

## Arbeitskreis Raucherentwöhnung

Wissenschaftliche und praktische Unterstützung bietet am Universitätsklinikum Tübingen der Arbeitskreis Raucherentwöhnung (AKR).

Mit dem AKR steht Ihnen eine etablierte und erfolgreiche Therapieeinrichtung zur Behandlung der Tabakhängigkeit im Anschluss an den Klinikaufenthalt zur Verfügung.

Die Arbeit des AKR besteht in der Beratung und Entwöhnungsbehandlung von Rauchern, der Durchführung wissenschaftlicher Studien, der Entwicklung von nationalen Behandlungsstandards und der Weiterbildung von Mitarbeitern im Gesundheitswesen. Inhalte unserer Forschung sind Untersuchungen zu den Grundlagen der Tabakabhängigkeit, die Überprüfung der Erfolgsaussichten bestehender Entwöhnungsprogramme und die Entwicklung innovativer Therapiekonzepte.

Das Programm ist von den Krankenkassen anerkannt, die einen Teil der Kosten erstatten.

### Arbeitskreis Raucherentwöhnung

Herrenberger Straße 23  
72070 Tübingen

Leitung: Prof. Dr. Anil Batra

Internet: [www.medizin.uni-tuebingen.de/ukpp](http://www.medizin.uni-tuebingen.de/ukpp)



## Mobile Raucherambulanz

### Leitung:

Prof. Dr. Anil Batra  
Leiter der Sektion Suchtforschung und Suchtmedizin  
Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Calwer Str. 14  
D-72076 Tübingen

### Ihr Ansprechpartner:

Matthias Pforr  
Dipl. Gesundheitswirt (FH)  
Sektion Suchtforschung und Suchtmedizin  
Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Calwer Str. 14  
D-72076 Tübingen

Tel.: 07071-29 8 33 33

Email: [matthias.pforr@med.uni-tuebingen.de](mailto:matthias.pforr@med.uni-tuebingen.de)

### Projekträger:



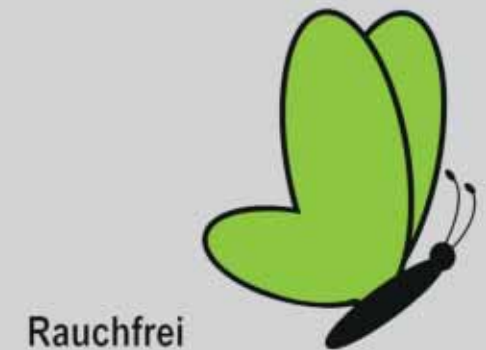
[www.tumorzentrum-tuebingen.de](http://www.tumorzentrum-tuebingen.de)  
[tumorzentrum@med.uni-tuebingen.de](mailto:tumorzentrum@med.uni-tuebingen.de)

Gefördert durch die Deutsche Krebshilfe e.V. im Rahmen des Programms „Onkologische Spitzenzentren“



## Mobile Raucherambulanz

### Informationen für Patienten



Rauchfrei  
aus der  
Klinik

## Mobile Raucherambulanz

### Für wen ist das Angebot?

Das Angebot richtet sich an alle rauchenden Patientinnen und Patienten des UKT.

### Wie läuft diese Beratung ab?

- Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, sich unverbindlich mit uns über Ihr Rauchverhalten zu unterhalten.
- Wir möchten Ihnen nichts aufdrängen oder Sie belehren, sondern Sie zu einem Rauchstoppversuch ermutigen.
- Gerne besprechen wir dabei gemeinsam mit Ihnen Ihr bisheriges Rauchverhalten, bisherige Aufhörversuche und erarbeiten mit Ihnen einen für Sie passenden Weg aus der Abhängigkeit.
- Messung der Nikotinabhängigkeit (Fagerström-Test) und des CO-Gehaltes in der Ausatemluft
- Auf Wunsch arrangieren wir Ihnen einen Kurs zur Tabakentwöhnung im Anschluss an Ihren Klinikaufenthalt.
- Wenn Sie möchten, organisieren wir Ihnen eine telefonische Beratung zur Tabakentwöhnung nach Ihrer Entlassung (Rauchertelefon des Deutschen Krebsforschungszentrums)

### Wie kann ich eine Beratung in Anspruch nehmen?

Im Rahmen Ihres Aufenthaltes wird Ihnen von Mitarbeitern aus dem ärztlichen, pflegerischen und sozialtherapeutischen Bereich die Möglichkeit einer Raucherberatung angeboten. Sollte dies nicht der Fall sein, so sprechen Sie Mitarbeiter gezielt darauf an. Sie vermitteln Ihnen gerne ein entsprechendes Angebot.

## Gründe für einen Rauchstopp

- Schon drei Tage nach der letzten Zigarette bessert sich die Funktion der Atemwege.
- Bereits eine Woche nach einem Rauchstopp sinkt der Blutdruck. Zwei Jahre nach einem Rauchstopp hat ein Exraucher fast das gleiche Risiko für Herz-Kreislauf-erkrankungen wie ein Nichtraucher.
- Ein Rauchstopp verbessert die medikamentöse Therapie bei Herz- Kreislauf-erkrankungen.
- Ein Rauchstopp bessert auch die Symptome der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD), verlangsamt deren Verlauf und verlängert das Leben.
- Bereits innerhalb einiger Jahre sinkt das Erkrankungsrisiko für die meisten Krebsarten deutlich – je früher der Betreffende mit dem Rauchen aufhört, umso besser ist die Wirkung.
- Zehn Jahre nach einem Rauchstopp hat der Exraucher ein nur noch halb so hohes Risiko an Lungenkrebs zu erkranken, als hätte er dauerhaft weiter geraucht.
- Nach einem Rauchstopp verschwinden die Verfärbungen der Finger und Zähne, die Haut glättet sich und bekommt ein frischeres Aussehen und der schlechte Geruch der Haare und der Kleidung verschwindet.
- Ein Rauchstopp verbessert die Wundheilung und verringert das Risiko bakterieller Infektionen
- Finanzielle Ersparnisse, Gesteigerte körperliche Fitness, Verbesserung von Fruchtbarkeit und Potenz u.v.m.

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie rauchen? Vielleicht haben auch Sie schon mit dem Gedanken gespielt, das Rauchen zu beenden? Oder denken Sie eventuell gerade jetzt hier im Krankenhaus vermehrt darüber nach?

Den Vorsatz mit dem Rauchen aufzuhören kennen viele Raucher. Doch leider mündet dieses Bemühen nur für wenige in einem rauchfreien Leben. Denn Rauchen ist weit mehr als eine „schlechte Angewohnheit“ und gilt als Suchterkrankung mit hohem Abhängigkeitspotential.

Für interessierte Raucher besteht am Universitätsklinikum Tübingen die Möglichkeit sich unverbindlich zum Thema Raucherentwöhnung beraten zu lassen.

Dieses Angebot möchten wir Ihnen mit diesem Flyer kurz vorstellen.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Team der Mobilen Raucherambulanz