

## Das **rauchfrei ticket**

### Ein Angebot für Akut- und Rehabilitationskliniken.

Unterstützen Sie in Ihrer Klinik Patientinnen und Patienten bei der Bereitschaft mit dem Rauchen aufzuhören. Bereits eine einfache Intervention von wenigen Minuten erhöht die Erfolgsaussichten des Rauchstopps. Darüber hinaus

- reduzieren Sie das Komplikationsrisiko und eine damit verbundene Verweildauerverlängerungen
- sichern und stabilisieren Sie Ihr Behandlungsergebnis in der Klinik und Rehabilitation
- steigern Sie die Patientenzufriedenheit mit der Behandlung
- machen Sie Ihr rauchfreies Klinikumfeld glaubwürdiger

Beeinflussen Sie die Gesundheit Ihrer Patientinnen und Patienten auch noch nach dem Klinikaufenthalt positiv. So bleibt Ihre Klinik als heilsamer Ort in guter Erinnerung.

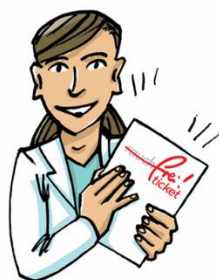
**Neu:** Mit dem „rauchfrei ticket“ kann im Rahmen von betriebsärztlichen Untersuchungen und Beratungen betroffenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ein flexibles und wirksames Rauchstoppangebot gemacht werden. Einfach, praktisch und kostenfrei!

#### Das „rauchfrei ticket“: Der schnelle Weg in die kostenfreie Telefonberatung



##### 1. Anfragen

- Alle Rauchenden ansprechen



##### 2. Anbieten

- Rauchenden ein Angebot machen



##### 3. Abschicken

- Fax evtl. „aktiv einsammeln“ und versenden

## So funktioniert das „rauchfrei ticket“

Das „rauchfrei ticket“ leitet eine pro-aktive telefonische Beratung in der Vorbereitung, zur Begleitung oder zur Stabilisierung des Rauchstopps bei Patientinnen und Patienten ein.

Die Telefonberatung zur Tabakentwöhnung stellt ein evidenzbasiertes und von der WHO empfohlenes Entwöhnungsangebot für eine große Zahl von Rauchenden bei vergleichsweise geringen Kosten bereit. Wirksamkeitsnachweise liegen aus 30 Jahren klinischer Forschung vor (Lindinger et al., 2012).

Das Angebot des „rauchfrei ticket“ bündelt eine Vielzahl von Vorteilen, sowohl für rauchende Patientinnen und Patienten (zeitlich flexible, kostenfreie und niedrigschwellige Unterstützung), sowie für die zuweisenden Einrichtungen (einfache Vermittlung an ein wirksames Beratungsangebot), als auch die Telefonberatung selbst. Insbesondere wenn keine ausreichend intensive Tabakentwöhnung oder Nachbetreuung vor Ort angeboten werden kann, ist eine täglich besetzte telefonische Anlaufstelle hilfreich.

Die Beratung ist unter der kostenlosen Telefonnummer 0800 8 31 31 31 zu folgenden Beratungszeiten erreichbar: Mo bis Do von 10 bis 22 Uhr und Fr bis So von 10 bis 18 Uhr.

## Die Implementierung des „rauchfrei ticket“

Bisher wird diese Telefonberatung von Kliniken kaum wahrgenommen. Das soll sich ändern. Die Implementierung wird von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) gefördert und vom Deutschen Netz Rauchfreier Krankenhäuser & Gesundheitseinrichtungen (DNRfK e.V.) durchgeführt. In einem Expertenworkshop im November 2018 wurden die Eckpunkte für die Implementierung des „rauchfrei ticket“ erarbeitet. Mit elf Pilotkliniken

wurde 2019 gestartet, dieses Vorhaben in die Praxis umzusetzen. 2020 soll es zur bundesweiten Implementierung kommen.

Die Kliniken übernehmen dabei eine Vorreiterrolle und leisten durch ihre Teilnahme an der Implementierung einen entscheidenden Beitrag, um dieses Programm praxisnah und wirksam in den Klinikalltag zu integrieren. Ihre Expertise und Erfahrungen fließen in das Programm ein und Sie profitieren vom Austausch mit den anderen Kliniken und Experten, die an der Implementierung beteiligt sind.

## Wie profitieren Sie konkret von der Teilnahme als Klinik?

Im Implementierungsprozess erhalten Sie:

- Kostenlose Schulung von wenigstens 2 Multiplikatorinnen bzw. Multiplikatoren
- Materialien für interne Schulungen in der Anwendung des „rauchfrei ticket“ durch Multiplikatorinnen bzw. Multiplikatoren
- Laufende Begleitung bei Fragen oder Problemlösungen durch das DNRfK Büro
- Austausch von Erfahrungen aus anderen Kliniken
- Medien zur Unterstützung der Kommunikation in der Klinik und an die Patientinnen und Patienten, Angehörigen, sowie an die zuweisenden Stellen, Kostenträger, Partnerorganisationen und Kommunen
- Rauchstoppangebote im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements und der betriebsärztlichen Beratung

## Wie können Sie teilnehmen?

Nehmen Sie einfach direkt mit dem DNRfK Büro Kontakt auf: Telefon 030 498556-91 oder [kontakt@rauchfrei-ticket.de](mailto:kontakt@rauchfrei-ticket.de). Gerne stehen wir auch für weitere Informationen und Fragen zur Verfügung.

## Warum Raucherberatung?

Das Rauchen für die Gesundheit schädlich ist, ist allgemein bekannt. Aber wussten Sie, dass an den Folgen des Rauchens mehr Menschen sterben als durch Aids, Alkohol, illegale Drogen, Verkehrsunfälle, Morde und Suizide zusammengenommen? Jährlich sterben in Deutschland an den Folgen des Rauchens rund 121.000 Menschen (AWMF, 2015). Aktuell raucht, trotz der Risiken, immer noch etwa ein Viertel der Bevölkerung in Deutschland (BMG, 2015).

Dabei könnte mit einfachen und noch dazu günstigen Maßnahmen die Tabakabhängigkeit behandelt werden. Tatsächlich will die Mehrheit der Rauchenden wieder rauchfrei leben und hat dies oft wiederholt erfolglos versucht (Breitling et al., 2009, Wenig et al., 2014). Wenn sich zusätzlich eine Erkrankung eingestellt hat, ist die Bereitschaft nach Informationen und Unterstützung zu suchen, noch höher. Daher ist jeder Klinikaufenthalt eine große Chance, wieder rauchfrei zu werden (McBride et al., 2003).

Nicht nur für die Betroffenen, auch für die behandelnden Kliniken ergeben sich durch die Behandlung der Tabakabhängigkeit deutliche Vorteile.

## Mit wenig Aufwand mehr Chancen auf Erfolg

Bereits eine einfache ärztliche motivierende Intervention erhöht die Erfolgsaussichten des Rauchstopps um den Faktor 1,7. Selbst Minimalinterventionen, die weniger als drei Minuten dauern, verbessern die Abstinenzquote entscheidend (AWMF, 2015).

Ein Rauchstopp senkt bereits nach einer Woche den Blutdruck und reduziert sowohl langfristig als auch kurzfristig das Krebsrisiko. Außerdem wird das Risiko von Atemwegserkrankungen, Typ-2

Diabetes oder Herz- Kreislauf-Erkrankungen vermindert und die Fitness sowie die körperliche Belastbarkeit verbessert.

## Ein Rauchstopp rechnet sich auch für die Klinik

Das Anraten eines Rauchstopps kann helfen schwerwiegende Komplikationen zu vermeiden, die häufig Ursache für eine verlängerte Verweildauer sind. Das Anraten eines Rauchstopps ist eine wirkungsvolle Maßnahme, um z.B. Operationsrisiken zu vermeiden, die Wundheilung zu fördern und somit den Behandlungserfolg zu erhöhen. Rauchfreiheit senkt zudem Arzneimittelkosten, da Rauchende beispielsweise eine höhere Dosis Schmerzmittel oder Anästhetika benötigen (DKFZ, 2011). Zudem wirkt sich ein Rauchstopp auch weit über den Klinikaufenthalt hinaus positiv auf die Gesundheit der Patientinnen und Patienten aus. Dies trägt zur Zufriedenheit mit der Behandlung bei und die Klinik bleibt als heilsamer Ort in guter Erinnerung

## Die Qualität der Behandlung in der Klinik steigt insgesamt

Viele Rauchende werden im Lauf ihres Lebens aus vielerlei Gründen von alleine rauchfrei. Aus medizinischer Sicht ist es allerdings wesentlich, so früh wie möglich das Rauchen zu beenden. Besonders diejenigen, die es trotz ernsthafter Versuche aus eigener Kraft nicht schaffen und wegen Folgeerkrankungen klinisch behandelt werden, brauchen professionelle Unterstützung. Gerade im Krankheitsfall nehmen Rauchende die Beratung der Klinik gerne in Anspruch. Dieses günstige Zeitfenster sollten Sie nutzen.

In der Akutklinik ist oft kaum Zeit rauchenden Patientinnen und Patienten eine beratungsintensive Behandlung anzubieten. Mit dem „rauchfrei ticket“ wird die Aufgabe aufgeteilt: In der Klinik wird wie gewohnt der

Rauchstatus erfasst. Anschließend wird ein Rauchstopp angeraten und professionelle Hilfe angeboten. Dies übernimmt dann die BZgA-Telefonberatung. Somit können mehr erfolgreich verlaufende Ausstiegsversuche rauchender Patientinnen und Patienten angestoßen und Ressourcen besser genutzt werden.

**In der Rehabilitationsklinik** gehört ein Nichtrauchertraining zum Standardangebot. Bei starker Tabakabhängigkeit und bestehender Folgeerkrankung reicht jedoch oft auch dieser längere Aufenthalt nicht aus, diese Motivation und Umstellung auf ein rauchfreies Leben zu sichern. Hier kann das „rauchfrei ticket“ mit einer anschließenden proaktiven Beratung Ihr Behandlungsergebnis sichern und stabilisieren.

Unterstützende Angebote wie das „rauchfrei ticket“ helfen zudem, die bestehenden Regelungen für ein rauchfreies Klinikumfeld

glaubwürdig zu machen. Es wird mehr getan als nur Hinweisschilder anzubringen. Mit dem Einsatz von Nikotinersatztherapie lindern Sie z. B. die Not der Rauchenden im Entzug, gerade wenn diese das Bett oder Zimmer nicht verlassen können und bieten über das rauchfrei ticket einen Ausweg aus der Sucht.

### **Ihr Beitrag zur Prävention mit hoher Reichweite**

Mit jeder Patientin und jedem Patienten, der durch Ihr Angebot rauchfrei wird, profitieren darüber hinaus weitere Personen von gesundheitlichen Vorteilen. Partnerin / Partner, Familie, Freunde, Kinder und Kolleginnen/ Kollegen, sie alle werden vor Passivrauch bewahrt und nehmen sich dies vielleicht als Vorbild, um selbst rauchfrei zu werden oder zu bleiben.

#### Quellen:

Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften. Screening, Diagnostik und Behandlung des schädlichen und abhängigen Tabakkonsums. (Stand: 24.04.2019)  
[http://www.awmf.org/uploads/tx\\_szleitlinien/076-006k\\_S3\\_Tabak\\_2016-02.pdf](http://www.awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/076-006k_S3_Tabak_2016-02.pdf)

Bundesministerium für Gesundheit (Hrsg.) (2015): Nationales Gesundheitsziel Tabakkonsum reduzieren. Online:  
[http://gesundheitsziele.de//cms/medium/1247/BMG\\_Tabakkonsum\\_reduzieren\\_Onlineversion.pdf](http://gesundheitsziele.de//cms/medium/1247/BMG_Tabakkonsum_reduzieren_Onlineversion.pdf) (20.04.2019).

Breitling, L., Rothenbacher, D. Stegmaier, C, Raum, E. & Brenner, H. (2009). Aufhörversuche und –wille bei älteren Rauchern. Deutsches Ärzteblatt, 106 (27), 451-455.

Deutsches Krebsforschungszentrum (Hrsg.): Gesundheitsschäden durch Rauchen und Passivrauchen Heidelberg, 2008.

Deutsches Krebsforschungszentrum (Hrsg.) Motivation zum Rauchstopp vor Operationen fördern. Heidelberg, 2011.

Deutsches Krebsforschungszentrum (Hrsg.) Operationsrisiko Rauchen. Heidelberg, 2011

Deutsches Krebsforschungszentrum (Hrsg.): Rauchen und bakterielle Infektionen Teil II Heidelberg, 2009.

Lindinger, P. Strunk, M., Nübling, M. & Lang, P. (2012): Arbeitsweise und Wirksamkeit einer Telefonberatung für Tabakentwöhnung. Sucht 58 (1), 33-43.

McBride, CM., Emmons, KM. & Lipkus, I. M. (2003). Understanding the potential of teachable moments: the case of smoking cessation. Health Education Research 18 (2). 156-170.

Wenig J, Piontek D et al, Gomes de Matos, E & Kröger CB (2014), Ausstiegsversuche und Hilfsmittelnutzung unter Rauchern in Deutschland: Ergebnisse aus dem epidemiologischen Suchtsurvey 2012.