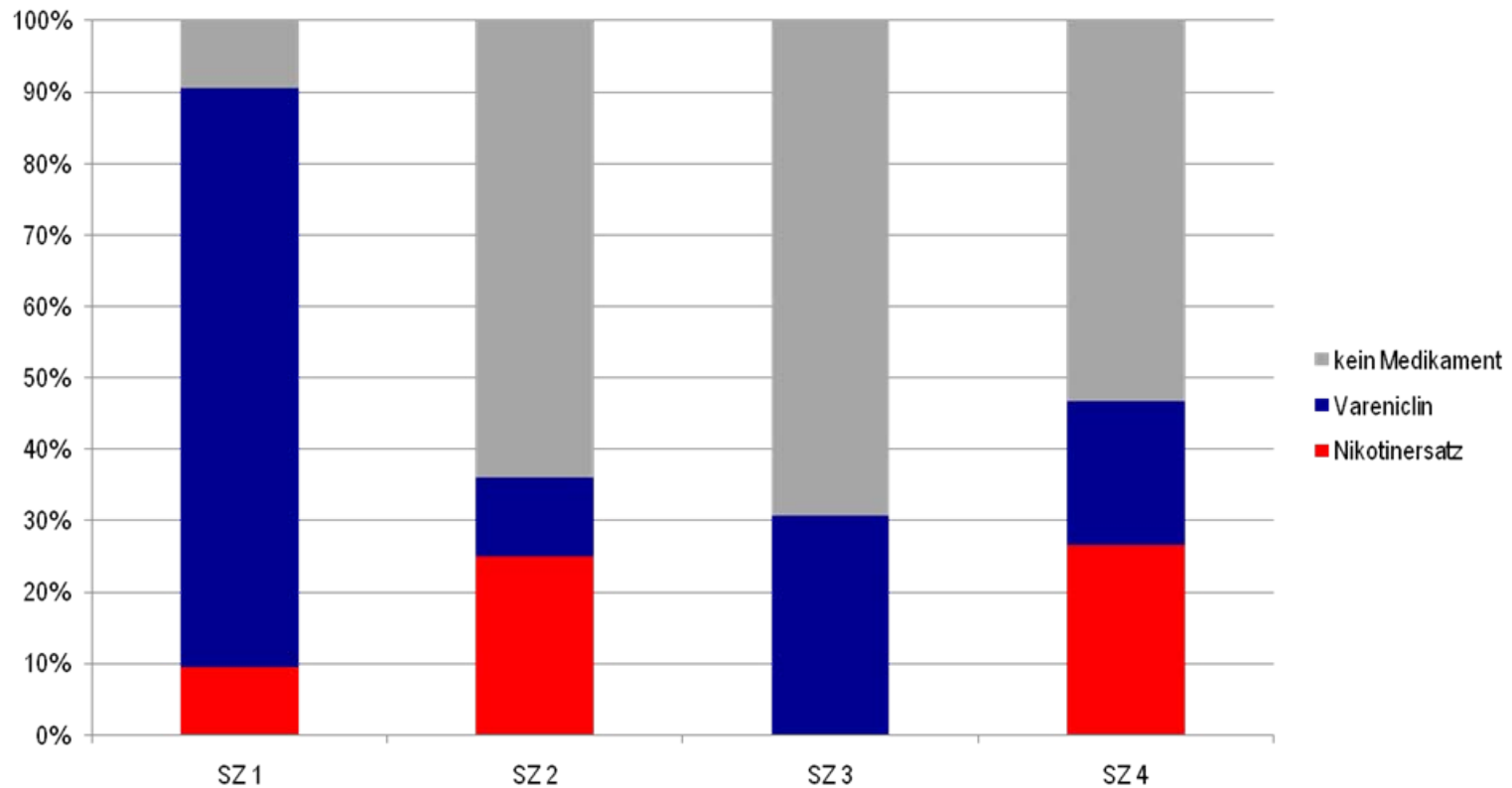
# Ergebnis bei Studienvisite 2 nach 3 Monaten



- Rauchfrei
- Rauchstopp
- Raucher

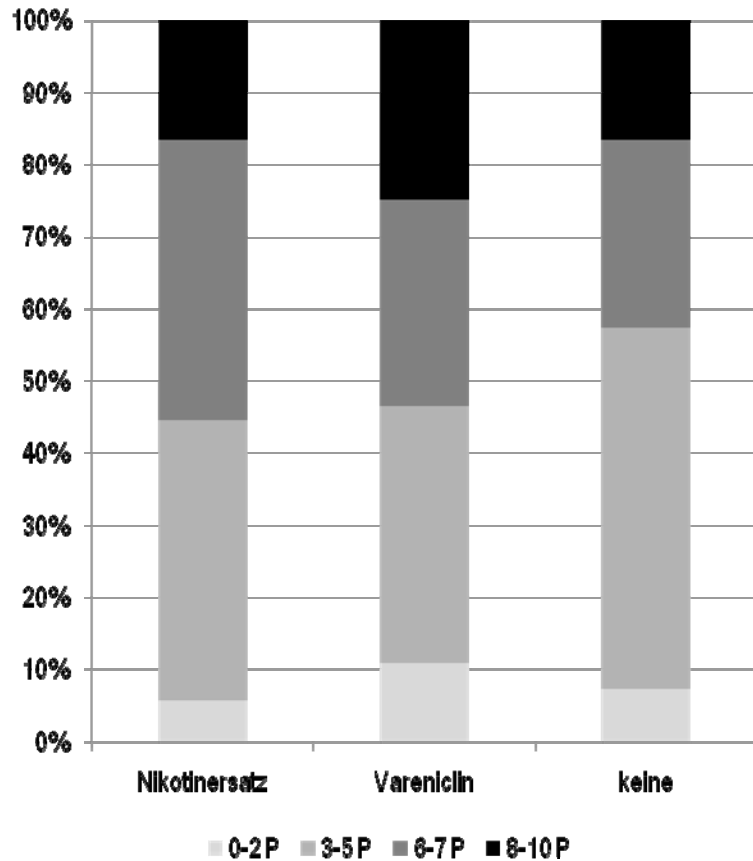
**Rauchfrei** = raucht nicht bei SV2  
**Rauchstopp** = raucht bei SV 2,  
macht aber einen neuen  
Rauchstopp-Versuch  
**Raucher** = raucht wieder bei SV 2

# Verordnungen nach Studienzentren

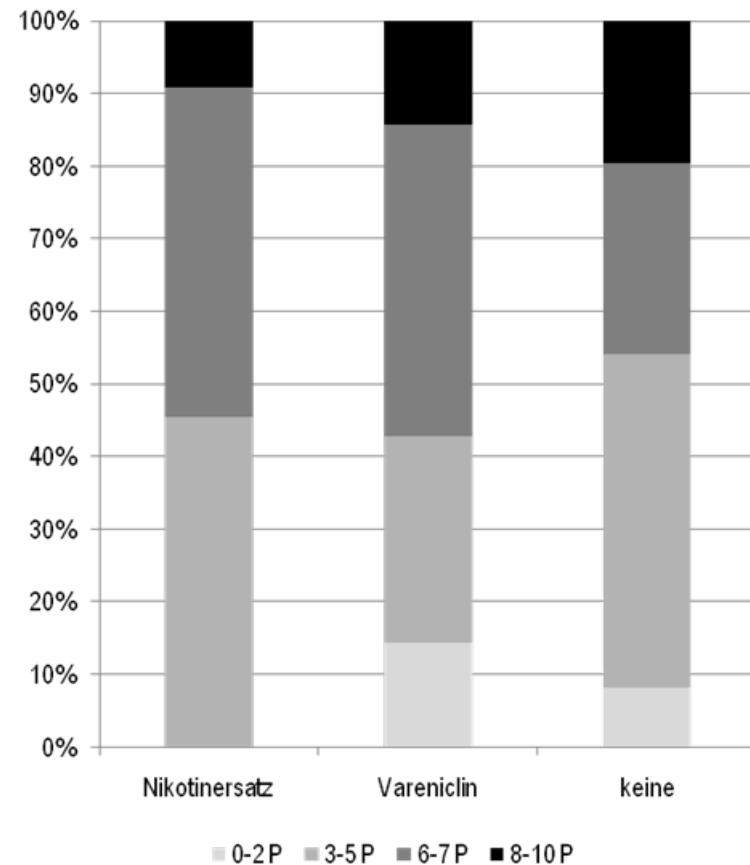


# Anteil der Fagerströmklassen am verordneten Medikament in %

## Studienvisite 1

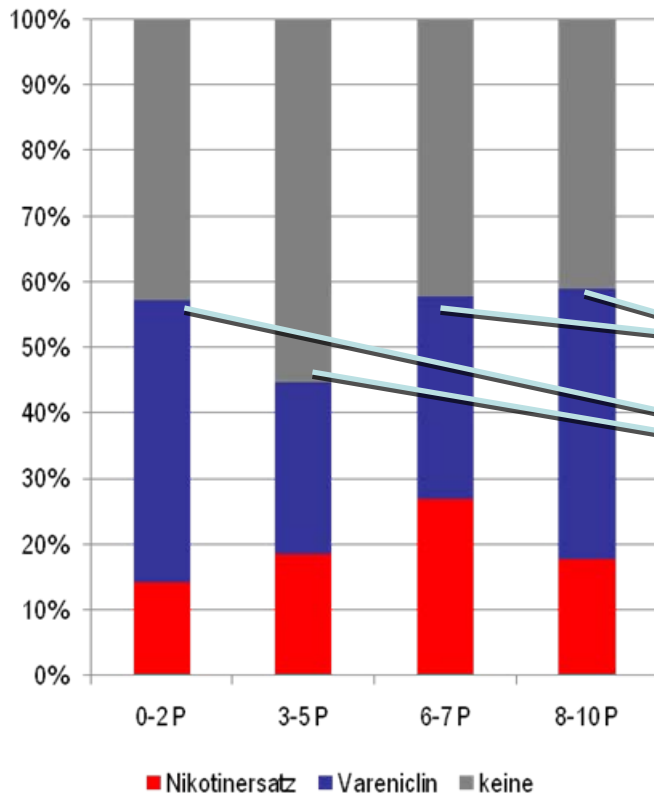


## Studienvisite 2

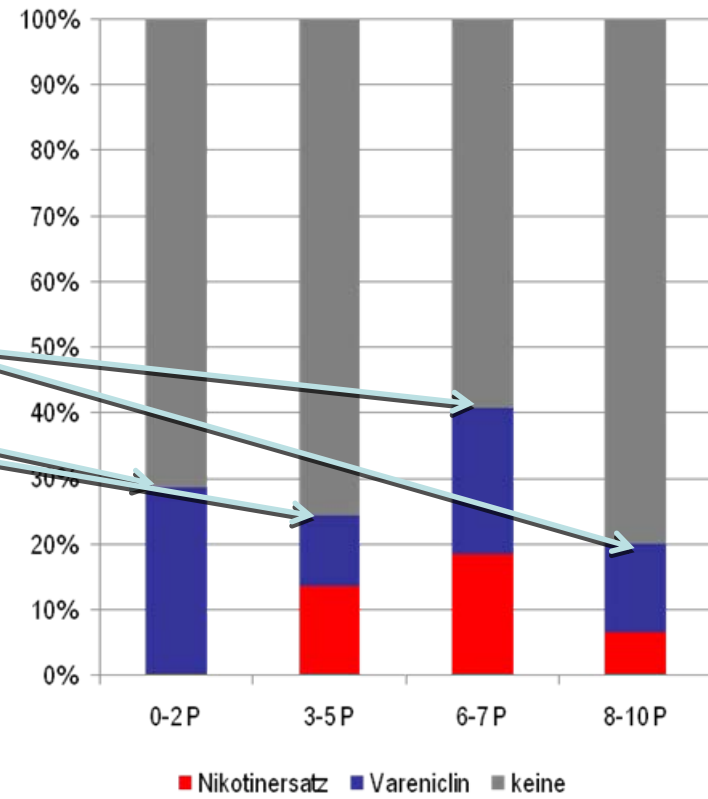


# Anteil der verordneten Medikament an den Fagerströmklassen in %

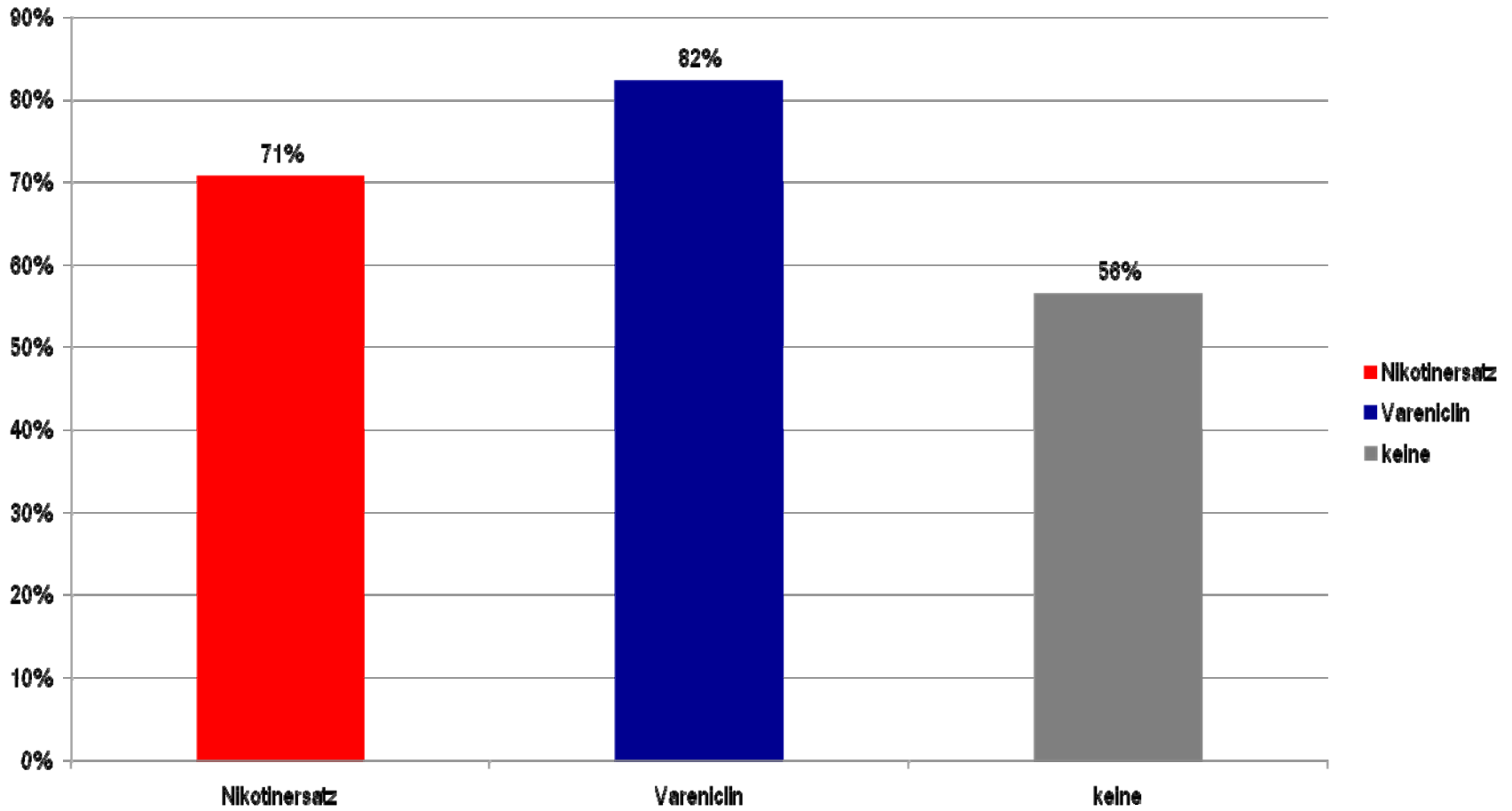
## Studienvisite 1



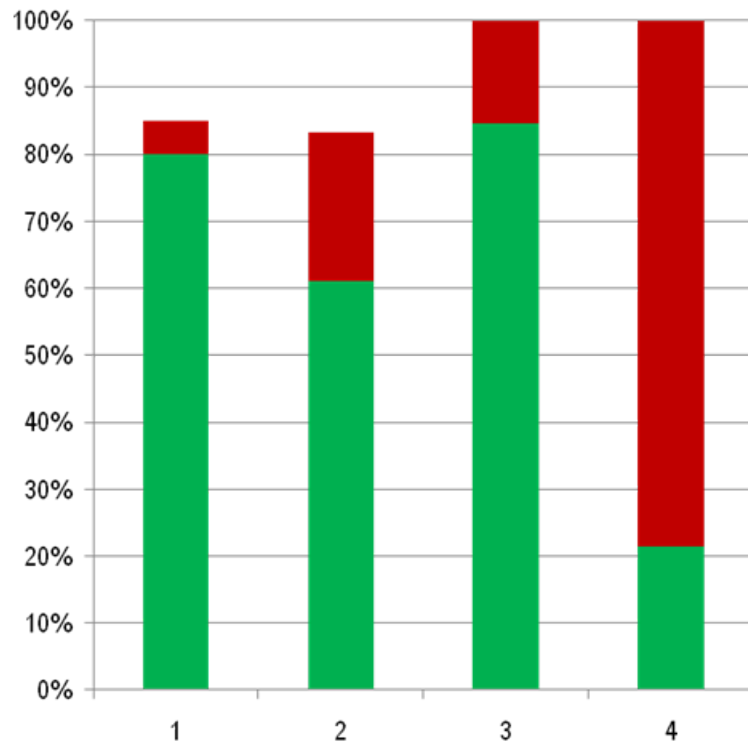
## Studienvisite 2



# Entwöhnungserfolg in Abhängigkeit von der Medikation



# Erfolg nach 3 Monaten nach Studienzentren



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

■ 2. Rauchstopp  
■ rauchfrei

„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.

# Zusammenfassung

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