

Tabakentwöhnung in Kooperation mit dem österreichweiten Rauchertelefon

A.M. Stummer, U. Stadlhofer und S. Meingassner

Gesundheitsförderung und Prävention, Niederösterreichische Gebietskrankenkasse, St. Pölten, Österreich

Schlüsselwörter

Tabakprävention – Tabakentwöhnung – telefonische Beratung – Rauchertelefon – Rauchstopp – Fax-Anmeldung – Kooperation

Key words

tobacco prevention – smoking cessation – telephone counselling – quitline – fax referral – cooperation

Tabakentwöhnung in Kooperation mit dem österreichweiten Rauchertelefon

Die WHO zählt die telefonische Tabakentwöhnung zu den drei wichtigsten Maßnahmen einer umfassenden Tabakpräventionsstrategie. In Österreich leistet das Rauchertelefon seit seiner Gründung im Mai 2006 diesen zentralen Beitrag. Das österreichweite Rauchertelefon bietet für die Tabakentwöhnung sowie für die Aufrechterhaltung eines rauchfreien Lebens adäquate Beratungskonzepte an, die sich als sinnvoll, effizient und langfristig wirksam herausgestellt haben. In diesem Artikel werden zwei Kooperationsmodelle vorgestellt, welche die Zusammenarbeit von Expertinnen und Experten aus dem Gesundheitswesen mit dem Rauchertelefon forcieren. Abschließend geben einige statistische Kenngrößen aus dem Jahr 2008 Einblick in die Inanspruchnahme des Rauchertelefons sowie in das Abhängigkeitsprofil des Beratungsklientels.

Engl. Titel■

WHO number quitline counseling among the three most important measures of a comprehensive smoking prevention strategy. In Austria the quitline "Rauchertelefon" performs since its foundation in May 2006 this central contribution. For smoking cessation as well as the maintenance of a smokefree life the Austrian quitline offers adequate consultation concepts which have turned out to be sensible, efficient und long-term efficiently. In this article two cooperation models, which force the cooperation of health care professionals with the quitline, are introduced. Finally some statistical characteristics from the year 2008 give insight into the claim of the "Rauchertelefon" as well as into the dependence profiles of the clients.

Telefonische

Tabakentwöhnung wirkt!

Der Stellenwert telefonischer Tabakentwöhnung wird aufgrund seiner Effizienz und Wirksamkeit international klar herausgestrichen. Ganzheitliche Ansätze zur Tabakprävention und -entwöhnung funktionieren nur, wenn niederschwellige Ausstiegshilfen bereitgestellt werden. Daher zählt die WHO Rauchertelefone, sogenannte Quitlines, neben dem ärztlichen Rat zum Rauchstopp und Pharmakotherapie zu den wichtigsten drei Maßnahmen einer umfassenden Tabakpräventionsstrategie. Fiore und Mitarbeiter streichen dies im Update der Clinical Practice Guideline 2008 ganz klar heraus [1]: "Telephone quitline counseling is effective with diverse populations and has broad reach. Therefore, both clinicians and health care delivery systems should ensure patient access to quitlines and promote quitline use".

Es wird empfohlen, dass sowohl Ärztinnen und Ärzte als auch Institutionen des Gesundheitssystems Patientinnen und Patienten den Zugang zu Rauchertelefonen gewährleisten und zu deren Benutzung raten.

Das österreichweite Rauchertelefon

Das österreichweite Rauchertelefon ist eine Initiative der Sozialversicherungsträger, der Länder und des Bundesministeriums für Gesundheit, betrieben von der Niederösterreichischen Gebietskrankenkasse.

Unter der Nummer 0810 810 013 erfolgt österreichweit für maximal EUR 0,10/Minute professionelle telefonische Beratung durch

klinische und Gesundheitspsychologinnen ■■■. Außerhalb der Öffnungszeiten (Montag bis Freitag zwischen 13 Uhr und 18 Uhr) steht ein Anrufbeantworter zur Verfügung. Wer Name und Telefonnummer hinterlässt, wird zurückgerufen.

Die Homepage www.rauchertelefon.at stellt aktuelle Informationen sowie ein Forum zum Austausch untereinander bereit.

Das Beratungskonzept des Rauchertelefons besteht formal grundsätzlich aus zwei Optionen: dem reaktiven und dem proaktiven Angebot. Unter das "reaktive Angebot" fallen alle eingehenden Anrufe, auf welche die Beraterinnen mit dem Abheben des Telefonhörers reagieren. Rund die Hälfte dieser eingehenden Anrufe sind Informationsgespräche, die andere Hälfte Beratungsgespräche. Das "proaktive Angebot" umfasst ausgehende Anrufe, die von den Beraterinnen des Rauchertelefons initiiert werden. Hier handelt es sich ausschließlich um Beratungsgespräche, für die ein fixer Telefontermin vereinbart wird. Proaktive Beratung, also eine längerfristige Begleitung, die bis zu sechs Gespräche beinhaltet, findet dann statt, wenn im Erstgespräch eine Zieldefinition in Richtung Tabakabstinenz erfolgt: bei rauchenden Anruferinnen/Anrufern der Rauchstopp, bei Exraucherinnen/Exrauchern Maßnahmen zur Rückfallprophylaxe. Die Beratungsgespräche erfolgen ausschließlich telefonisch, die Gesprächsdauer variiert zwischen 5 und 45 Minuten.

Das Rauchertelefon dient weiterhin als Schnittstelle zu Entwöhnungsangeboten in ganz Österreich. Anrufende erhalten auf Wunsch Informationen über ambulante und stationäre Angebote zur Raucherentwöhnung. Hierunter fallen sowohl Entwöhnungsangebote, die von der öffentlichen Hand gefördert werden (z.B. Länder), Beratungsstellen in öffentlichen Einrichtungen (z.B. Krankenhäuser, Ambulanzen) sowie Angebote von Expertinnen und Experten verschiedener Gesellschaften (z.B. Ärztekammer, Österreichische Gesellschaft der Pneumologie, Berufsverband österreichischer Psychologinnen und Psychologen). Für Auskünfte bezüglich Pharmakotherapie, unter anderem Nikotinersatz, verweisen die Beraterinnen auf Apotheken und Ärzteschaft.

Kooperationsmodelle

Die Grundlage der Kooperationsmodelle bildet eine Überweisung bzw. Anmeldung von Klientinnen/Klienten beim Rauchertelefon per Fax-Formular. Hierbei haben sich zwei Arten als besonders erfolgreich herausgestellt: Das Modell "Rauchfrei per Fax" ist eine Anmeldung von entwöhnungswilligen Raucherinnen/Rauchern für ein Erstgespräch mit der Option auf proaktive Beratung. Das Modell "Rauchfrei in den Alltag" ist eine telefonische Nachbetreuung stationärer und ambulanter Entwöhnungsangebote und dient zur Stabilisierung des rauchfreien Lebens.

Die Kooperationsmodelle bieten zahlreiche Vorteile: Für Klientinnen und Klienten ist die Anmeldung unverbindlich, niederschwellig und kostenfrei. Für Kooperationspartner entfällt ein geringer Zeitaufwand und sie können sicher sein, dass sie auf professionelle Beratung verweisen. Für das Rauchertelefon besteht durch die individuelle Zeiteinteilung der Klientinnen/Klienten die Vermeidung sogenannter Peaks, welche die Erreichbarkeit für Erstanrufer/innen einschränken.

2008, im zweiten Jahr nach Einführung, sind bereits 170 Anmeldungen per Fax beim Rauchertelefon eingegangen. 88% der angemeldeten Klientinnen bzw. Klienten erhielten eine Beratung. 12% waren telefonisch nicht erreichbar.

Rauchfrei per Fax

Sprechen Professionistinnen/Professionisten des Gesundheitswesens [2], das heißt Ärztinnen/Ärzte, Psychologinnen/Psychologen oder Krankenpfleger/innen das Rauchverhalten der Patientinnen oder Patienten an, wird die Motivation zum Rauchstopp nachweislich gefördert und Hilfe in Anspruch genommen. Selten haben die Professionistinnen/Professionisten jedoch die Zeit, die Erfahrung oder die Ausbildung, eine umfassende Beratung zum Rauchstopp anzubieten. Durch eine Vernetzung der Akteure der medizinischen Grundversorgung mit dem Rauchertelefon kann eine wichtige Lücke in der Betreuung von behandlungsbedürftigen Raucherinnen bzw. Rauchern geschlossen werden [3]. Das Modell ist an ein bewährtes amerikanisches Modell [4] angelehnt und sehr

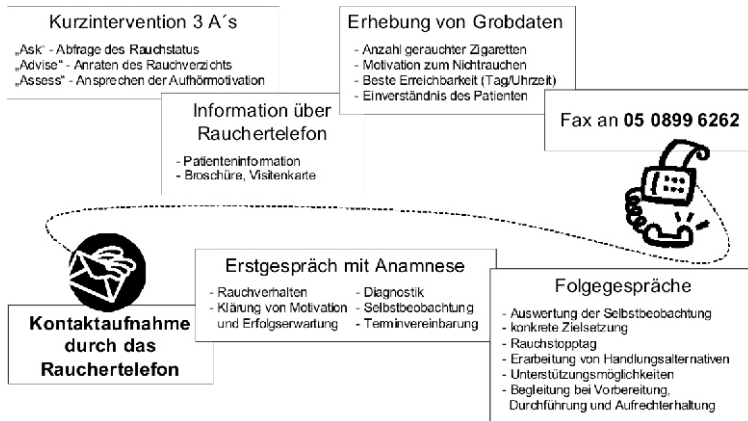


Abb. 1. ■

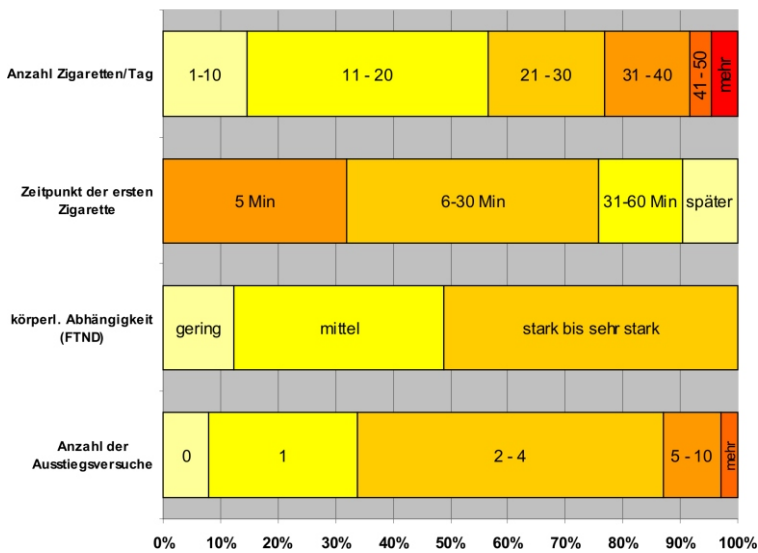


Abb. 2. ■

einfach und praktikabel in der Durchführung. Interessierte Raucher/innen können nach persönlicher Einwilligung direkt von einer Professionistin bzw. einem Professionisten des Gesundheitswesens durch ein Fax-Formular zu einem Erstgespräch am Rauchertelefon angemeldet werden. Das Team des Rauchertelefons nimmt den telefonischen Kontakt auf und bietet einen Termin für ein Erstgespräch an. Den Verlauf von der Kurzintervention zur Fax-Anmeldung bis hin zur Kontaktaufnahme mit der Raucherin bzw. dem Raucher beschreibt Abbildung 1.

Rauchfrei in den Alltag

Die Nachbetreuung zur Rückfallprophylaxe und Stabilisierung der Tabakabstinenz nimmt einen zunehmenden Stellenwert im Angebot des Rauchertelefons ein. Die Umsetzung und Aufrechterhaltung der Rauchfreiheit im Alltag stellt ehemalige Raucher/innen oft vor große Herausforderungen. Exraucher/innen, die im Rahmen eines ambulanten oder stationären Angebots den Rauchstopp umgesetzt haben, werden mit bis zu drei stabilisierenden Beratungsgesprächen unterstützt. Nach Beendigung der Behandlung einer kooperierenden Institution wird ein Fax mit der persönlichen Einwilligung der Patientin bzw. des Patienten an das Rauchertelefon gesendet. Das Team des Rauchertelefons nimmt den telefonischen Kontakt auf und bietet bedarfsgerechte Nachbetreuung an.

Wer ruft beim Rauchertelefon an? [5]

Im Jahr 2008 wurde die Nummer 0810 810 013 insgesamt 5.600 Mal angewählt. Es kam zu 3.200 Kontakten mit dem Beratungsteam, die in 1.900 Erst- und 1.300 Folgekontakten unterschieden werden konnten. Daraus ergaben sich, abzüglich Aufleger und Testanrufe, effektiv 2.300 Informations- und Beratungsgespräche mit den Expertinnen des Rauchertelefons.

Der Großteil der Anrufer/innen sind mit 53% "Raucher/innen", die zum Rauchstopp motiviert sind. Weitere Anruftypen sind "Exraucher/innen" (6%) und "Angehörige" von Raucherinnen/Rauchern (4%). Immerhin 8% der Anrufe kommen von interessierten Professionistinnen/Professionisten aus dem Gesundheitswesen und aus der Medienbranche. Der Rest setzt sich aus "Testanrufen" oder "Auflegern" zusammen.

Das Geschlecht ist gleichmäßig verteilt auf 50% männliche und 50% weibliche Anrufer.

Die Anrufer/innen weisen ein Alter von 14 bis über 80 Jahre auf, das Hauptklientel ist zwischen 35 und 55 Jahre alt. Durch den gesetzlich verankerten Aufdruck der Nummer des Rauchertelefons auf jeder 14. Zigarettenpackung ist ein deutlicher Anstieg des ju-

gendlichen Klientels zu verzeichnen. Die Anrufmotivation dieser Gruppe unter 18 Jahren reicht von Informationsbedarf zum Rauchstopp über Neugier und Interesse bis hin zu Spaß- und Testanrufen.

Das Beratungsklientel [5]

Der Großteil der Raucher/innen, der Beratung des Rauchertelefons in Anspruch nimmt, weist eine starke körperliche Abhängigkeit auf (Abb. 2). Rund 75% der Klientinnen und Klienten rauchen bereits binnen der ersten halben Stunde nach dem Aufwachen die erste Zigarette, 45% rauchen mehr als eine Packung pro Tag. Mindestens einen Ausstiegsversuch haben 92% der Raucher/innen vor ihrem ersten Kontakt mit dem Rauchertelefon bereits unternommen. Gerade aufgrund dieses anspruchsvollen Klientels sind die Evaluationsdaten des Rauchertelefons mit 31% rauchfreien Beratungsklientinnen und -klienten sowie 33% Raucherinnen und Rauchern, die ihren Konsum deutlich reduzierten, sehr erfolgreich und bestätigen die Qualität der Einrichtung als wichtige Institution für aufhörwillige Raucher/innen in ganz Österreich.

- [4] *Bentz CJ et al.* The feasibility of connecting physician offices to a state-level tobacco quitline. *American Journal of Preventive Medicine.* 2006; 30: 31-37.
- [5] *Stummer AM, Meingassner S, Stadlhofer U, Stulik M, Müller C.* Jahresbericht Rauchertelefon. Eigenverlag; 2008.

Mag. Alexandra M. Stummer
Gesundheitsförderung und Prävention
Niederösterreichische Gebietskrankenkasse
Kremser Landstraße 3
A-3100 St. Pölten
e-mail: alexandra.stummer@noegkk.at

Kontakt

Das Rauchertelefon
Österreichweit unter 0810 810 013
Montag bis Freitag: 13 – 18 Uhr
(max. EUR 0,10/Minute)
www.rauchertelefon.at
info@rauchertelefon.at

Literatur

- [1] *Fiore MC, Jaén CR, Baker TB et al.* Treating tobacco use and dependence: 2008 Update. *Clinical Practice Guideline.* Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Services. Public Health Service; May 2008.
- [2] Newsletter Tabakentwöhnung, WHO-Kollaborationszentrum für Tabakkontrolle am DKFZ Heidelberg, Nr. 16, Juni 2006 und Nr. 17, September 2006.
- [3] Newsletter Tabakentwöhnung, WHO-Kollaborationszentrum für Tabakkontrolle am DKFZ Heidelberg, Nr. 21, Februar 2007.