

Motivationsstrategien für Raucherentwöhnung bei alkoholabhängigen Patienten

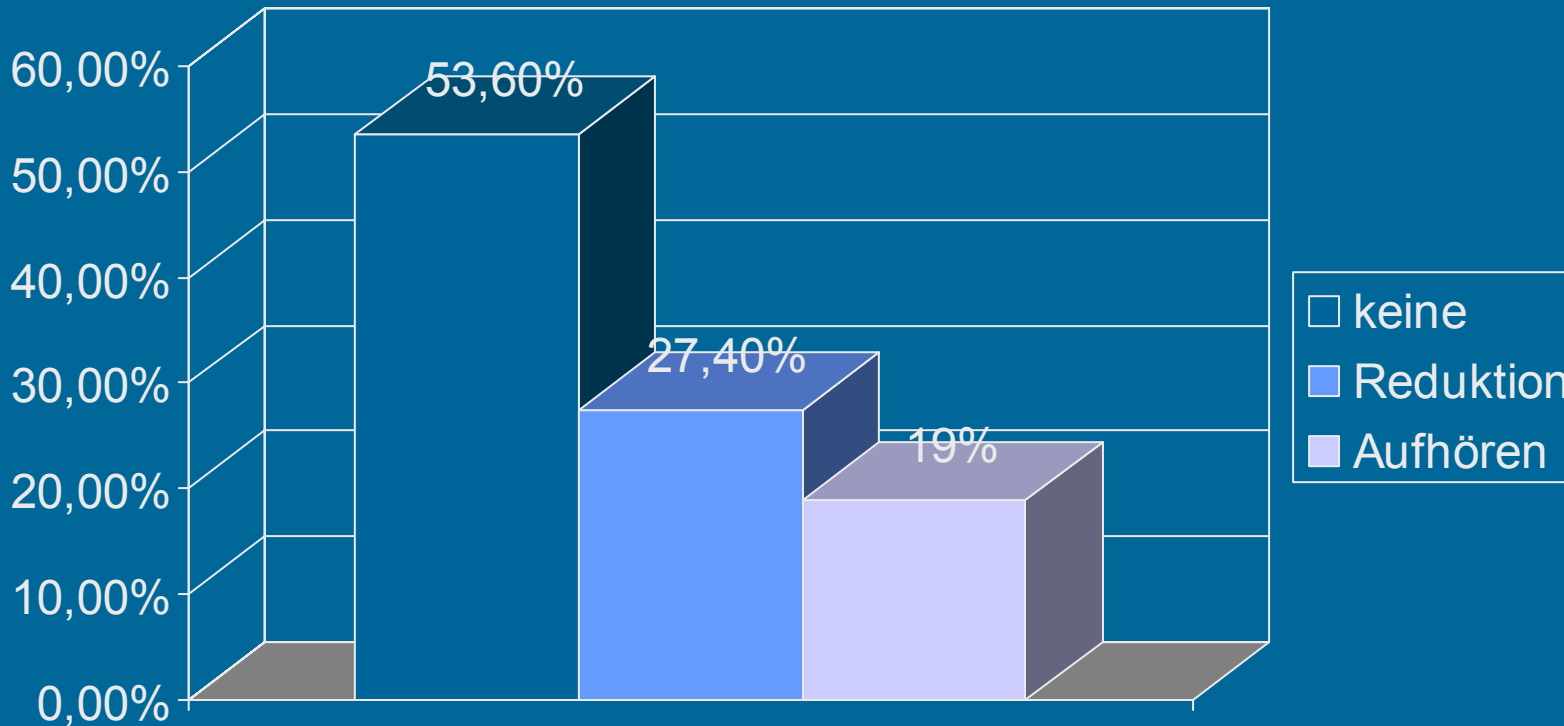


Fachklinik Tönisstein
Dr. M. Wallroth &
Dipl.-Psych. M. Kloss

„Raucherentwöhnung: muss das *jetzt* sein?“

- Kaum Vorbereitung
- „unangenehme“ Überraschung
- „Kümmern Sie sich erst mal um das eine...!“
- Angst vor Überforderung („darauf auch noch verzichten!“)
- Angst vor Versagen
- Angst, Alkoholabstinenz zu gefährden
- Fazit: Widerstand!

Veränderungswunsch der Raucher zu Beginn (N = 416)



Argumente für Raucherentwöhnung bei alkoholabhängigen Patienten - die schlechten Nachrichten

- Hohe Prävalenz (70 % und mehr)
- potenziertes Gesundheitsrisiko
- z.B. Risikoerhöhung bei Speiseröhrenkrebs:
14 % (Alkohol) bzw. 7 % (Tabak) vs. 51%
(Alkohol + Tabak)
- bei abstinenten Alkoholikern tabakassoziierte
Erkrankungen als häufigste Todesursache
- parallele Suchtstrukturen/hohe Assoziations-
stärke/gegenseitige Rückfallgefährdung...

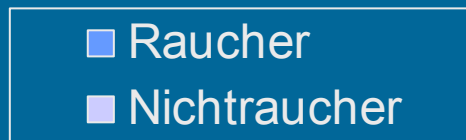
Argumente für Raucherentwöhnung bei alkoholabhängigen Patienten - gute Nachrichten

- Transfer von Know-how in *einer* Entwöhnungsbehandlung
- Nutzung *einer* „Auszeit“ in abstinentzförderlichen Strukturen
(Voraussetzung: restriktive Tabakpolitik in der Klinik!)
- ganzheitliche, umfassende und nachhaltige Lösung zweier gravierender gesundheitlicher Probleme

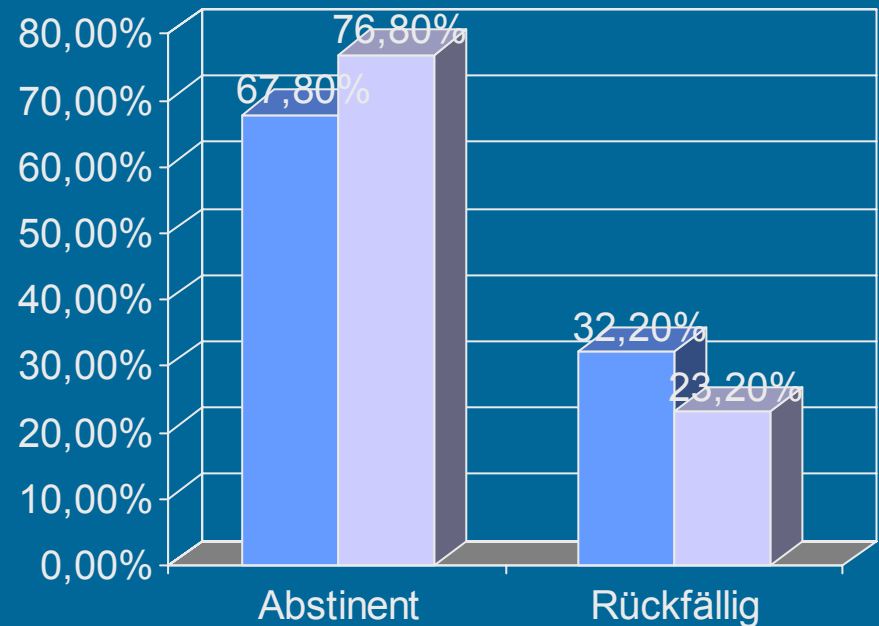
Argumente für Raucherentwöhnung bei alkoholabhängigen Patienten - noch eine gute Nachricht

Förderung - auf
keinen Fall

Gefährdung - der
Alkoholabstinenz
durch Tabak-
abstinenz!



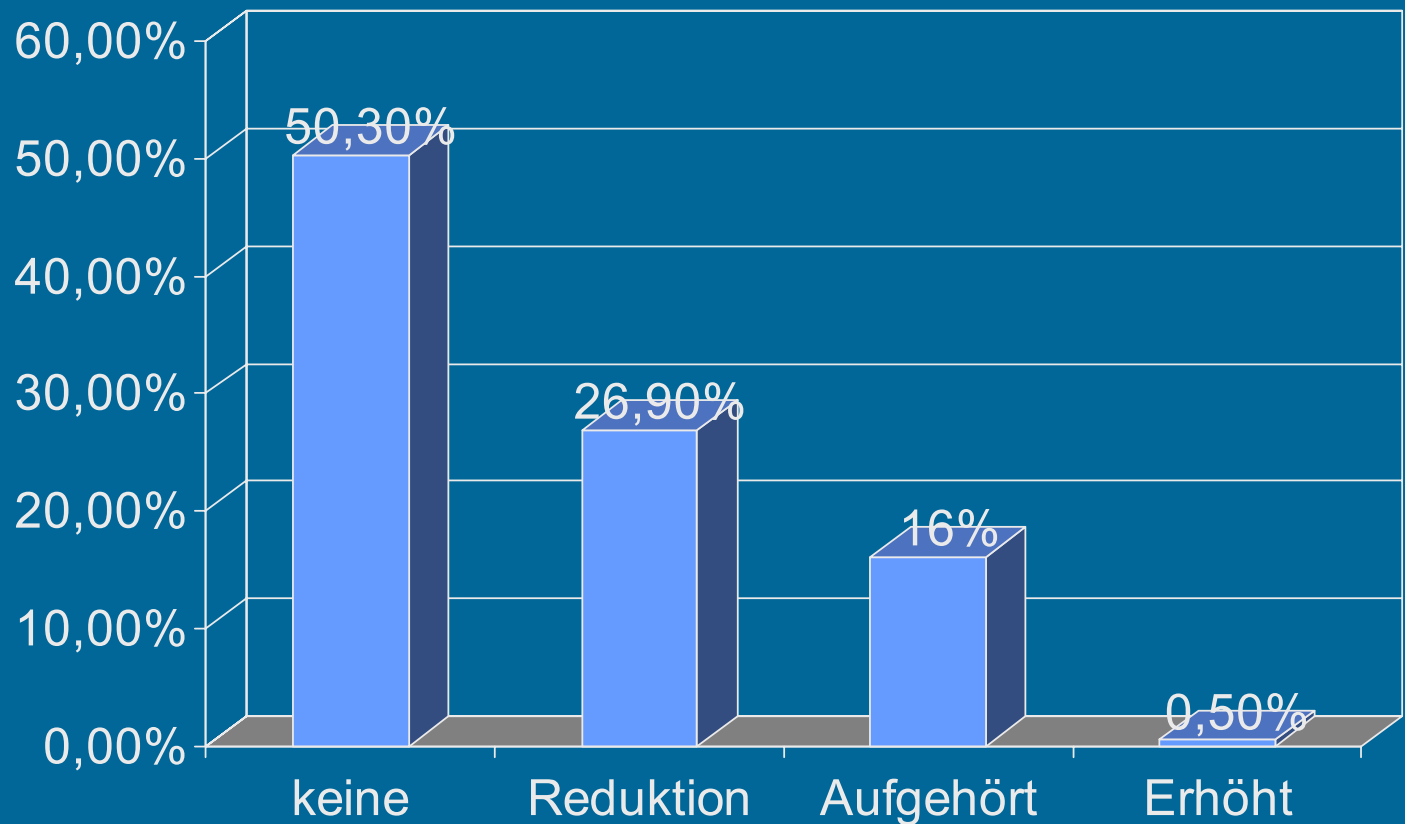
Alkoholabstinenz und
Rauchen: 1 - Jahres -
katamnesen



Für die Motivierten: Nichtraucher - Training

- Freiwillige Teilnahme
- Nutzung der beschriebenen Transfer- und Synergieeffekte
- Vorbereitung, Durchführung und Aufrechterhaltung eines Tabakstopps mit den üblichen verhaltenstherapeutischen Methoden

Veränderung des Tabakkonsums der Motivierten bei Behandlungsende (N = 193)



Die eigentliche Herausforderung: Motivierung der Unmotivierten

- Keine Abschreckung!
- Kein Streit um „richtige“ Argumente!
- Aber: Gruppenteilnahme ist Pflicht!

Motivierung der Unmotivierten: Beziehungsarbeit

- Raum für Enttäuschung, Ärger und Widerstand lassen
- explizite Würdigung der Ausgangssituation (Überraschung, Überforderung, Ängste, Scham...)
- Thematisierung der therapeutischen Beziehung (Alternative zur Co-Abhängigkeit)
- Transparenz bzgl. des Erfolgskriteriums: Übergang ins Nichtraucher-Training

Motivierung der Unmotivierten: Bilanzieren und den Weg weisen

- Etablierte therapeutische Beziehung als Basis für weitere Schritte
- Abgleich bzgl. des Suchtcharakters des Rauchens: ICD/DSM, Jellinek, Fagerström (wenn nötig: Hinterfragung eines positiven Raucher-Images)
- Zwischenbilanz: „Nichts spricht für das Rauchen, aber die Angst gegen das Nichtrauchen?“

Motivierung der Unmotivierten: Bilanzieren und den Weg weisen

- Einführung der Argumente gegen das Weiterräumen als Beweggründe für das Pflichtangebot:
Einladung zu Perspektivenwechsel und Identifikation
- Einführung der Argumente für den Rauchstopp *jetzt* als „gute Nachricht“ und Anreiz

Motivierung der Unmotivierten: Bilanzieren und den Weg weisen

- Ermutigung zum alkoholabstinenten und rauchfreien Leben (erweiterter Begriff „zufriedener Abstinenz“)
- „Wie könnte ich es schaffen?“
 - „Nichtraucher - Training!“
- Funktionalitätsanalyse und Suche nach Verhaltensalternativen/Gewinnen als „Vorgeschmack“ („Was wäre, wenn...?“)

Motivierung der Unmotivierten: Besonderheiten der Vorgehensweise

- Nutzung des stationären therapeutischen Settings für verstärkte „Beziehungsarbeit“
- höhere Direktivität bei Bilanzierung, Aufbau von Ambivalenz und Entscheidungsfindung
- gezielte Einbindung der Idee eines rauchfreien Lebens in die Entscheidung für ein Leben in Alkoholabstinenz
- starke Betonung des Suchtcharakters des Rauchens zur Mobilisierung entsprechender Coping-Ressourcen aus dem Kontext (z.B.: Funktionalitätsanalyse; Rückfallvorbeugung)

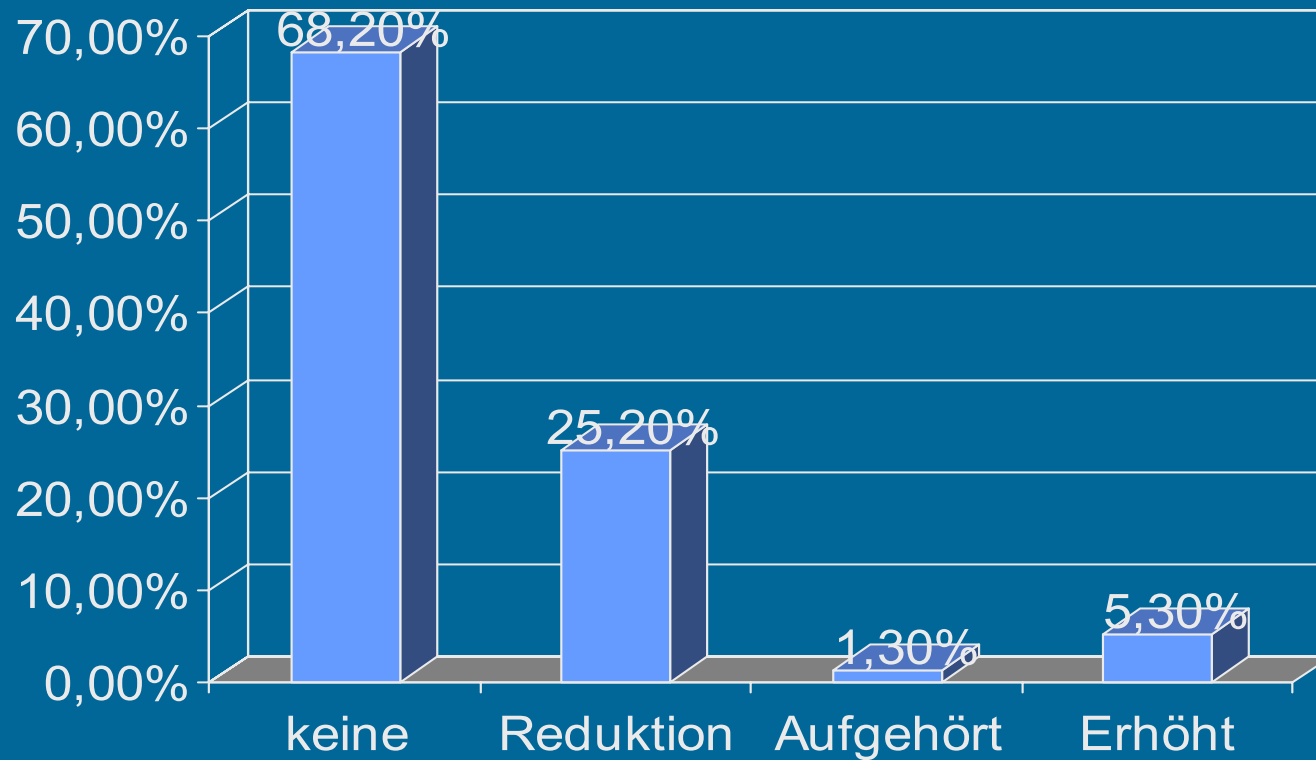
Evaluation

Ausgangssituation:

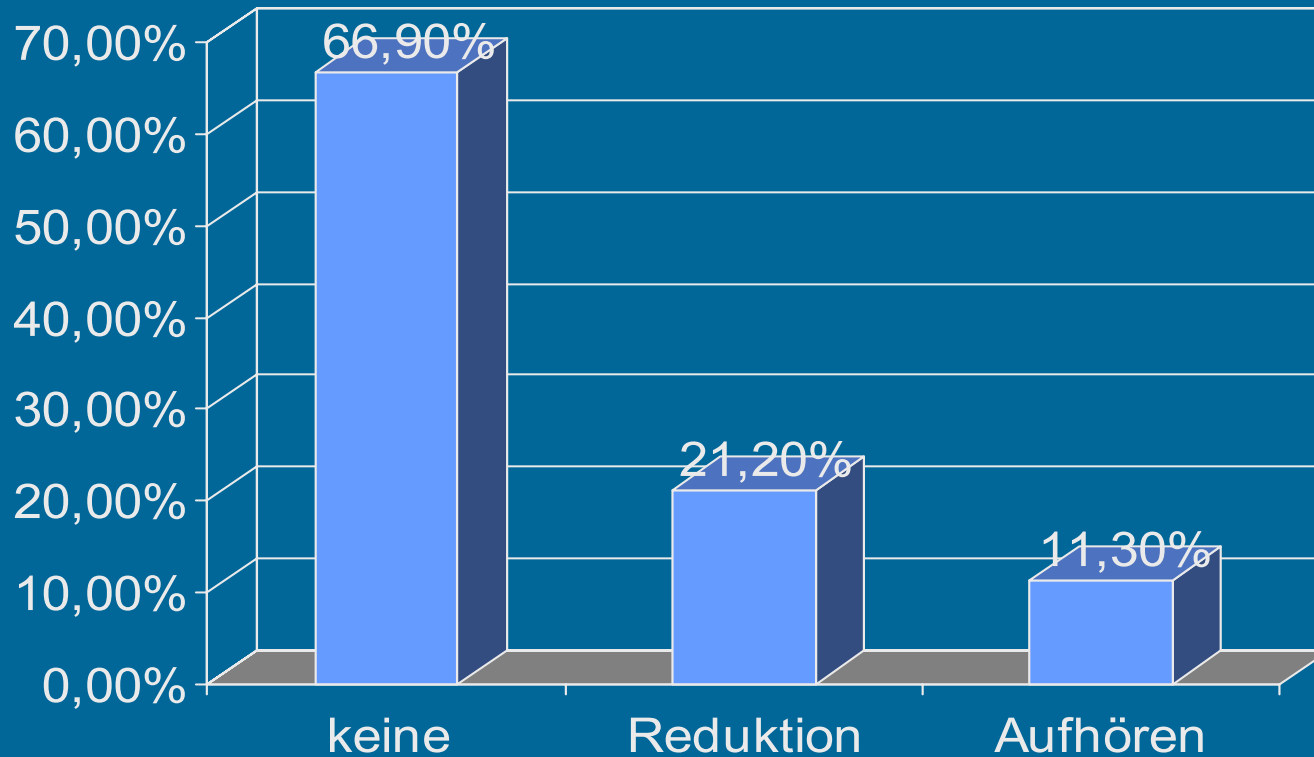
- Komorbidität zweier Abhängigkeiten
- kaum oder sogar irreführende Vorbereitung
- Unfreiwilligkeit
- verstärkte Ängste
- Widerstand

Maximal ungünstige Voraussetzungen für die Raucherentwöhnung!

Veränderung des Tabakkonsums der Unmotivierten bei Behandlungsende (N = 151)



Veränderung der Motivation der Unmotivierten bei Behandlungsende (N = 149)



Fazit

- Motivationsgruppen zur Raucherentwöhnung bei alkoholabhängigen Patienten haben nachweisbare Effekte
- Sie sind wichtiger Bestandteil einer „konzertierten Aktion“

Fazit

Maßnahmen für die Zukunft:

- verbesserte Vorbereitung der Patienten
- weiter verbesserte Tabakpolitik innerhalb und außerhalb der Klinik
- Schaffung einer „Nichtraucher-Kultur“, die den Einzelne „mitnimmt“
- weitere Verbesserung der Gruppenangebote
- verbesserte Koordination der Angebote
Motivationsgruppe und Nichtraucher-Training