

„Raucherentwöhnung in der Praxis? Aber ja, sicher doch!“

Durch erfolgreiches Nichtrauchertraining ließen sich viel Leid und Kosten sparen. Mit der Umsetzung hapert es allerdings in vielen Praxen – nur wenige Ärzte bieten Rauchern entsprechende Unterstützung aktiv an. Anders das Nichtrauchertrainingsprogramm von Dr. Udo Böhm, das jetzt über M+R Praxismarketing auf den Markt kommt. Seit Jahren führt der Unterwössener Allgemeinarzt Nichtraucherberatungen durch. Und das Schöne an seinem Konzept: Arzt und Patient profitieren nachweisbar!



Herr Dr. Böhm, wer mit dem Rauchen aufhören will, kann es einfach lassen oder sich Unterstützung in der Apotheke holen. Was ist das Besondere an Ihrem Nichtrauchertrainingskonzept, warum kommen Raucher zu Ihnen?

Dr. Böhm: Weil es eben viele nicht alleine schaffen und immer mehr Raucher meine Unterstützung haben möchten. Und damit meine ich weder den erhobenen Zeigefinger noch eine Broschüre über Nikotinkaugummi. Meine Unterstützung sieht zum Beispiel so aus, dass ich mir ausreichend Zeit für den entwöhnungswilligen Raucher nehme. Manche Ex-Nikotiner kommen in der Anfangsphase täglich in meine Praxis.

„MANCHE RAUCHER KOMMEN ANFANGS TÄGLICH ZU MIR“

Was können Sie ihnen anbieten?

Dr. Böhm: Eine individuell zugeschnittene Betreuung: oft Einzelgespräche, manchmal Gruppenarbeit, evtl. kombiniert mit Medikamenten, Akupunktur oder Hypnose. Vor allem muss ich den Menschen aber begleiten und unbedingt dauerhaft motivieren.

Stellen Sie Ihr Gesamtkonzept zur Raucherentwöhnung kurz vor?

Dr. Böhm: Das VitaMed-Nichtrauchertrainingspaket enthält verschiedene Bausteine, beispielsweise das Konzept der Bundesärztekammer für die Einzelberatung, ein evaluiertes Programm für die Gruppenarbeit und ein Entspannungstraining. Das Trainingspaket umfasst allerdings nicht nur theoretische Infor-

mationen, sondern vor allem praxistaugliche Unterlagen, beispielsweise Handouts, Folien für die Vorträge und Formulare für die Teilnehmer – man kann praktisch sofort damit arbeiten.

„DER ARZT MUSS WISSEN, WELCHE PATIENTEN RAUCHEN“

Was ist für Sie der erste Schritt zum Nichtraucher spezialisten?

Dr. Böhm: In der Praxis müssen Sie mehrere Faktoren bedenken: Sie müssen den Raucher erkennen, ihn für sein Problem sensibilisieren, dann zu einer Verhaltensänderung motivieren und ihn auf seinem oft schweren Weg langfristig begleiten, ihm also auch bei Rückfällen mit Rat und Tat zur Seite stehen. Jeder Schritt ist dabei wichtig. Aber natürlich sollte der Arzt wissen, welche Patienten rauchen und ob sie aufhören wollen.

Wie funktioniert das bei Ihnen?

Dr. Böhm: In meiner Praxis ist das Thema Nikotin eigentlich immer präsent, schon auf dem Praxisschild steht 'Raucherberatung'. Und meine Arzthelferinnen wissen ganz genau, welche Anlässe sie nutzen sollen, um nach dem Nikotinkonsum zu fragen. Natürlich bleibt es nicht bei der Frage, sondern ich werde entsprechend informiert.

Welche Rolle spielen die Arzthelferinnen grundsätzlich in dem Programm?

Dr. Böhm: Eine große! Die Arzthelferinnen erfahren viel umstandsloser als ich etwas über das Rauchverhalten der Patienten. Sie können da mit meiner

Unterstützung sehr viele Informationen abfragen und die Raucher über das Nichtrauchertraining informieren. Bei den Gruppenschulungen sind die Arzthelferinnen selbstverständlich auch eingebunden: Sie können nach entsprechender Ausbildung die meisten Sitzungen mit meinen Unterlagen selbst gestalten.

Ist Nichtrauchertraining etwas für jeden Arzt und jede Praxis?

Dr. Böhm: Ja und nein: Mein Programm enthält alle Unterlagen, um sich in eine Raucherberatung in Form von Einzelgesprächen und Seminaren einzuarbeiten. Aber interessanterweise haben Ärzte und Raucher oft ein ganz ähnliches Problem. Beide stehen nämlich vor der Frage, ob sie ihr Leben wirklich radikal verändern wollen – und die Bereitschaft dazu entscheidet über den Erfolg.

„VIELE ÄRZTE SCHEUEN DEN ERSTEN SCHRITT“

Wie meinen Sie das?

Dr. Böhm: Jeder von uns kennt Raucher, die 'eigentlich' ganz gerne aufhören würden zu rauchen. Mit diesem 'eigentlich' ist schon alles über die Ernsthaftigkeit der Motivation gesagt. Und ich kenne viele Ärzte, die ebenfalls 'eigentlich' viel mehr Präventionsleistungen anbieten wollen, beispielsweise eben Raucherentwöhnung. Manchen Ärzten geht es mit der Umsetzung ganz genauso wie den Rauchern. Sie wollen etwas verändern, aber sie nehmen den ersten Schritt nicht in Angriff.

