

## Raucherentwöhnung

Der Genuss einer einzigen Zigarette mindert die Lebenserwartung um 7 Minuten. Das führt bei Rauchern zu einer durchschnittlichen Lebensverkürzung um 10 Jahre durch Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen.

Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen eine überdurchschnittliche Nikotinabhängigkeit bei gleichzeitiger Alkoholabhängigkeit und bei depressiven Störungen. Einige Studien weisen auch darauf hin, daß Raucher ein erhöhtes Rückfallrisiko haben. Deshalb ist die Raucherentwöhnung ein zentrales Anliegen unseres Behandlungskonzeptes.

Patienten, die während ihres Klinikaufenthaltes auch ihre Nikotinabhängigkeit überwinden möchten, erhalten von uns

- ausführliche Informationen zum Thema Rauchen
- eine gründliche Anamneseerklärung und Diagnostik bezüglich bereits bestehender körperlicher Schäden
- Motivationsunterstützung, das Rauchen zu beenden

Fasst der Patient den Entschluss, nikotinabstinent zu werden, wird ein Stichtag für den Beginn der Abstinenz festgelegt.

Der Entzug wird abhängig von körperlichen Begleiterscheinungen durchgeführt mit u.a.

- Nikotinplastern
- Ohr-Akupunktur
- Medikamenten (z. B. Bupropion)
- oder mit einem „kalten Entzug“

Tagebuchaufzeichnungen bereits in der Motivationsphase, der Aktionsphase und über die Aufrechterhaltungsphase hinaus unterstützen die Rückfallprophylaxe. Das hohe Suchtpotential von Nikotin kann mehrere Anläufe erforderlich machen, um anhaltend nikotinabstinent zu bleiben.