127.000 Menschen sterben in Deutschland an den Folgen ihres Tabakkonsums

Rauchen ist einer der Hauptrisikofaktoren für Atemwegs- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie für eine Vielzahl von Krebserkrankungen. Die Folge ist, dass weiterhin jährlich etwa 127.000 Menschen in Deutschland an den Folgen ihres Tabakkonsums versterben – fast 350 pro Tag!

Pro Jahr versuchen etwa 20 Prozent der Raucher:innen, mit dem Rauchen aufzuhören. Allerdings werden in fast 90 Prozent der Fälle die Aufhörversuche mit ungeeigneten, das heißt nicht evidenzbasierten Methoden unternommen. Dadurch scheitern viele Versuche zum Rauchstopp bereits nach wenigen Tagen bis Wochen. Unbegleitet führen Rauchstoppversuche nur in drei bis fünf Prozent der Ereignisse zum Erfolg.

Ärztlich begleitete Tabakentwöhnung

Wissenschaftliche Studien zeigen die gute Wirksamkeit einer qualifizierten Beratung und Tabakentwöhnung durch Ärzt:innen, aber auch, dass sich viele von ihnen nicht ausreichend für die Durchführung einer solchen Maßnahme qualifiziert fühlt. Deshalb bietet die Ärztekammer Berlin in Kooperation mit der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin e. V. die Fortbildung "Tabakentwöhnung" mit detaillierten Informationen zu den gesellschaftlichen Rahmenbedingungen und den gesundheitlichen Aspekten des Tabakkonsums an. Im Zuge der Fortbildung werden nicht nur praxisorientierte Kenntnisse für eine erfolgreiche Ansprache, Motivierung und Therapie rauchender Patient:innen vermittelt, sondern auch praktische Hilfestellung für die Einführung von Beratungen und Entwöhnungsbehandlungen in der ärztlichen Praxis oder Klinik gegeben.

Praxistipp

Was gehört zu einer ärztlichen Beratung zum Rauchstopp:

- 1. Rauchstatus und Konsummuster erfragen
- 2. Rauchstopp empfehlen
- 3. Motivation zum Rauchstopp abklären
- 4. Bei aktuell fehlender Motivation: bei Gelegenheit wieder ansprechen
- 5. Bei vorhandener Motivation: Unterstützung anbieten
 - Motivationsfördernde Kurzintervention; Verhaltenstherapie; Gruppenangebote;
 - Erforderlichkeit einer medikamentösen Begleitung abklären und gegebenenfalls verordnen;
 - Folgetermine zur Erfolgskontrolle und motivationalen Unterstützung vereinbaren

Der nächste Fortbildungskurs "Qualifikation Tabakentwöhnung" findet im Februar 2022 statt. Nähere Informationen zum Programm sowie zur Anmeldung finden Interessierte auf Seite 24 dieses Heftes sowie auf der Website der Ärztekammer Berlin unter → www.aekb.de/tabakentwoehnung.