

Vorbereitung für das Patient:innengespräch

Hinweise an den Arzt bzw. die Ärztin

Als Arzt bzw. Ärztin sind Sie eine:r der wichtigsten Ansprechpartner:innen und Vertrauensperson für Ihre Patient:innen. Durch eine wiederkehrende Betreuung haben Sie die Möglichkeit, Patient:innen Maßnahmen zur Rauchentwöhnung oder einer Risikoreduktion durch alternative Möglichkeiten (Tobacco Harm Reduction) anzubieten, diese sinnvoll zu planen und die Umsetzung zu unterstützen.

Maximal-Ziel sollte immer die Rauchentwöhnung sein. Studien zeigen jedoch, dass viele Patient:innen daran scheitern (Kotz, Batra & Kastaun, 2020). Aus diesem Grund ist jede nicht gerauchte Zigarette ein Schritt in die richtige Richtung. Der Gesprächsleitfaden kann Sie dabei unterstützen.

Ziel des Gesprächsleitfadens:

- **Ärzt:in**
 - Gesprächsstruktur ermöglichen
 - Klarheit über mögliche Behandlung gewinnen
 - Wege für die Patient:innen aufzeigen
- **Patient:in**
 - Verstehen, warum die empfohlene Therapie bzw. Behandlung oder Änderung des Lebensstils notwendig ist
 - Klarheit gewinnen, welche Möglichkeiten es gibt
 - Alternativen und deren Vor- und Nachteile kennen
 - Eine eigene Entscheidung treffen können
- Informed Consent über Behandlung
- **Informationsmaterial bereitstellen**

Rahmenbedingungen für jedes Gespräch:

- Schaffen Sie eine vertrauensvolle Atmosphäre
- Stellen Sie sicher, dass die Räumlichkeiten äußere Störungen abhalten, der oder die Patient:in ein Gefühl von Sicherheit und Wertschätzung erfährt
- Annahme für die Nutzung des Gesprächsleitfadens ist die Bekanntheit des Rauchstatus
- Erörtern Sie mögliche Zusammenhänge zwischen den Rahmenbedingungen und dem Rauchen, nutzen Sie die belastenden Elemente als Verstärker (z.B. Patient:in möchte kein schlechtes Vorbild sein => „Sie geben sich große Mühe, das wird auch Ihrer Familie aufgefallen sein.“)
- Erfragen Sie die Bereitschaft Ihrer Patient:innen zum Mitwirken an einer Rauchentwöhnung oder einer alternativen Risikoreduktion
- Informieren Sie über mögliche Verfahren und deren Ablauf

Dieser Leitfaden bietet eine erste Gesprächsstruktur. Sie müssen sich nicht wortwörtlich an die Fragen und den Ablauf halten. Es hilft aber dabei, das Gespräch vollständig zu führen und mögliche Therapieoptionen für Patient:innen gleichrangig ins Gespräch zu bringen und eine für Ihre Patient:innen geeignete Intervention gemeinsam zu erarbeiten.

Ich würde mich mit Ihnen gern (noch einmal) über das Rauchen unterhalten.

✓
Patient:in stimmt zu

Haben Sie in letzter Zeit darüber nachgedacht, in Bezug auf das Rauchen etwas zu unternehmen?

✓
Ja

Was belastet Sie an der Situation und hat dazu geführt, darüber nachzudenken?

✓
Patient:in benennt Gründe

Was belastet Sie an der Situation und hat dazu geführt, darüber nachzudenken?

✓
Patient:in benennt Gründe

✗
Nein, kein Interesse ODER Nein, ich schaffe das nicht

Das respektiere ich. Dennoch muss ich Sie darauf hinweisen, dass das Rauchen von Zigaretten ernsthafte Gesundheitsrisiken birgt, lebensgefährliche Krankheiten auslösen und zum Tod führen kann. Schon erste Symptome wie Kurzatmigkeit und Husten sollten unbedingt ernst genommen werden.

Darf ich fragen, was Ihnen am Rauchen gefällt?

✓
Patient:in benennt Gründe

Bestätigung, dass man diese Motive versteht
Aufklärung, über die gesundheitlichen Risiken und mögliche Folgen, sowie Hinweis, dass man bei Symptomen wie Kurzatmigkeit und Husten unbedingt einen Arzt aufsuchen sollte.

Das Rauchen hilft Ihnen also bei
Gibt es auch Dinge, die Sie an der Situation belasten?

✓
Ja

Was belastet Sie an der Situation und hat dazu geführt, darüber nachzudenken?

✓
Patient:in benennt Gründe

Wenn das Rauchen eine Belastung für Sie darstellt, können wir gern einmal über verschiedene Möglichkeiten sprechen, die zur Verfügung stehen. Haben Sie schon einmal einen Rauchstoppversuch unternommen?

✗
Patient:in wehrt ab

In Ordnung, dennoch muss ich Sie darauf hinweisen, dass das Rauchen von Zigaretten ernsthafte Gesundheitsrisiken birgt und lebensgefährliche Krankheiten auslösen und zum Tod führen kann.

Wären Sie damit einverstanden, dass wir beim nächsten Mal noch einmal auf das Thema zu sprechen kommen?

✓
Patient:in stimmt zu

Notiz in Patient:innenakte, beim nächsten Kontakt Gespräch wiederholen

✗
Patient:in wehrt ab

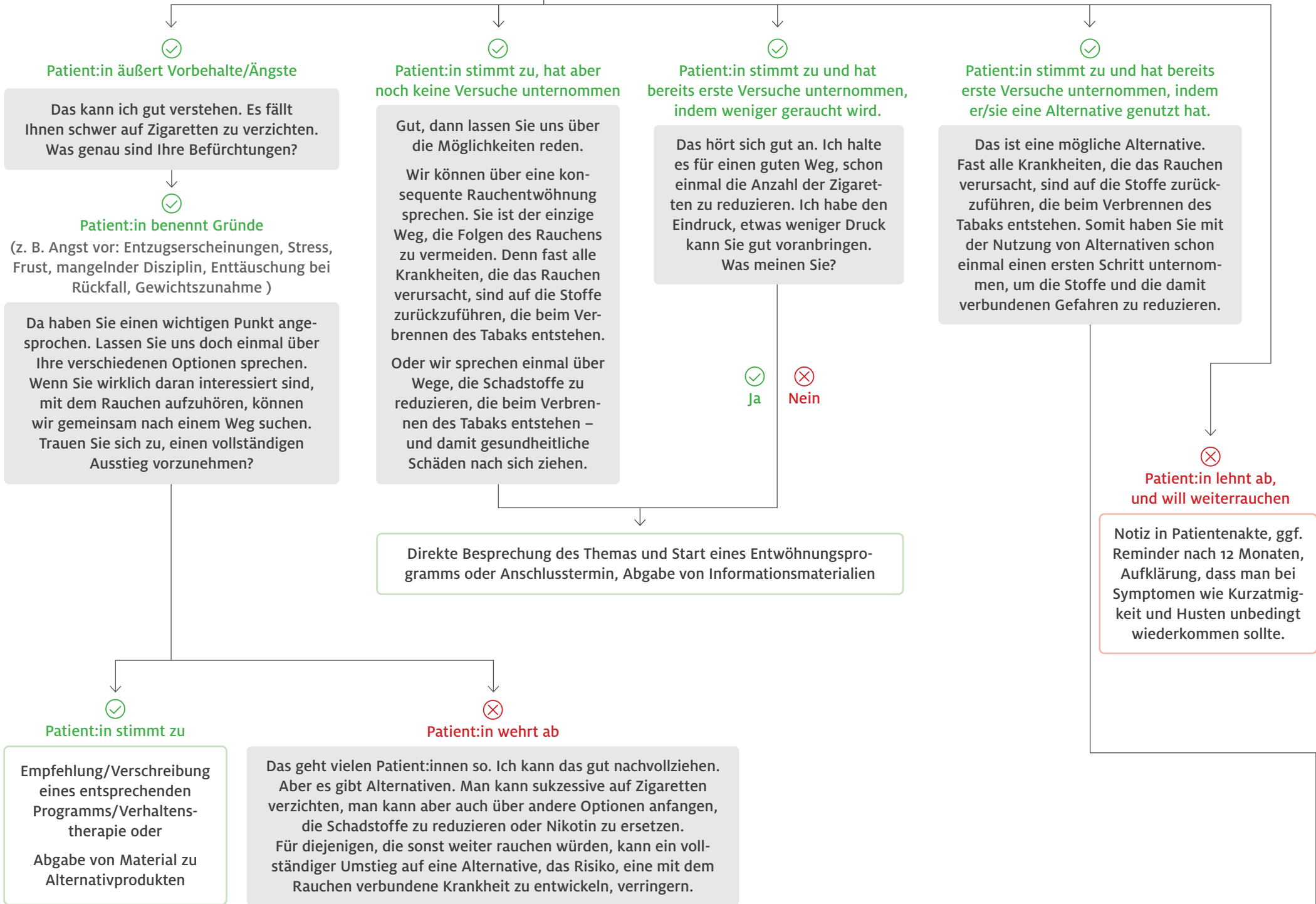
Notiz in Patient:innenakte, ggf. Reminder nach 12 Monaten, Aufklärung, dass man bei Symptomen wie Kurzatmigkeit und Husten unbedingt wiederkommen sollte.

✓
Patient:in stimmt zu

✗
Patient:in wehrt ab

Auch wenn ich mich wiederhole: Vor allem die gesundheitlichen Risiken und mögliche Folgen sind ein guter Ausstiegsgrund. Denn das Rauchen von Zigaretten birgt ernsthafte Gesundheitsrisiken, kann lebensgefährliche Krankheiten auslösen und zum Tod führen. Wären Sie damit einverstanden, dass wir beim nächsten Mal noch einmal auf das Thema zu sprechen kommen?

✗
Nein



✔ Patient:in äußert Vorbehalte/Ängste

Das kann ich gut verstehen. Es fällt Ihnen schwer auf Zigaretten zu verzichten. Was genau sind Ihre Befürchtungen?



✔ Patient:in benennt Gründe

(z. B. Angst vor: Entzugserscheinungen, Stress, Frust, mangelnder Disziplin, Enttäuschung bei Rückfall, Gewichtszunahme)

Da haben Sie einen wichtigen Punkt angesprochen. Lassen Sie uns doch einmal über Ihre verschiedenen Optionen sprechen. Wenn Sie wirklich daran interessiert sind, mit dem Rauchen aufzuhören, können wir gemeinsam nach einem Weg suchen. Trauen Sie sich zu, einen vollständigen Ausstieg vorzunehmen?



✔ Patient:in stimmt zu

Empfehlung/Verschreibung eines entsprechenden Programms/Verhaltenstherapie oder Abgabe von Material zu Alternativprodukten



✘ Patient:in wehrt ab

Das geht vielen Patient:innen so. Ich kann das gut nachvollziehen. Aber es gibt Alternativen. Man kann sukzessive auf Zigaretten verzichten, man kann aber auch über andere Optionen anfangen, die Schadstoffe zu reduzieren oder Nikotin zu ersetzen. Für diejenigen, die sonst weiter rauchen würden, kann ein vollständiger Umstieg auf eine Alternative, das Risiko, eine mit dem Rauchen verbundene Krankheit zu entwickeln, verringern.



✔ Patient:in stimmt zu, hat aber noch keine Versuche unternommen

Gut, dann lassen Sie uns über die Möglichkeiten reden. Wir können über eine konsequente Rauchentwöhnung sprechen. Sie ist der einzige Weg, die Folgen des Rauchens zu vermeiden. Denn fast alle Krankheiten, die das Rauchen verursacht, sind auf die Stoffe zurückzuführen, die beim Verbrennen des Tabaks entstehen. Oder wir sprechen einmal über Wege, die Schadstoffe zu reduzieren, die beim Verbrennen des Tabaks entstehen – und damit gesundheitliche Schäden nach sich ziehen.



✔ Patient:in stimmt zu und hat bereits erste Versuche unternommen, indem weniger geraucht wird.

Das hört sich gut an. Ich halte es für einen guten Weg, schon einmal die Anzahl der Zigaretten zu reduzieren. Ich habe den Eindruck, etwas weniger Druck kann Sie gut voranbringen. Was meinen Sie?



✔ Ja



✘ Nein

Direkte Besprechung des Themas und Start eines Entwöhnungsprogramms oder Anschlusstermin, Abgabe von Informationsmaterialien



✔ Patient:in stimmt zu und hat bereits erste Versuche unternommen, indem er/sie eine Alternative genutzt hat.

Das ist eine mögliche Alternative. Fast alle Krankheiten, die das Rauchen verursacht, sind auf die Stoffe zurückzuführen, die beim Verbrennen des Tabaks entstehen. Somit haben Sie mit der Nutzung von Alternativen schon einmal einen ersten Schritt unternommen, um die Stoffe und die damit verbundenen Gefahren zu reduzieren.



✘ Patient:in lehnt ab, und will weiterrauchen

Notiz in Patientenakte, ggf. Reminder nach 12 Monaten, Aufklärung, dass man bei Symptomen wie Kurzatmigkeit und Husten unbedingt wiederkommen sollte.

✓
Ja, das klingt gut.

Nikotin allein ist nicht in dem Maße schädlich, wie das Rauchen von Tabakzigaretten, macht aber abhängig. Insofern ist die Rauchentwöhnung ein Ziel, das wir im Auge behalten sollten. Mittlerweile gibt es aber auch eine Vielzahl an Produkten, über die Nikotin konsumiert werden kann, die jedoch auf die schädlichen Stoffe durch das Rauchen verzichten. Zu diesen Produkten gehören unter anderem Nikotinpflaster, -kaugummis aber auch E-Zigaretten oder Tabakerhitzer. Dieser Umstieg wäre in jedem Fall besser, als weiter zu rauchen. Denn mit diesen Alternativen reduzieren Sie das Risiko, eine mit dem Rauchen verbundene Krankheit zu entwickeln.

Wollen wir einmal schauen, welche Optionen für Sie in Frage kommen?

✗
Nein, jetzt nicht.

Notiz in Patient:innenakte,
beim nächsten Kontakt
Gespräch wiederholen

✓
Ja

Welches Ersatzprodukt für Sie passend ist, ist eine Frage des Ausprobierens. Wir sollten uns alle Möglichkeiten einmal in Ruhe anschauen und die Vor- und Nachteile besprechen. Sie haben mir ja bereits gesagt, dass Sie...

✗
Nein, jetzt nicht.

Abgabe von Informationsmaterial
zu Alternativprodukten, Notiz in
Patient:innenakte, beim nächsten
Kontakt Gespräch wiederholen

... gern Rauchen und das Ritual mögen.

Dass bedeutet, dass Sie besonders an das Ritual des Rauchens und den Geschmack von Zigaretten gewöhnt sind. Hier können ein rauchfreier Tabakerhitzer oder die tabakfreie E-Zigarette die richtige Wahl sein. Wenn Sie sich am Geruch von Tabakzigaretten stören, bieten sich E-Zigaretten mit ihrer Geschmacksvielfalt auch an, um der Versuchung der Tabakzigarette zu widerstehen. So gehen Sie in kleinen Schritten vor und müssen keinen sofortigen Nikotinausstieg vornehmen, der Ihnen so schwerfällt. Vielleicht erreichen wir so nach und nach das Ziel, gänzlich auf Nikotin zu verzichten.

Vor allem den Nikotinentzug
unangenehm finden/fürchten.

Produkte für die Nikotinersatztherapie wie Nikotinpflaster, -sprays und -kaugummis zeigen gewisse Erfolgschancen. Über sie wird Nikotin aufgenommen und kann so das Rauchverlangen lindern. So gehen Sie in kleinen Schritten vor und müssen keinen sofortigen Ausstieg vornehmen, der Ihnen so schwerfällt. Vielleicht erreichen wir so nach und nach das Ziel, den Nikotinkonsum gänzlich einzustellen.

Direkte Besprechung des Themas oder Anschlusstermin,
Abgabe von Informationsmaterial zu Alternativprodukten