

Fortbildung

Nikotinberatung & Nikotinentwöhnung in Österreich

3. ENSH D-A-CH Konferenz im Deutschen Suchtkongress 2015



Wolfgang Goll
Leiter der Gesundheitseinrichtung Josefhof
VAEB



Wiener
Gebietskrankenkasse



„Tabakabhängigkeit ist eine chronischer Erkrankung und bedarf neben einer entsprechenden Diagnose oft ein wiederholtes Therapieangebot“

Lesch & Lichtenschopf, 2012

Vielfältiges Angebot

SV ist ein wesentlicher Akteur in der Tabakprävention

Seit 2005 trägerübergreifende Arbeitsgruppe „Tabakprävention“ im
Hauptverband der österreichischen SV

Ziel der österreichischen Sozialversicherung

Flächendeckendes
Beratungs- und
Entwöhnungsangebot

Qualitätssicherung
der Angebote

Nachhaltige
Etablierung der
Angebote

Einheitliche Vorgehensweise in der RaucherInnenberatung und -entwöhnung

Auftrag des HVB:

Erstellen und Durchführen eines Curriculums nach internationalen Standards und Empfehlungen

Ausbildung erstellt nach internationalen Standards, Leitlinien und Best-Practice-Modellen in der Tabakentwöhnung

Handbuch



ExpertInnenempfehlung



Ziele



ÄrztInnen und PsychologInnen werden zur
RaucherInnenberatung & RaucherInnenentwöhnung
nach aktuellem Stand der Wissenschaft befähigt



<http://us.cdn3.123rf.com/168nwm/mkoudis/mkoudis0709/mkoudis070900011/1657153-junges-arzt-stehend-mit-ihrem-tasche-in-ein-krankenhaus-zimmer.jpg>

<http://us.cdn3.123rf.com/168nwm/antonbrand/antonbrand1104/antonbrand110400247/9342505-cartoon-doctor-in-white-coat-isolated-on-white.jpg>



©www.ClipProject.info

Fachpersonen aus dem Gesundheits- und
Sozialwesen werden zur
RaucherInnenberatung nach
aktuellem Stand der Wissenschaft befähigt



<http://www.animaaiges.de/bilder/physiotherapeut/020-107692/>

Referenten und Methoden

Klinische- und GesundheitspsychologInnen mit Erfahrung in der
RaucherInnenberatung und RaucherInnenentwöhnung



http://images.clipartogo.com/files/ss/thumb/100/100734535/ha-ppy-caucasian-professor-using_small.jpg

Facharzt für Pulmologie mit Erfahrung in der RaucherInnenberatung und
RaucherInnenentwöhnung

Zertifizierte ExpertInnen für Motivational Interviewing

Der Schwerpunkt liegt auf einer praxisgerechten Vermittlung der
Seminarinhalte

Sämtliche Interventionen, Techniken und Materialien werden
anhand zahlreicher Fallbeispiele erprobt und eingeübt



<http://sr.photos3.fotosearch.com/bthumb/CSP/CSP808/k8080959.jpg#>

Modularer Aufbau

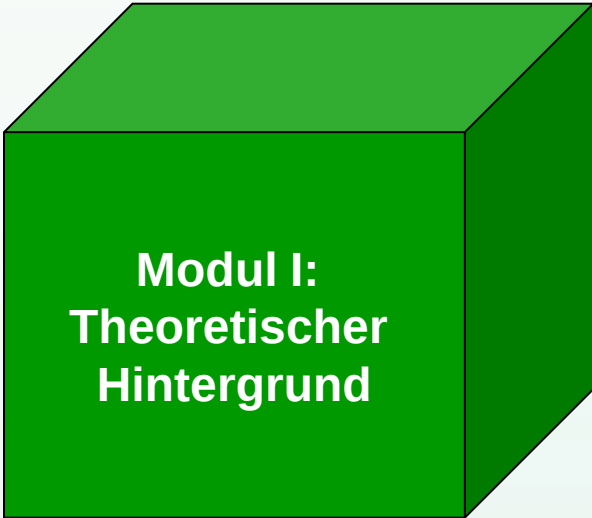
Die Ausbildung gliedert sich in 6 Module, welche unabhängig voneinander besucht werden können (insgesamt 7 Tage)

Ermöglicht es den TeilnehmerInnen entsprechend ihrer Vorkenntnisse und Bedürfnisse die passenden Bausteine zu wählen



<http://sr.photos2.fotosearch.com/bthumb/CSP/CSP026/k0260492.jpg>

6 Module im Überblick



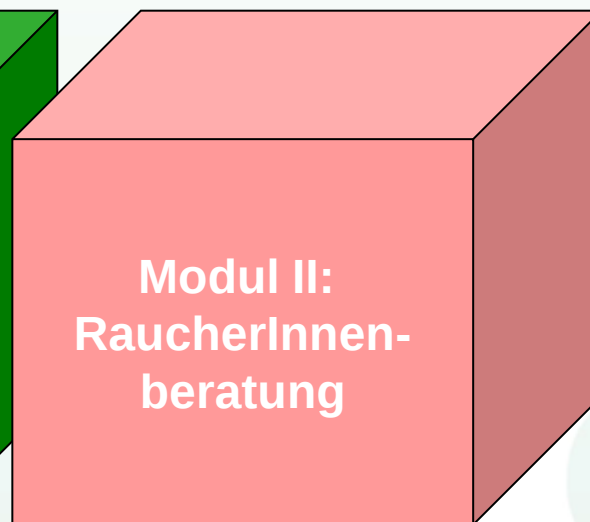
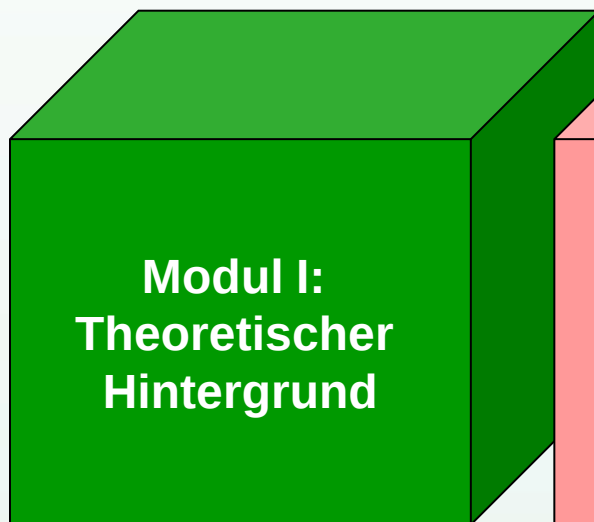
**Modul I:
Theoretischer
Hintergrund**



Tag	Inhalt	Dauer
Theoretischer Hintergrund: RaucherInnenentwöhnung – Warum?		
1	RaucherInnenprävalenz in Österreich und im internationalen Vergleich	3,5 Stunden
	Tabakprävention	
	Morbidität und Mortalität	
	Bestandteile des Tabakrauches	
	Die „gesunde“ Zigarette – „Harm Reduction“ Produkte	
	Die Vorteile des Rauchstopps	
Stadien der Änderungsbereitschaft		
1	Stadien der Änderungsbereitschaft	1 Stunde
	Strategien der Veränderung	

Tag	Inhalt	Dauer
Diagnostik und Anamnese der Tabakabhängigkeit		
1	Nikotinabhängigkeit	3,5 Stunden
	Subjektives Maß der Abhängigkeit: Der Fagerström-Test for Nicotine Dependence [FTND]	
	RaucherInnenanamnese: Dokumentation und Effekte der Diagnostik	
	Objektives Maß der Belastung: Kohlenmonoxid-Messung	

6 Module im Überblick



Tag	Inhalt	Dauer
RaucherInnenberatung		
5	Die Fünf A's	8 Stunden
	Beratungstechniken in der RaucherInnenberatung	
	Ziele und Interventionen bei RaucherInnen ohne akute Ausstiegsabsicht (Stadium Absichtslosigkeit) bei niedriger und hoher Abhängigkeit	
	Ziele und Interventionen bei RaucherInnen mit Ausstiegsabsicht (Stadium Absichtsbildung und Vorbereitung) bei nicht oder wenig abhängigem Konsum	
	Ziele und Interventionen bei RaucherInnen mit Ausstiegsabsicht (Stadium Absichtsbildung und Vorbereitung) und abhängigem Konsum	
	Rückfallprophylaxe, Umgang mit verändertem Konsumverhalten / Motivation zum Ausstiegsversuch	
	Das österreichweite Rauchfreitelefon	



Wir sind für Sie da

- Raucherberatung**
- Rückfall**
- Fragen rund um's Thema Tabak**
- Verlangensattacken**
- Mo-Fr 10:00-18:00 Uhr**

Das Rauchfrei Telefon

Das Rauchfrei Telefon ist ein kostenfreies, österreichweites Beratungs- und Informationsangebot rund um die Themen Tabak und Rauchstopp. Unter 0800 810 013 informieren und beraten wir Sie, wenn Sie Ihr Rauchverhalten verändern möchten. Wir freuen uns auf Ihren Anruf! [→ mehr](#)

Körperliche Verbesserungen

Der Rauchstopp zahlt sich immer aus! Denn bereits 20 Minuten nach der letzten Zigarette machen sich die ersten körperlichen Verbesserungen bemerkbar. Sehen Sie hier eine Übersicht über die körperlichen Vorteile, die ein Rauchstopp mit sich bringt! [→ mehr](#)

Motivation am Montag

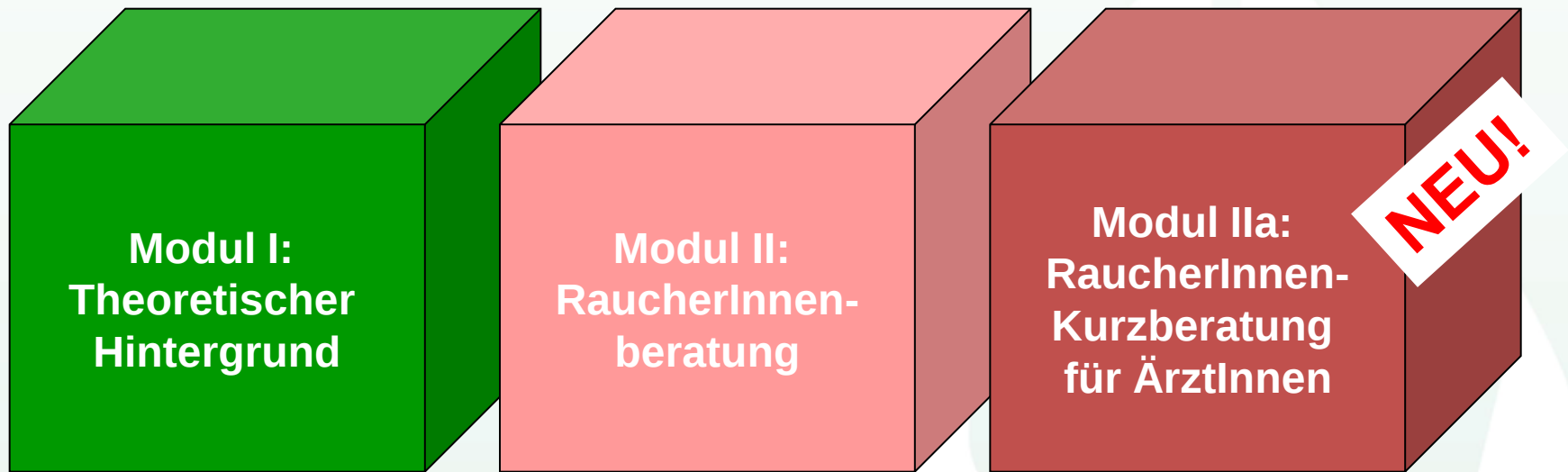
Zu Wochenbeginn haben besonders viele Menschen den Wunsch, ihr Rauchverhalten zu ändern. Sie auch? Möchten Sie rauchfrei werden und trauen sich noch nicht richtig „drüber“? Hier möchten wir Sie dazu motivieren, den Rauchstopp in Angriff zu nehmen – am Montag, oder an jedem anderen Tag! [→ mehr](#)

Initiative für einen besseren NichtraucherInnenschutz



... jetzt Initiative unterstützen
[+ Petition unterzeichnen](#)

6 Module im Überblick

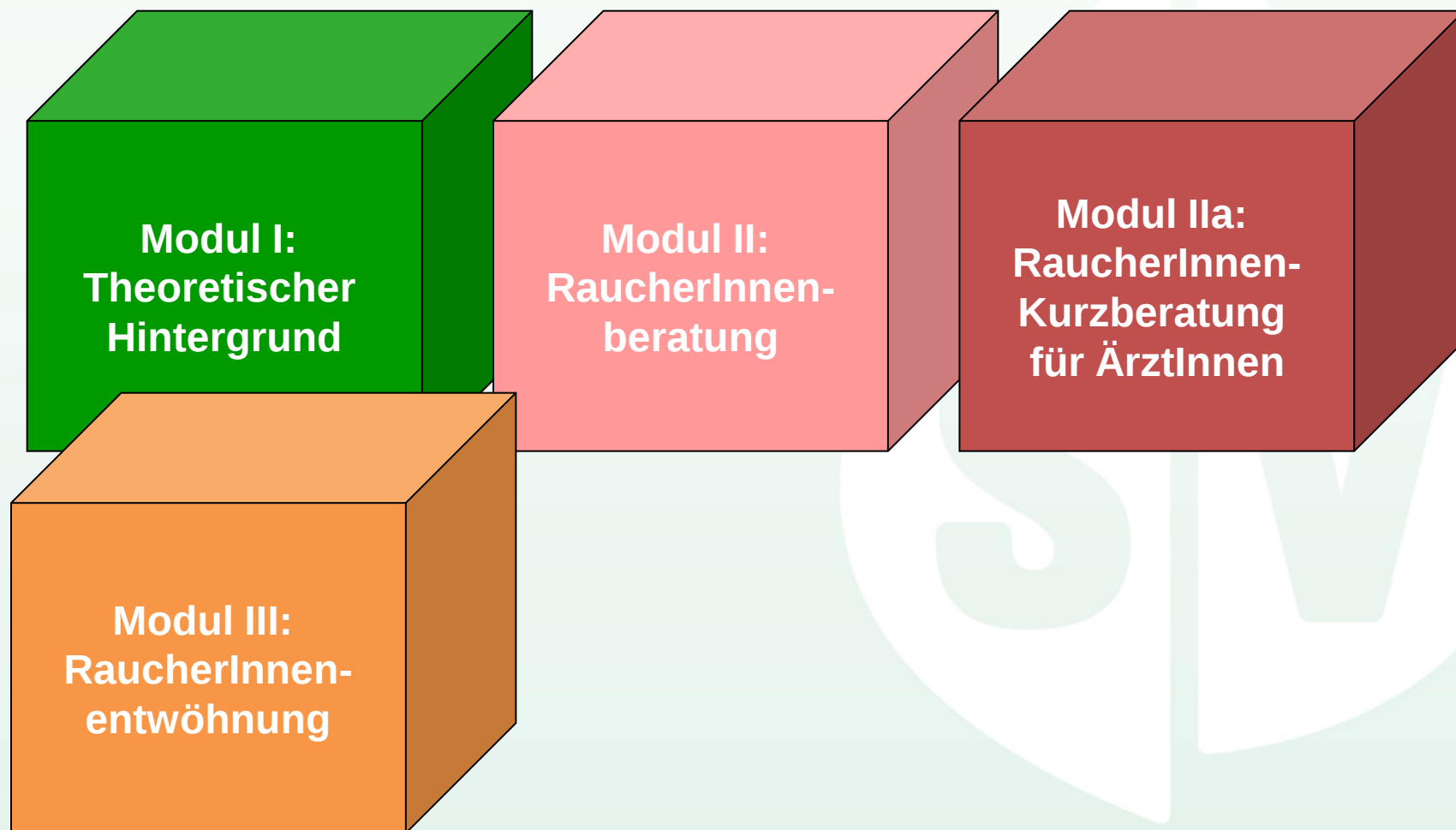


Bereits minimale Beratungen ab 3 Minuten vergrößern die Abstinenzraten.

Jede/r RaucherIn sollte daher zumindest eine Minimalberatung erhalten (Fiore et al., 2008)



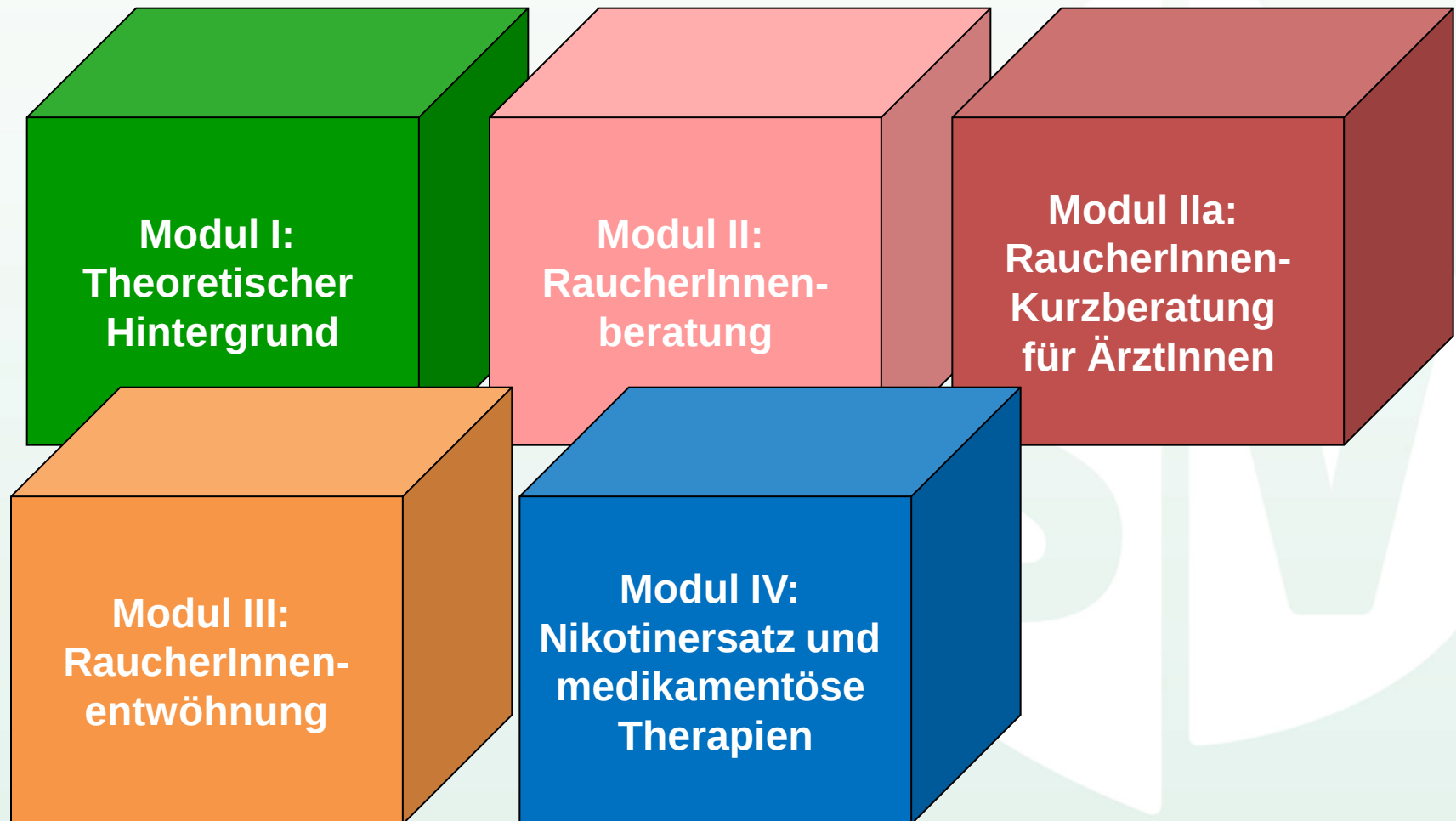
6 Module im Überblick



Tag	Inhalt	Dauer
Die ambulante RaucherInnenentwöhnung		
6 und 7	Einheit 1 – Ich sammle Informationen zum Rauchen und lerne mich selber besser kennen.	16 Stunden
	Einheit 2 – Ich lerne Alternativen zum Rauchen und ergründe meine Motivation.	
	Einheit 3 – Ich sichere meine Motivation, plane meinen Rauchstopp und habe keine Angst vorm Entzug.	
	Einheit 4 – Ich lerne mein Verlangen einzuschätzen und sammle Puzzleteile für mein rauchfreies Leben.	
	Einheit 5 – Ich steigere meine Motivation, sammle weitere Puzzleteile für mein rauchfreies Leben und lerne eine Entspannungstechnik.	
	Einheit 6 – Ich setze meine bisher erarbeiteten Puzzleteile weiterhin ein und betreibe aktiv Rückfallprophylaxe.	

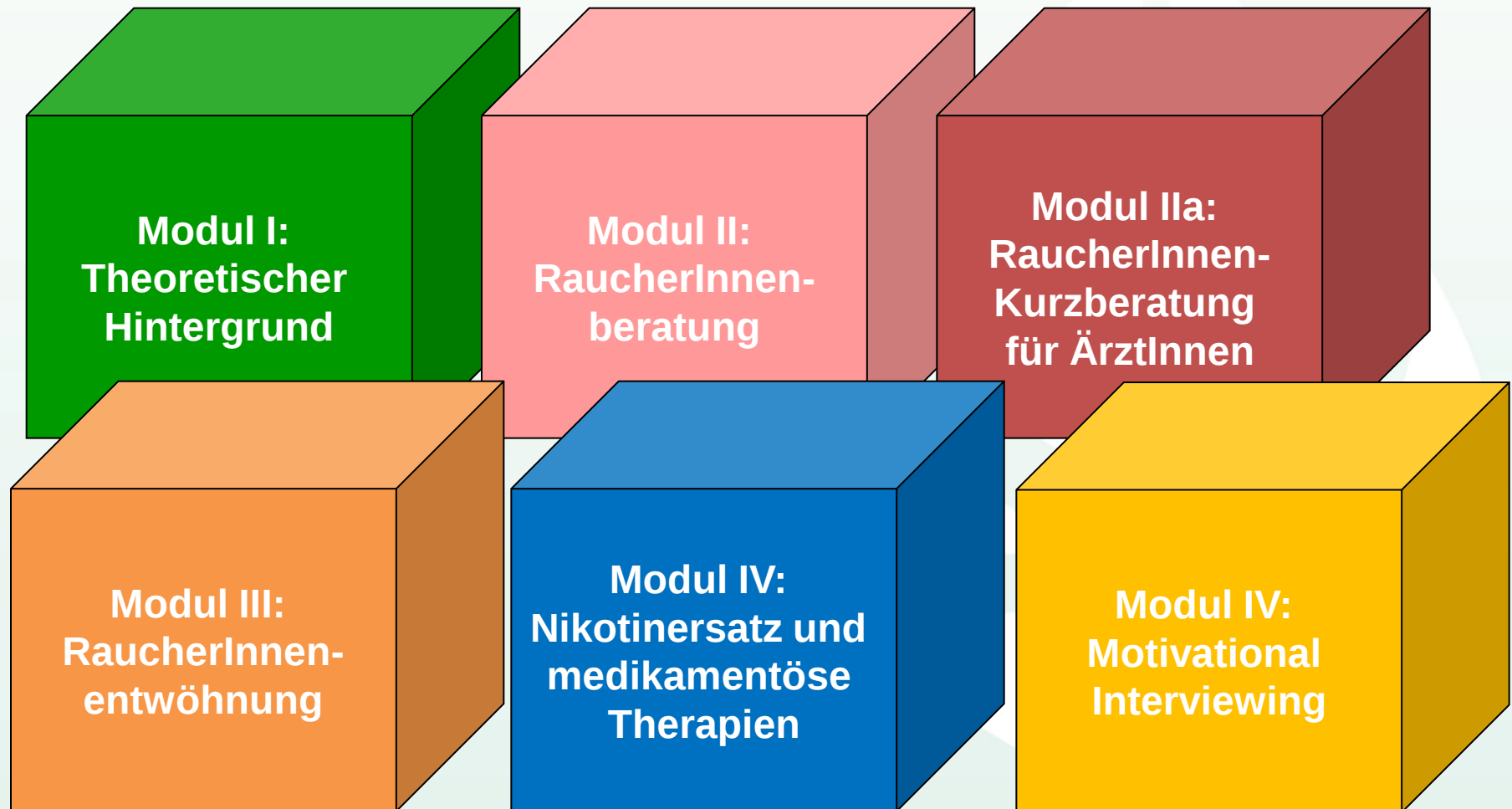
Tag	Inhalt	Dauer
Die ambulante RaucherInnenentwöhnung		
6 und 7	Einheit 7 – Telefoneinheit. Ich bespreche telefonisch wichtige Themen und Anliegen mit meinem/r TherapeutIn.	16 Stunden
	Einheit 8 – Ich stärke noch einmal meine Motivation, betreibe weiterhin aktiv Rückfallprophylaxe und erstelle meinen persönlichen Krisenplan.	
	Individuelle Nachbetreuung innerhalb der ersten 6 Monate.	

6 Module im Überblick



Tag	Inhalt	Dauer
Nikotinersatz und medikamentöse Therapien		
2	First-line Medikamente	4 Stunden
	Second-line Medikamente	
	Andere nicht empfohlene medikamentöse Hilfsmittel	
	Nicht-medikamentöse Behandlungsmethoden	
	Die elektrische Zigarette	

6 Module im Überblick

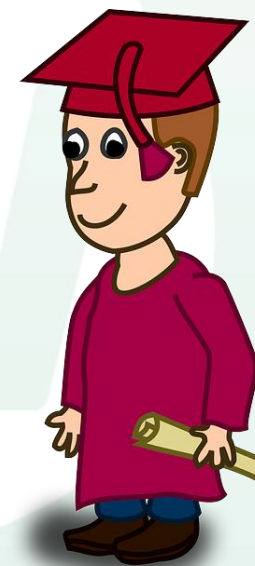


Tag	Inhalt	Dauer
Motivational Interviewing		
3 und 4	Was ist Motivierende Gesprächsführung?	16 Stunden
	Grundhaltung (Spirit) der Motivierenden Gesprächsführung	
	4 Prinzipien der Motivierenden Gesprächsführung	
	Faktoren der Veränderung	
	5 Methoden des MI	
	Kommunikationsfallen	
	Phasen des MI	
	Umgehen mit Widerstand	
	MI Kurzintervention für RaucherInnen	

Teilnahmebestätigung je Modul

**Diplom für RaucherInnenentwöhnung nach dem QS-Standard
der österr. SV** (gem. ExpertInnenempfehlung der österr. SV)

**Diplom für RaucherInnenberatung nach dem QS-Standard
der österr. SV** (gem. ExpertInnenempfehlung der österr. SV)



http://pixabay.com/p-37496?no_redirect

Diplom für RaucherInnenentwöhnung nach dem QS-Standard der österr. SV (gem. ExpertInnenempfehlung der österr. SV)

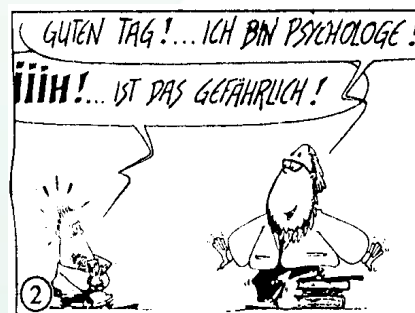
Zielgruppe:

ÄrztInnen



<http://us.cdn3.123rf.com/168nwm/antonbrand/antonbrand1104/antonbrand110400247/9342905-cartoon-doctor-in-white-coat-isolated-on-white.jpg>

PsychologInnen



<http://us.cdn3.123rf.com/168nwm/mkoudis/mkoudis0709/mkoudis070900011/1657153-junges-arzt-stehend-mit-ihrem-tasche-in-ein-krankenhaus-zimmer.jpg>

Fortbildungspunkte
werden von ÖAK und BÖP vergeben

Diplom für RaucherInnenentwöhnung

Erforderliche Module

Zusätzlich empfohlene Module

**Modul I:
Theoretischer
Hintergrund**

**Modul II:
RaucherInnen-
beratung**

**Modul IIa:
RaucherInnen-
Kurzberatung
für ÄrztInnen**

**Modul III:
RaucherInnen-
entwöhnung**

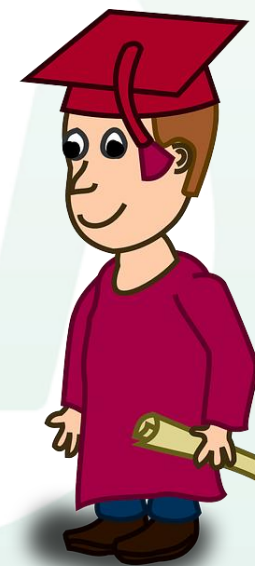
**Modul IV:
Nikotinersatz und
medikamentöse
Therapien**

**Modul IV:
Motivational
Interviewing**

Teilnahmebestätigung je Modul

**Diplom für RaucherInnenentwöhnung nach dem QS-Standard
der österr. SV** (gem. ExpertInnenempfehlung der österr. SV)

**Diplom für RaucherInnenberatung nach dem QS-Standard
der österr. SV** (gem. ExpertInnenempfehlung der österr. SV)



http://pixabay.com/p-37496?no_redirect

Diplom für RaucherInnenberatung nach dem QS-Standard der österr.

SV (gem. ExpertInnenempfehlung der österr. SV)

Zielgruppe:

Alle Gesundheitsberufe mit
KlientInnen-/PatientInnenkontakt



Diplom für RaucherInnenberatung

Erforderliche Module

Zusätzlich empfohlene Module

**Modul I:
Theoretischer
Hintergrund**

**Modul II:
RaucherInnen-
beratung**

**Modul IIa:
RaucherInnen-
Kurzberatung
für ÄrztInnen**

**Modul III:
RaucherInnen-
entwöhnung**

**Modul IV:
Nikotinersatz und
medikamentöse
Therapien**

**Modul IV:
Motivational
Interviewing**

Seit **2012** wurden **5 Lehrgänge abgehalten** – der 6. Kurs läuft aktuell in Graz in der GE Josefhof, Kurs 7 in Kärnten. Plan 2016: 2 Kurse

TeilnehmerInnen der ersten 5 Kurse: Insgesamt **120 Personen**

- 80 Diplome für Raucherberatung nach QS-Standard der SV
- 88 Diplome für Raucherentwöhnung nach QS-Standard der SV
- Liste unter: : <http://rauchfrei.at/tabakentwoehnungsexpertinnen-und-experten-nach-den-qualitaetsstandards-der-sv/>

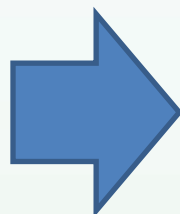
Seit Oktober 2014 geöffnet für **SV-externe** Personen

Vom Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungen zur
Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau

Veranstaltungsort: GE Josefhof

Organisation: Institut für Gesundheitsförderung und Prävention (IfGP)

Das Curriculum zieht weiter...



<http://sr.photos2.fotosearch.com/vthumb/CSP/CSP401/k4011560.jpg>

<http://us.cdn3.123rf.com/v168nwm/perysty/perysty1112/perysty111200479/11649005-illustration-der-flagge-karte-der-schweiz.jpg>



Mag. Wolfgang Goll

Leiter der Gesundheitseinrichtung Josefhof

Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau

Haideggerweg 1

A-8044 Graz

Tel.: +43/502350- 37801

Fax: +43/502350- 77800

e-mail: wolfgang.goll@vaeb.at

www.josefhof.at

