

# Rauchende Patienten: einige Behandlungsempfehlungen



Jacques Cornuz

Prof. Dr. med., Chefarzt,  
Poliklinik des Universitäts-  
spitals, Lausanne

Die meisten Raucherinnen und Raucher wollen eines Tages mit dem Rauchen aufhören. Dieser Artikel gibt einige Empfehlungen für die Behandlung rauchender Patienten und Patientinnen.

Eine Frage wird derzeit häufig gestellt: «Herr/Frau Doktor, soll ich die elektronische Zigarette versuchen?» Sie können antworten: «Sicherlich!» Für Personen, die regelmässig rauchen, ist es besser, zur E-Zigarette zu wechseln. Sie müssen aber darauf hingewiesen werden, dass das rauchbedingte Krankheitsrisiko nur partiell verringert wird, wenn dieser Wechsel unvollständig bleibt, also beide Produkte konsumiert werden (E-Zigaretten und Tabak), da selbst ein geringer Tabakkonsum (2–5 Zigaretten/Tag) das Risiko erhöht, an tabakbedingten Erkrankungen zu sterben. Es gibt keine Daten, die belegen, dass die E-Zigarette eine wirksame Hilfe ist, um mit dem Rauchen aufzuhören.

## «Bei der Nikotinsubstitution besteht keine Gefahr der Überdosierung.»

Um mit rauchenden Patientinnen und Patienten auf einer Wellenlänge zu sein, kann es hilfreich sein, den «Genuss»-Aspekt anzusprechen. Oft sprechen Raucherinnen und Raucher, selbst wenn sie sehr motiviert sind aufzuhören, von einigen «Genuss»-Zigaretten, besonders denen am Morgen und nach dem Essen. Im Motivationsgespräch sollte jedoch vermittelt werden, dass dieser «Genuss» vor allem ein Belohnungsgefühl (*rewarding*) ist, das durch den erneuten Tabakkonsum nach einer zeitweiligen Unterbrechung (nachts und beim Essen) entsteht. Hier sollte den Patientinnen und Patienten gesagt werden, dass sie künftig diesem «Genuss» entsagen und sich auf einen gewissen Verlust einstellen müssen.

Wenn ein Patient oder eine Patientin entschlossen ist, nicht mehr zu rauchen, sind bei der Behandlung folgende Punkte zu beachten:

Bei jeder Person, die regelmässig raucht (mehr als 5–10 Zigaretten/Tag), ist eine Nikotinentzugsbehandlung indiziert. Die Wahl der Therapie richtet sich nach den Vorlieben der Person und bestimmten Kontraindikationen. Dabei ist eine Kombination aus einem Präparat mit langer Wirkdauer (Depotpflaster, Bupropion) und einem Präparat mit kurzer Wirk-

dauer (Inhalator, Kaugummi) zu empfehlen. Bei der Nikotinsubstitution besteht keine Gefahr der Überdosierung. Vielmehr besteht das Risiko einer Unterdosierung und somit eines Rückfalls aufgrund einer unzureichenden Substitution. Auch Vareniclin ist eine empfohlene Therapieoption. Die Patientin oder der Patient muss ein Aufhördatum festlegen. Damit wird eine Verpflichtung sich selbst und dem Arzt gegenüber eingegangen. Innerhalb von 48 bis 72 Stunden nach dem Aufhördatum sollte ein erneuter (telefonischer) Kontakt erfolgen. Bei dieser Gelegenheit sollte die Behandlung angepasst und der Patient oder die Patientin beglückwünscht werden.

Gründe für einen Rückfall sind: 1. nicht ausreichend geklärt Zweifel in Bezug auf den Rauchstopp; 2. eine unzureichende Nikotinsubstitution; 3. Druck durch Gleichaltrige oder den Partner oder die Partnerin; 4. Gewichtszunahme; 5. Gefühlsbewältigung. Die Erfahrung zeigt, dass Männer häufig bei positiven Anlässen rückfällig werden, zum Beispiel auf einer Party oder bei einem Sieg ihres Sportklubs. Frauen hingegen neigen in persönlich schwierigen Situationen mit negativen Gefühlen (Streit, Beziehungsprobleme) zu einem Rückfall.

### Rauchstopp-Wettbewerb 2014

Zum Welttag ohne Tabak am 31. Mai findet erneut der Rauchstopp-Wettbewerb statt, dieses Jahr vom 2. bis 30. Juni. Mit dieser Aktion unterstützt das Nationale Rauchstopp-Programm die ärztliche Beratung zum Rauchstopp.

Die Geldpreise von einmal 5000 und zehnmal 500 Franken motivieren viele Raucherinnen und Raucher, einen Aufhörversuch zu machen. Mit jedem Versuch steigt die Chance für den endgültigen Ausstieg aus der Nikotinabhängigkeit.

Eine Anmeldung ist möglich online auf [www.at-schweiz.ch](http://www.at-schweiz.ch) (Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch und Türkisch) oder schriftlich mit der Wettbewerbskarte (zusätzlich auch Albanisch, Portugiesisch, Serbisch/Kroatisch/Bosnisch und Spanisch). Die Anmeldekarte, ein Plakat und weitere Unterlagen können kostenlos bestellt werden auf [www.at-schweiz.ch](http://www.at-schweiz.ch) oder unter der Telefonnummer 031 599 10 20.

Partnerorganisationen des Wettbewerbs sind die Verbindung der Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH, pharmaSuisse – Schweizerischer Apothekerverband, die Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft, der Schweizer Berufsverband der Pflegefachfrauen und Pflegefachmänner und Swiss Dental Hygienists. Der Wettbewerb wird durch den Tabakpräventionsfonds finanziert.

Korrespondenz:  
Prof. Dr. med. Jacques Cornuz  
Policlinique médicale  
universitaire  
Quartier UNIL-CHU  
Rue du Bugnon 44  
CH-1011 Lausanne  
Tel. 021 314 05 06  
Fax 021 314 60 99