



Curriculum
„Qualifikation Tabakentwöhnung“
Aufbaumodul
Tabakentwöhnung mit strukturiertem Therapieprogramm

1. Auflage
Berlin im Oktober 2010

Herausgeber:
Bundesärztekammer

**Texte und Materialien der Bundesärztekammer
zur Fortbildung und Weiterbildung**

In Zusammenarbeit mit:

Prof. Dr. Anil Batra, Leiter der Sektion Suchtforschung und Suchtmedizin am Universitätsklinikum Tübingen, Vorsitzender Wissenschaftlicher Aktionskreis Tabakentwöhnung (WAT) e.V., **Dr. Pal Bölcskei**, Leiter des Instituts für Raucherberatung & Tabakentwöhnung, **Dr. Christoph Kröger**, Leiter der IFT-Gesundheitsförderung

Die in diesem Werk verwandten
Personen- und Berufsbezeichnungen
sind, auch wenn sie nur in einer Form auftreten,
gleichwertig auf beide Geschlechter bezogen.

Aufbaumodul

Tabakentwöhnung mit strukturiertem Therapieprogramm

Einführung:

Im Bundesärztekammer Curriculum „Qualifikation Tabakentwöhnung“ (20 Std.) werden Kenntnisse zum Tabakproblem im gesellschaftlichen Kontext, den gesundheitlichen Folgen des Tabakkonsums, der Tabakabhängigkeit, den Methoden der Tabakentwöhnung sowie Fertigkeiten zur motivierenden Gesprächsführung, zu Beratungstechniken und Interventionsprozeduren vermittelt und Vorgehensweisen zur Etablierung der Tabakentwöhnung am ärztlichen Arbeitsplatz erarbeitet.

Darauf baut dieses Modul auf: Die im Curriculum erworbenen Kenntnisse und Fertigkeiten werden im Einzel- oder Gruppensetting in einem Tabakentwöhnungsprogramm angewandt, Fertigkeiten im Anleiten von und Arbeiten mit einer Gruppe werden eingeübt sowie Problemlösungsstrategien im Umgang mit schwierigen Gruppensituationen bei der Kursdurchführung geschult.

Dieses Modul basiert auf den nach § 20 SGB V anerkannten Programmen zur Tabakentwöhnung. Es wurde gemeinsam mit deren Autoren, anerkannten Experten der Tabakentwöhnung, entwickelt.

Qualitätsmerkmale und Inhalte für strukturierte Tabakentwöhnungsprogramme

Die in diesem Modul vermittelten Programme sind qualitätsgesichert und bauen auf evidenzbasierten Tabakentwöhnungsbehandlungen auf oder haben sich als Gesamtprogramm im Rahmen der Evaluation als effektiv erwiesen.

Basierend auf internationalen Leitlinien wird als durchgängig effektivste Strategie ein multimodales Vorgehen, das neben einer kognitiven verhaltenstherapeutischen Behandlung die medikamentöse Behandlung einbezieht, angewandt.

Die Behandlung gliedert sich in drei Phasen:

- Festigung der Motivation
- Beendigung des Tabakkonsums
- Stabilisierung des rauchfreien Lebens.

Die Programminhalte sind:

- Strategien zum Festlegen eines persönlichen Stopptags
- Medikamentöse Unterstützung bei Bedarf
- Aneignen des neuen rauchfreien Verhaltens durch Hausaufgaben
- Festigen des rauchfreien Verhaltens mithilfe von Techniken der Selbstbeobachtung, Belohnung und Selbstkontrolle
- Vermeidung von Rückfällen durch Vermittlung von Problemlösefertigkeiten
- Psychoedukative Elemente wie Informationen zum Rauchen
- kognitive Elemente wie das Umdefinieren von Anstrengungen oder die Korrektur falscher Erwartungen
- Soziale Unterstützung
- Schaffung abstinenzförderlicher Umgebungsbedingungen

Formal gesehen soll ein Programm mindestens 8 Kurseinheiten à 45 min. umfassen.

Laut der Metaanalysen im Bereich der Tabakentwöhnung (Fiore et al. 2008, Stead und Lancaster 2005) sind die folgenden Programminhalte evidenzbasiert:

- verhaltenstherapeutisch basiertes Rückfallmanagement
- Problemlösetraining
- Fertigkeitentraining
- soziale Unterstützung

und sollen daher in allen Programmen enthalten sein.

Die Nachbetreuung der Kursteilnehmer mit telefonischem Kontakt ist gleichfalls ein evidenzbasierter Programminhalt in der Tabakentwöhnung. Für andere Behandlungsinhalte wie Entspannungsübungen oder Atemübungen, Kontingenzmanagement, Maßnahmen zur Gewichtskontrolle, die Behandlung von affektiven Problemen und die ausschleichende Reduktion des Zigarettenkonsums als Einzelkomponente liegt noch keine Evidenzbasierung vor.

Diese Qualitätsmerkmale und Inhalte gelten sowohl für Gruppen- als auch für Einzelprogramme.

Weitere Anforderungen

Voraussetzung für eine Teilnahme an diesem Aufbaumodul ist die erfolgreiche Teilnahme am 20-stündigen Curriculum „Qualifikation Tabakentwöhnung“ der Bundesärztekammer.

Um eine intensive Betreuung zu gewährleisten, ist die Qualifizierung in kleinen Gruppen von maximal 12 Teilnehmern zu empfehlen.

Den teilnehmenden Ärzten wird ein Kursmanual zur eigenen Verwendung sowie geeignete Dokumentations-, Informations- und Beratungsmaterialien zur Weitergabe an Kursbesucher ausgehändigt. Des Weiteren werden begleitende Materialien zur detaillierten Beschreibung des vermittelten Programms (Zielgruppe, Ziel der Maßnahme, Inhalte, Methodik, Nachweis der Wirksamkeit, Organisatorische Hinweise) zur Verfügung gestellt.

Die Kursleiter des Aufbaumoduls müssen die Qualitätsanforderungen der „Empfehlungen zur ärztlichen Fortbildung“ erfüllen, sollten zusätzlich über eine mehrjährige Erfahrung in der Anwendung der Tabakentwöhnung im Sinne des Curriculums „Qualifikation Tabakentwöhnung“ verfügen und in der Durchführung einer Gruppentherapie zur Tabakentwöhnung geschult worden sein.

Lernziele:

- Der Lernende kennt den strukturierten Ablauf eines qualitätsgesicherten Tabakentwöhnungsprogramms und dessen spezifische Programminhalte. Er weiß um die Wirkung und die Evidenz der Maßnahmen und Techniken.
- Der Lernende hat Kenntnisse zum Ablauf und zur Wirkungsweise von Gruppenprozessen.
- Der Lernende ist in der Lage, eine Gruppe in dem jeweiligen Programm anzuleiten und den Kursteilnehmern die vorgesehenen Inhalte und Fertigkeiten zu vermitteln.
- Der Lernende kann die Aktivität und Motivation einer Gruppe fördern sowie Gruppenübungen durchführen und auswerten und beherrscht didaktische Methoden zur Psychoedukation.
- Der Lernende kann mit schwierigen Situationen in der Gruppe umgehen.

Inhalte und Kursstruktur:

Das Aufbaumodul umfasst 8 Stunden, wobei 2 Stunden in einem vorbereitenden ggf. online gestützten Selbststudium absolviert werden können.

Für das Selbststudium kommen insbesondere folgende Lernaufgaben in Betracht:

- Durcharbeiten der begleitenden Materialien (Informations-, Beratungs- und Dokumentationsunterlagen, Kursmanual) des Programms als Vorbereitung auf den Präsenzanteil des Kurses und Formulierung von Fallbeispielen zur Vorbereiten von Gruppenübung mit entsprechender Aufgabenstellung des Kursleiters (z. B. Rollenspielsituation)

	Inhalt	zeitlicher Umfang
1.	Einführung in das Programm <ul style="list-style-type: none">▪ Programmstruktur und -inhaltsübersicht▪ Erklärung der Wirkungsweise des Entwöhnungsprogramms	1 h
2.	Gestaltung des Kurses (mit Übungen) <ul style="list-style-type: none">▪ Erarbeiten, Demonstrieren und Erproben der einzelnen Kurseinheiten▪ Besonderheiten zur Anwendung des Programms im Einzelsetting	3h
3.	Anleiten einer Therapiegruppe (mit Übungen) <ul style="list-style-type: none">▪ Kennenlernen, Mitarbeit fördern, motivieren▪ Methoden der Psychoedukation▪ Gruppenübungen anleiten und auswerten	2 h
4.	Strategien zum Umgang mit schwierigen Situationen und Erfolgsfaktoren für die Durchführung von Entwöhnungsprogrammen (mit Fallbeispielen und Übungen) <ul style="list-style-type: none">▪ Umgang mit störenden Teilnehmern▪ Reaktionen auf Kritik▪ Ängste, Rückfälle und ausbleibender Erfolg▪ Widerstand und fehlende Zusammenarbeit	2 h

Quellen und weiterführende Literatur

- Leitlinien der Dt. Ges. f. Suchtforschung und Suchttherapie (DG-Sucht) und der Dt. Ges. f. Psychiatrie, Psychotherapie und Nervenheilkunde (DGPPN)
- Qualitätsmerkmale von Raucherbehandlungen – definierte Standards, Batra A, Kröger C, Lindinger P, Pötschke-Langer M (2008) SUCHT, 54:95-100
- Tabakentwöhnungsprogramme:
 - o „Nichtraucher in 6 Wochen“ - Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Tübingen (UKPP)
 - o „Rauchfrei-Programm“ - Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)
 - o „Rauchfrei werden“ - Institut für Raucherberatung & Tabakentwöhnung (IRT)