



# Programm astra plus - mehr als rauchfrei

Christa Rustler (DNRfK Berlin), Prof. Anneke Bühler (Hochschule Kempten) Katrin Schulze (FiBS-Forschungsinstitut für Bildungs- und Sozialökonomie, Berlin), Andrea Reusch, (Universität Würzburg), Prof. Mathias Bonse-Rohmann (Hochschule Hannover)



# 16. Deutsche Konferenz für Tabakkontrolle

Bitte kreuzen Sie die für Sie zutreffenden Antworten an:	Interessenskonflikt /Ja – Nein (Wenn ja, welche)
Haben Sie in den letzten 5 Jahren Vortragshonorare von der Pharma-, Tabak- oder E-Zigarettenindustrie oder deren Lobby-Organisationen bezogen?	nein
Haben Sie in den letzten 5 Jahren Beratungshonorare von der Pharma-, Tabak- oder E-Zigarettenindustrie oder deren Lobby-Organisationen bezogen (Advisory Boards)?	nein
Haben Sie in den letzten 5 Jahren von der Pharma-, Tabak- oder E-Zigarettenindustrie oder deren Lobby-Organisationen finanzielle Unterstützung für Projekte bezogen?	nein
Haben Sie kommerzielle Verbindungen zu den Herstellern oder den Vertriebsorganisationen für Tabakprodukte, Nikotinersatzprodukte oder E-Inhalationsprodukte, die im Rahmen der 16. Deutschen Konferenz für Tabakkontrolle erwähnt werden (soweit vorhanden)?	nein
Haben Sie kommerzielle Verbindungen zu Konkurrenten von Herstellern oder den Vertriebsorganisationen für Tabakprodukte, Nikotinersatzprodukte oder E-Inhalationsprodukte, die im Rahmen der 16. Deutschen Konferenz für Tabakkontrolle erwähnt werden (soweit vorhanden)?	nein
Haben Sie sonstige Verbindungen zur Pharma-, Tabak- oder E-Zigarettenindustrie oder deren Lobby-Organisationen?	nein
<p>Bitte beschreiben Sie hier potentielle andere Interessenskonflikte:            Der DNRfK e.V. finanziert sich durch Mitgliedsbeiträge und erhielt Fördermittel des Bundesministeriums für Gesundheit.            Wir implementieren astra plus im Auftrag von Schulen für Gesundheitsberufe und mit Förderung der DAK Gesundheit            Der DNRfK e.V. ist Partner von gesundheitsziele.de            Schirmherrschaft der Drogenbeauftragten der Bundesregierung für rauchfrei plus und astra plus</p>	



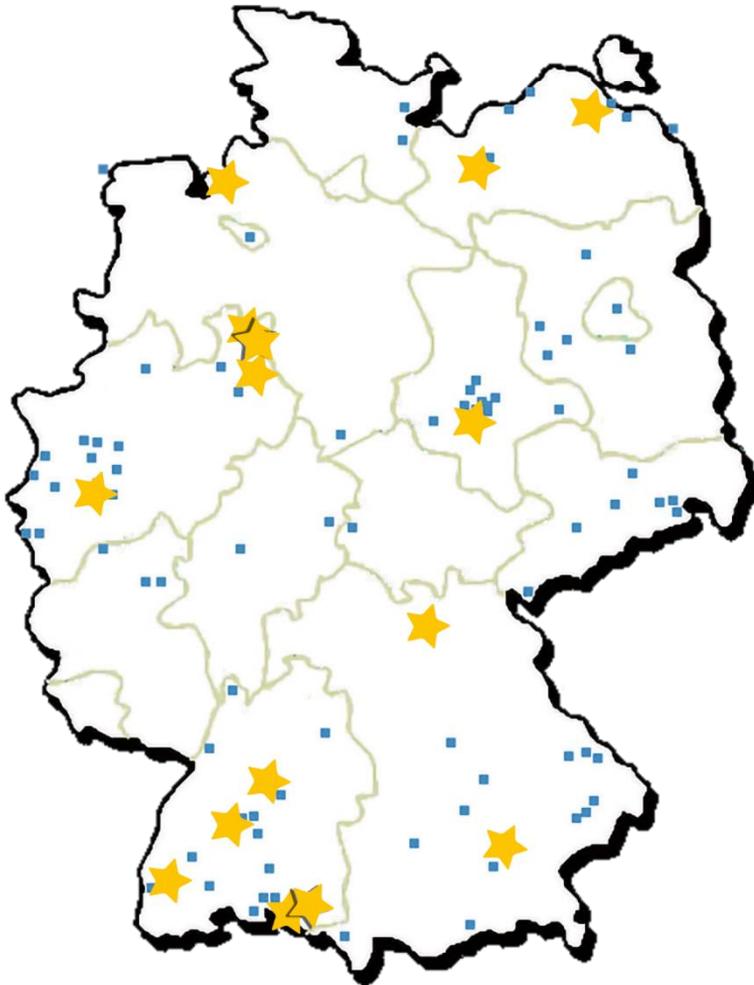
Ich deklariere hiermit, keine Interessenkonflikte im Rahmen der 16. Deutschen Konferenz für Tabakkontrolle zu haben.

NACHNAME, VORNAME (BLOCKBUCHSTABEN)

**Christa Rustler**

Datum und Unterschrift

**10.12.2018**



## Deutsches Netz Rauchfreier Krankenhäuser & Gesundheitseinrichtungen DNRfK e. V.

Nationales Gesundheitsziel:  
Reduzierung des Tabakkonsums

Programme rauchfrei plus und astra plus  
Vernetzen, Lösungen entwickeln,  
Implementierung begleiten, qualifizieren,  
evaluieren ...

## Prävention & Reduktion des Tabakkonsums bei Auszubildenden in Pflegeberufen

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



2013 - 2015

Entwicklung &  
Evaluation

2015 - 2016

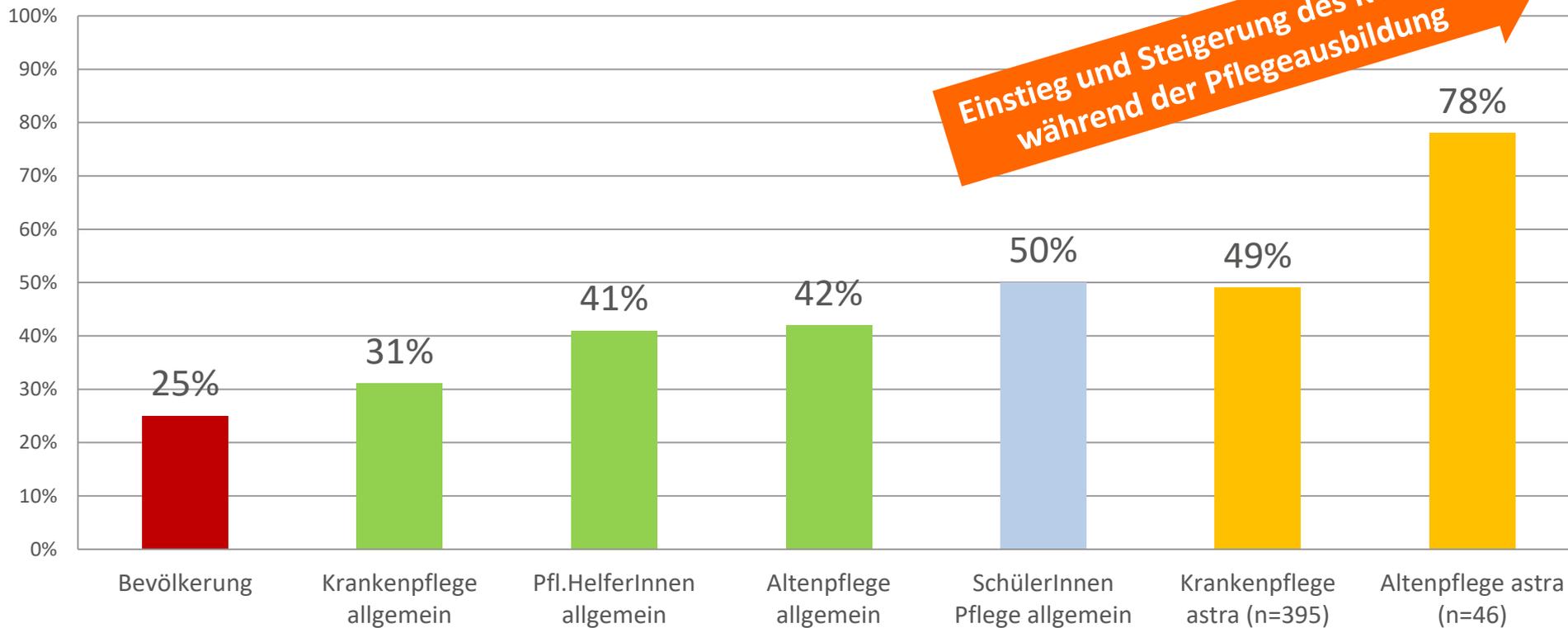
Implementationsforschung  
Integration  
Unterrichtskonzepte PA-TRES  
astraplus

Seit 2016

Förderung der  
Implementierung  
Weiterentwicklung



## 1: Rauchen ist in der Pflege besonders stark verbreitet.



**Einstieg und Steigerung des Konsums während der Pflegeausbildung**

Quellen:

**Gesamtbevölkerung:** Mikrozensus 2013

**Beschäftigte allgemein:** Mikrozensus 2009 & 2013; **astraprojekt:** Schulze et al., (2015)

**Auszubildende allgemein:** : 42-55% Kolleck, 2004; Hirsch, Voigt, Gerlach, Kugler & Bergmann 2010; Lindemann, Kugler & Klewer, 2011

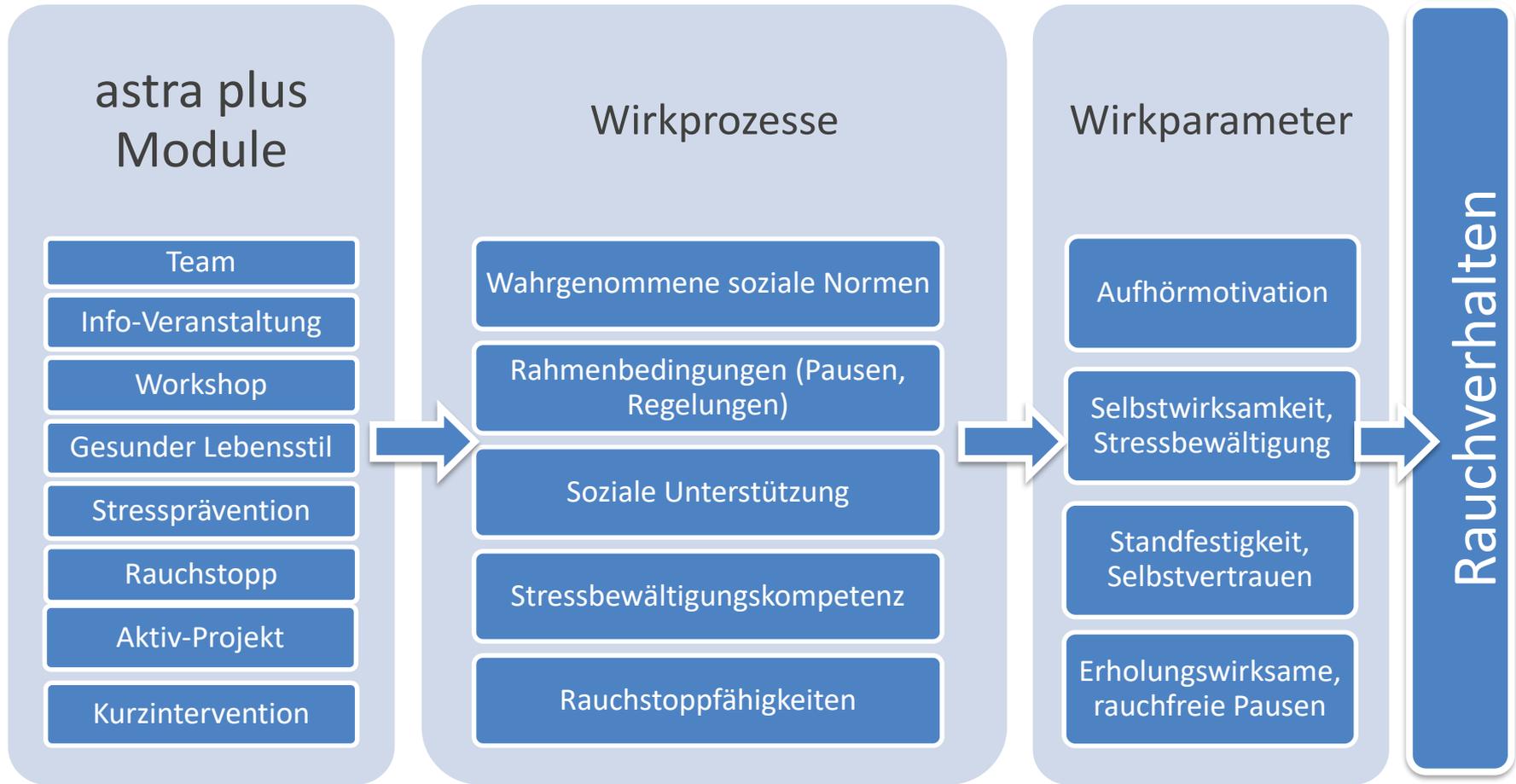
**Rauchverhalten:** Bonse-Rohmann 2004

## PflegeschülerInnen leben auch andere riskante Lebensstile

### Übergewicht, Ernährung, Sport, Copingstrategien

- 33% der PflegeschülerInnen weisen einen BMI von über 25 auf
- RaucherInnen
  - haben höheren BMI und ernähren sich ungesünder als NR
  - erleben Stress und quantitative Arbeitsbelastung stärker
  - nutzen ungünstigere Stressbewältigungsstrategien

(PA-TRES, astra, 2014)





## Professionelle Gesundheitskompetenz nach astra plus

- ★ umfasst die Bereitschaft und Fähigkeit, die eigene Gesundheit zu erhalten und zu fördern und
- ★ das eigene gesundheitliche Wissen auf individueller und organisatorischer Ebene im beruflichen Handeln umzusetzen.
- ★ Rauchen spielt dabei als größtes vermeidbares Gesundheitsrisiko eine zentrale Rolle.

Vorbereitung

Befragung 1

1 Implementierungsteam

2 Informationsveranstaltung

3 astra plus Workshop

4 Gesunder Lebensstil

5 Aktive Stressprävention

6a Aktiv-Projekt

6b Rauchstopp-Kurs

Befragung 2

Folge-Workshops

7 KRIPS Kurzintervention



**Das astra plus-Tool:**  
**10 – 5 – 3 ...rauchfrei**



**Tübinger Curriculum**  
Tabakabhängigkeit & Entwöhnung

**rauch frei!**

**SQUIN**  
SMOKE QUIT WIN

astra plus-Stationen

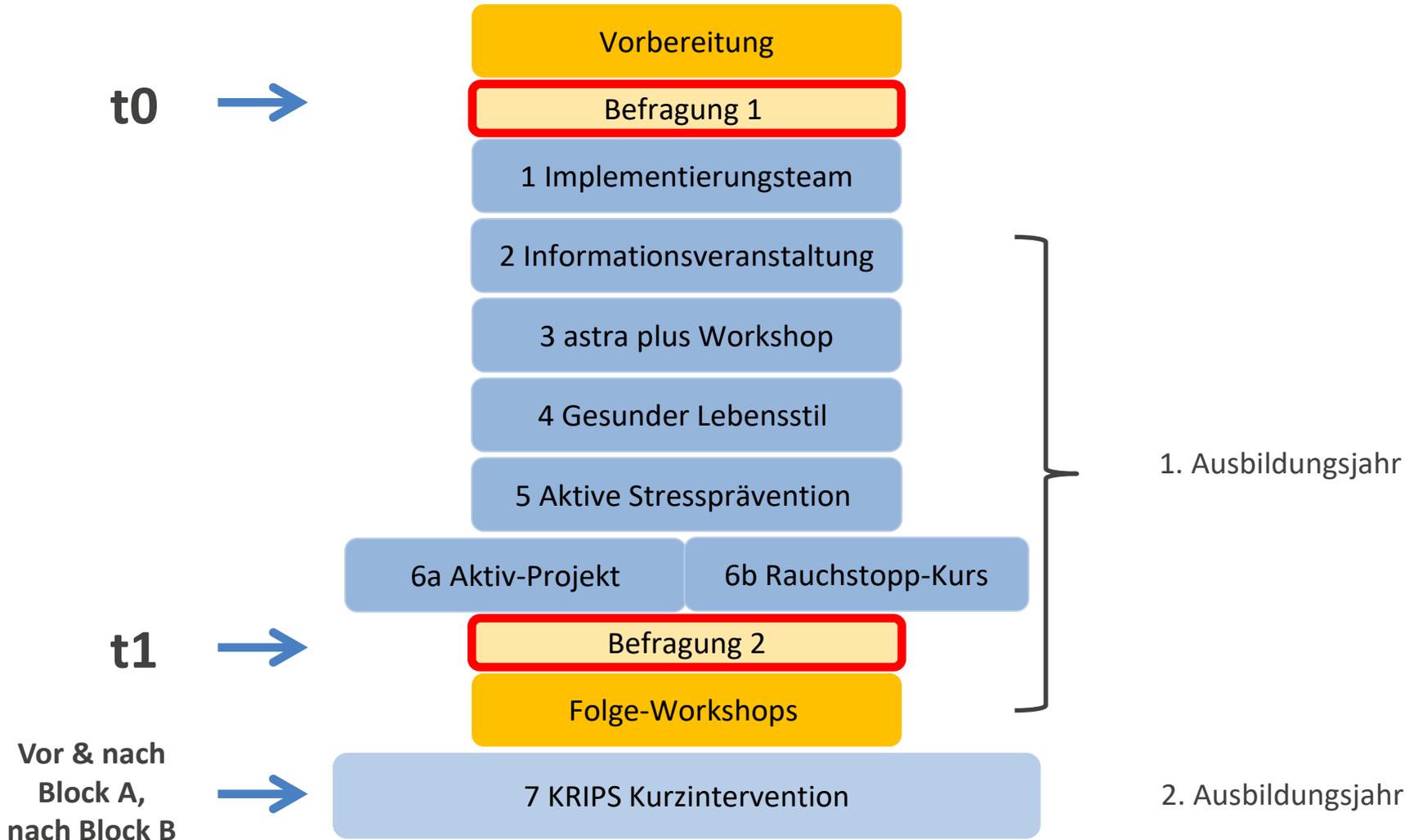


# Evaluation astra plus – 2016 – 2018



Katrin Schulze & Prof. Dr. Anneke Bühler  
im Auftrag des DNRfK und der DAK-Gesundheit

# astra plus Module



## Auswertung – Grunddaten

**Ausbildungsberufe:** Gesundheits- und (Kinder-)Krankenpflege & Altenpflege

**Alter /Geschlecht** 16 bis 53 Jahre (M=22 Jahre)

Frauen: 78,2 %, Männer 21,8 %

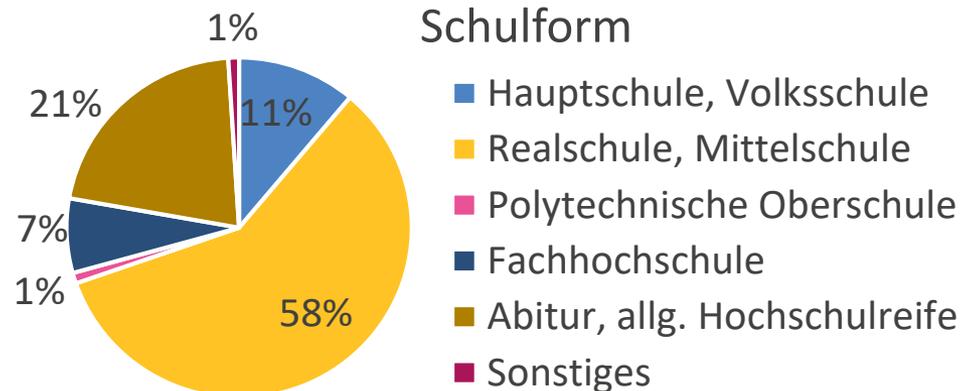
**Anzahl der Schulen:** 12 bundesweit

**Ausbildungskurse:** 43

**Zeitraum:** April 2016 bis August 2018

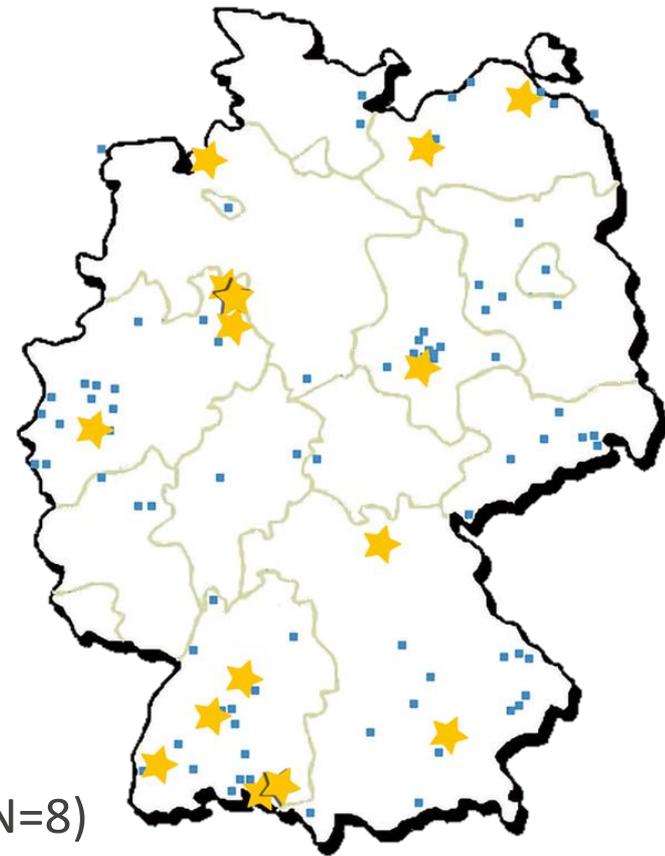
**Fragebögen:** t0 n= 1081 t1 n=645 (ca. 400 t1 noch nicht erhoben)

**Ergebnisauswertung:** **t0 & t1 n= 488**



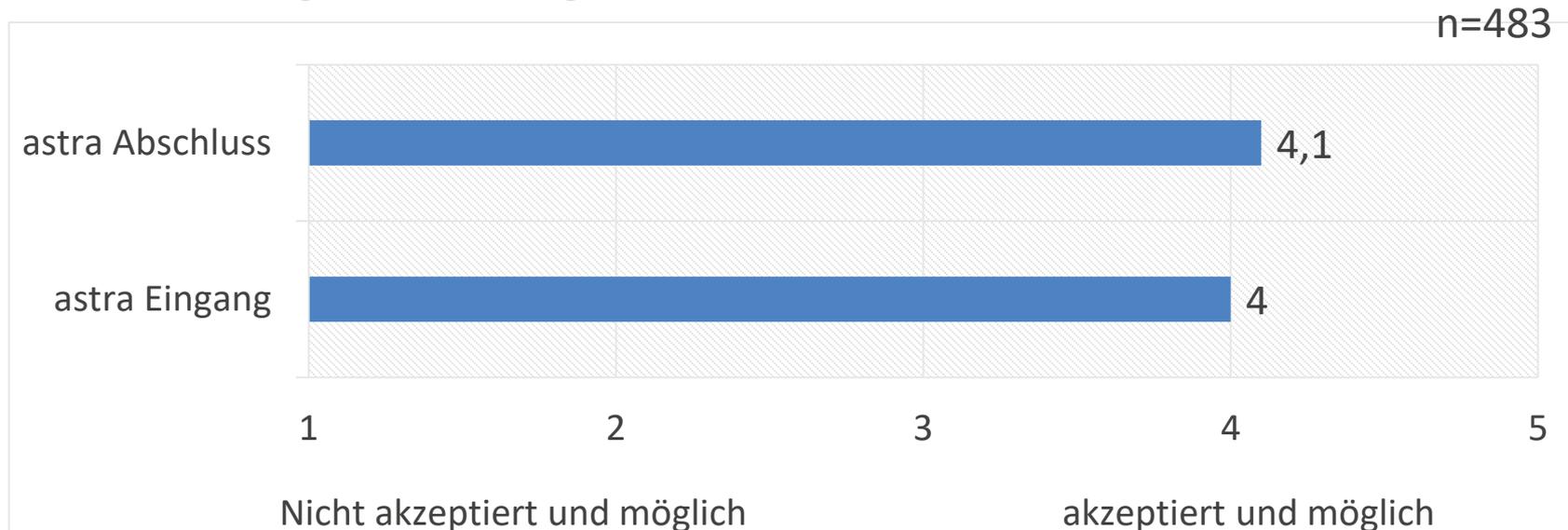
## Annahmen wurden bestätigt

- Rauchfrei unterstützende Rahmenbedingungen entstehen
- Steigerung der Aufhörmotivation und Rauchstoppversuche:
  - 50 % aller astra-SchülerInnen nehmen Angebot an
  - 63 % der TN waren RaucherInnen
- Langfristige Veränderungsprozesse durch Integration ins Curriculum gegeben
- **Implementierung wird von Schulleitungen und astra-TrainerInnen empfohlen (Nutzenanalyse N=8)**



## Wahrnehmung der Akzeptanz (Subjektive Norm)

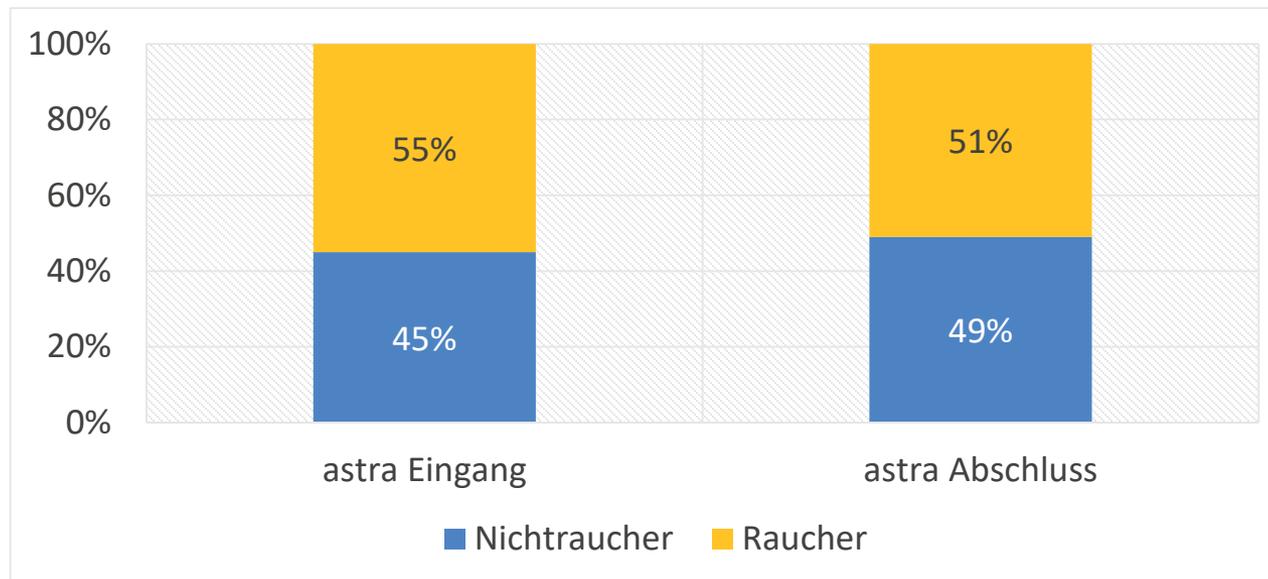
Bedeutung: Die Wahrnehmung der Möglichkeit und Akzeptanz des Rauchens wirkt sich auf die Einstellungen und das eigene Verhalten aus.



Interpretation: Das Rauchen wurde zu Beginn der Befragung bereits als möglich und akzeptiert wahrgenommen und verändert sich über die Durchführung von astra plus kaum.

## Tabakkonsum und Tabakreduktion

Bedeutung: Der Tabakkonsum der Pflegenden ist gesundheitsschädlich und wirkt sich zudem negativ auf Rauchstoppberatungen bei PatientInnen aus.



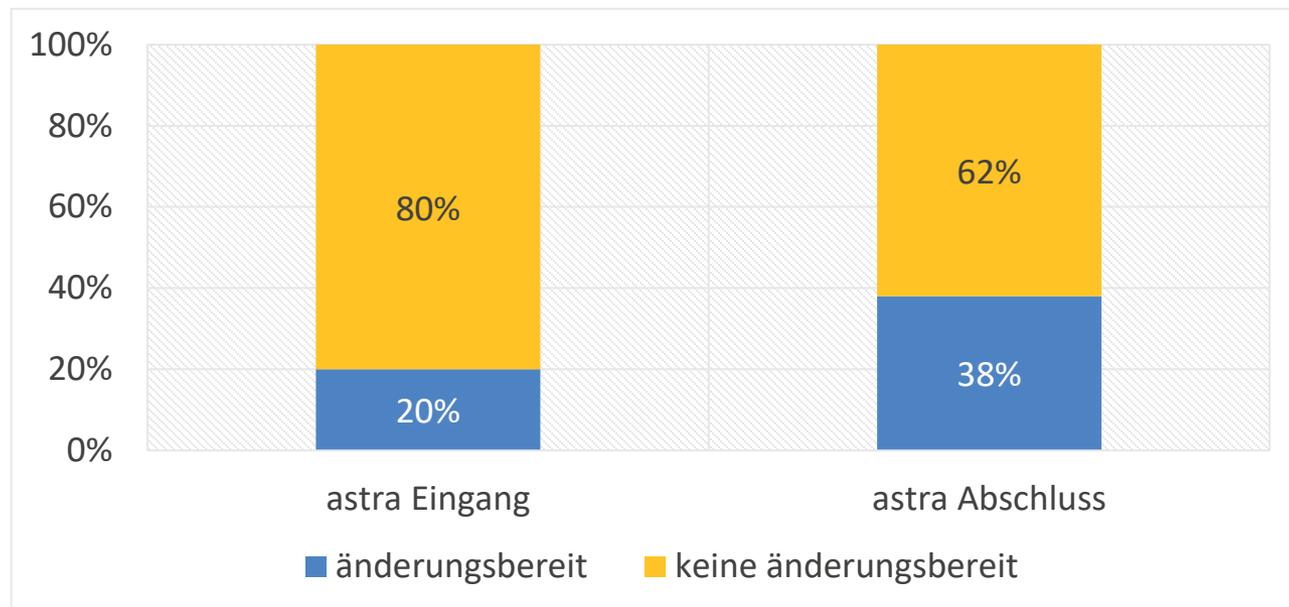
N=479

Interpretation: Zu Ausbildungsbeginn konsumieren bereits über die Hälfte der PflegeschülerInnen Tabak. Dies liegt deutlich über dem bundesweiten Durchschnitt (26%). Es bildet sich eine positive Tendenz innerhalb der ersten Monate der Ausbildung zur Rauchfreiheit hin ab.

## Konkrete Änderungsbereitschaft

Bedeutung: Die konkrete Änderungsbereitschaft gibt an, ob jemand plant, in der nächsten Zeit (30 Tagen bis 6 Monaten) sein Rauchverhalten zu verändern.

Ergebnisse:

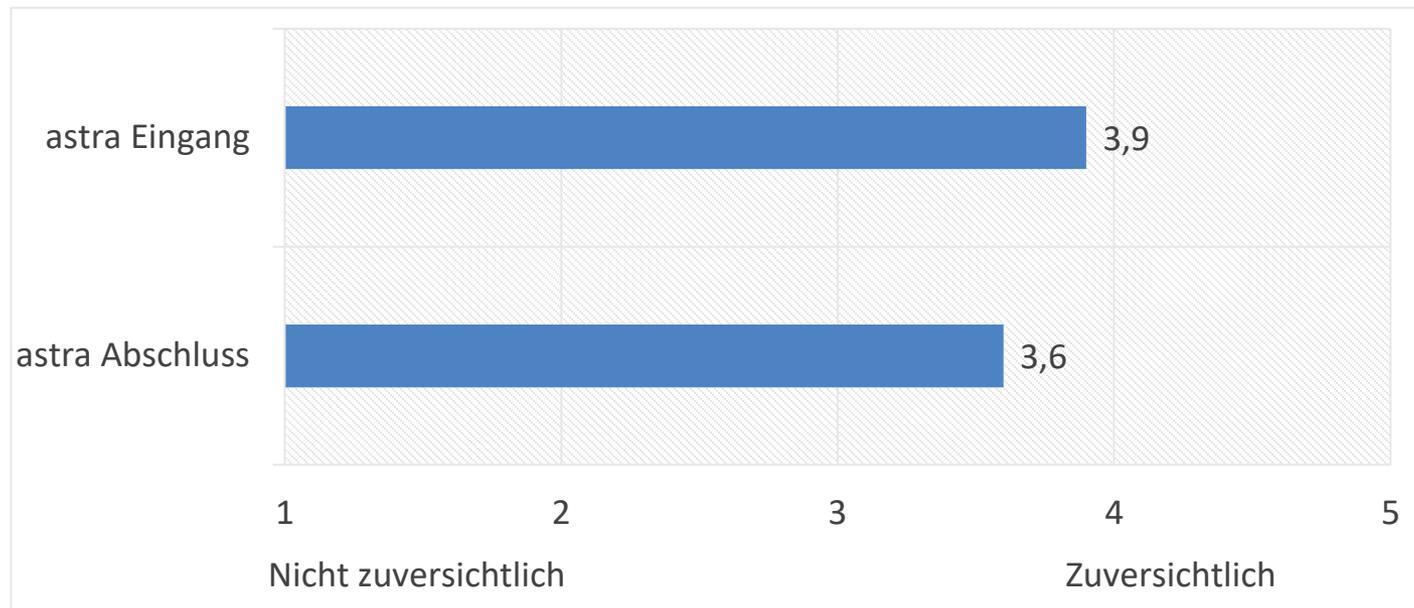


n=161

Interpretation: Schon vor Beginn des Programms möchte jede/r 5. Rauchende in der nächsten Zeit sein Rauchverhalten verändern! Nach astra plus ist es knapp jeder Dritte der Rauchenden.

## Soziale Unterstützung

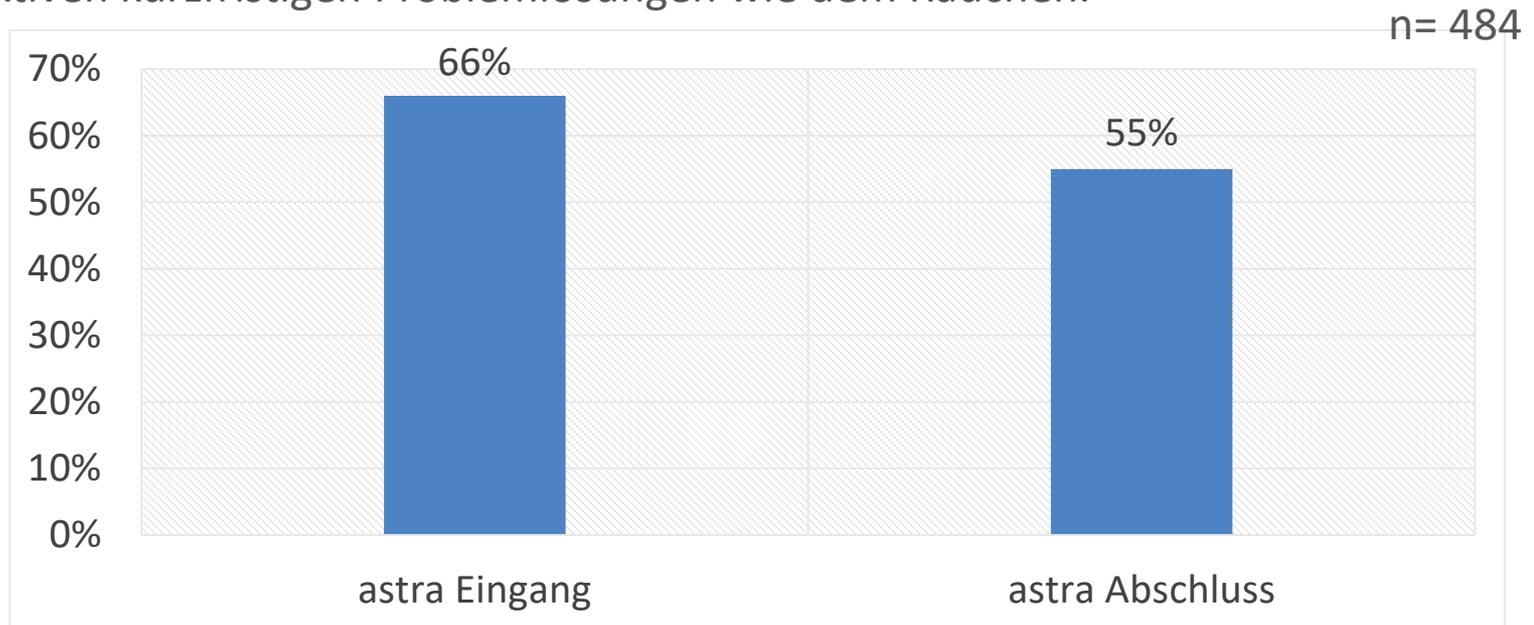
Bedeutung: Die sozialen Ressourcen spielen für eine effektive Stressbewältigung eine zentrale Rolle. n= 482



Interpretation: Die SchülerInnen sind zu Ausbildungsbeginn eher zuversichtlich während der Ausbildung ausreichend Unterstützung zu erhalten. Dieses hohe Niveau sinkt ab.

## Zuversicht zur Stressbewältigung

Bedeutung: Personen, die sicher mit dem Stress umgehen können, greifen weniger zu ineffektiven kurzfristigen Problemlösungen wie dem Rauchen.

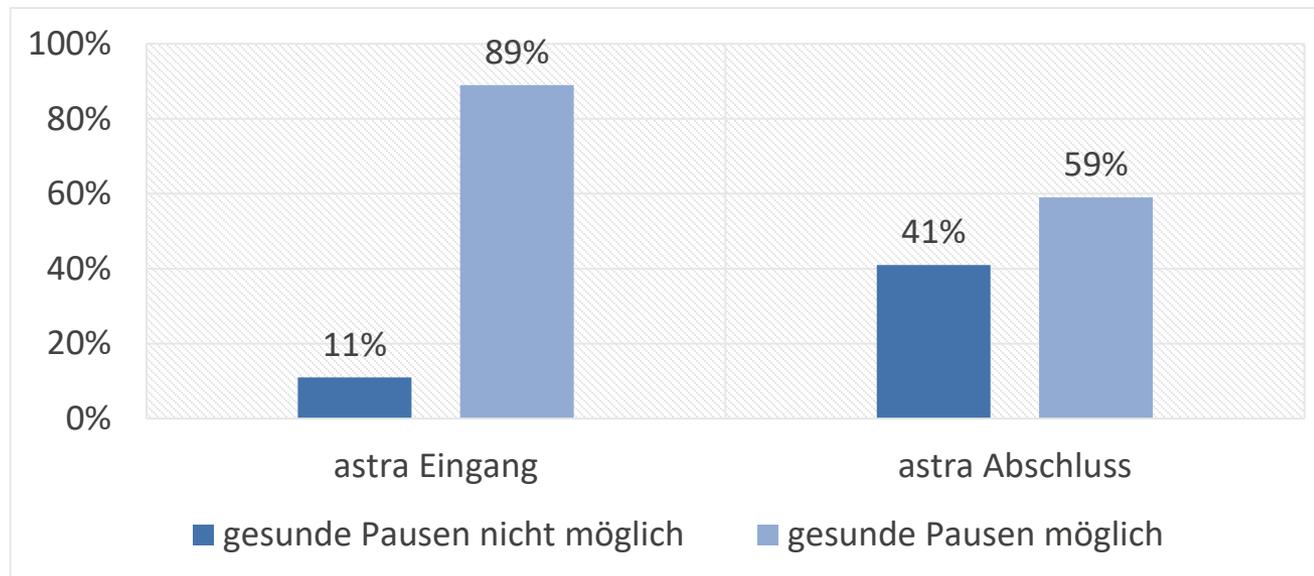


Interpretation: Zwei Drittel der PflegeschülerInnen sind zuversichtlich mit dem Stress, der während der Ausbildung auf sie zukommt, umgehen zu können. Die Zuversicht nimmt über die Zeit ab. Nur etwas über die Hälfte bleibt auch weiterhin zuversichtlich.

## Zuversicht zur gesunden Pausengestaltung

Bedeutung: Der Tabakkonsum in der Pflege wird oft mit der Möglichkeit eines Rückzugs begründet und als Chance auf eine ungestörte Pause begriffen.

n=478

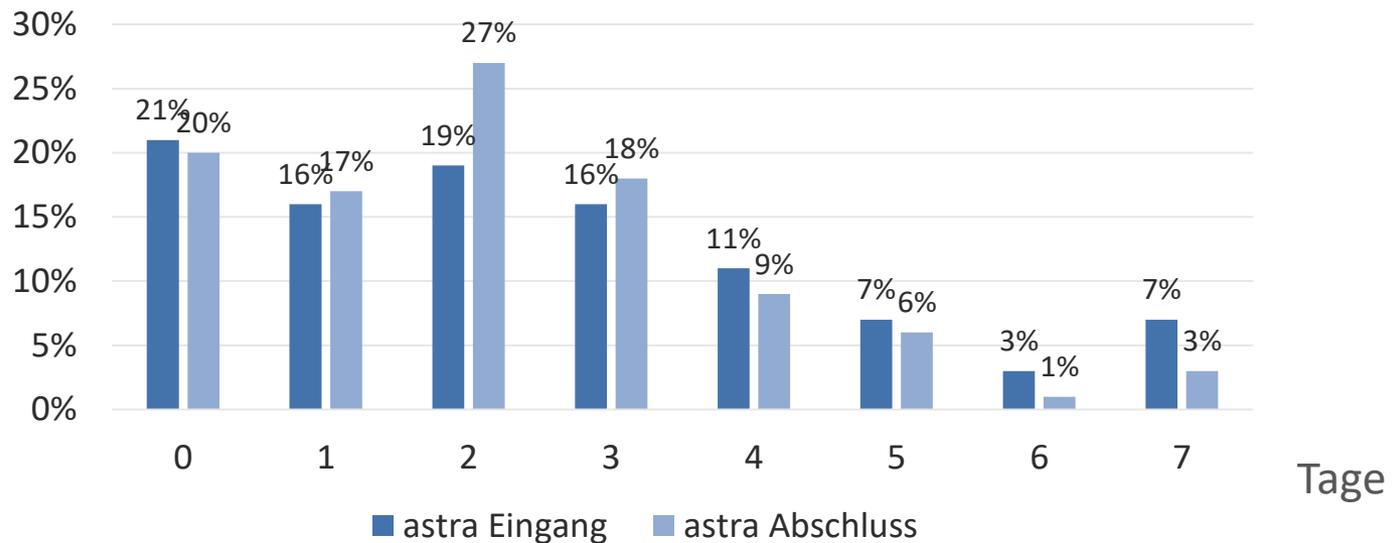


Interpretation: 89% der PflegeschülerInnen gehen zu Beginn davon aus, dass eine gesunde Pausengestaltung auch in der Praxis möglich ist. Am Ende gibt dies nur noch knapp die Hälfte der PflegeschülerInnen an.

## Bewegung – 20 Minuten Sport

Bedeutung: Zeit für aktive Sportübungen sind für die Kräftigung der Muskulatur bei einem körperlich belastenden Beruf sehr wichtig. Dabei sollten täglich 20 Minuten Sport betrieben werden

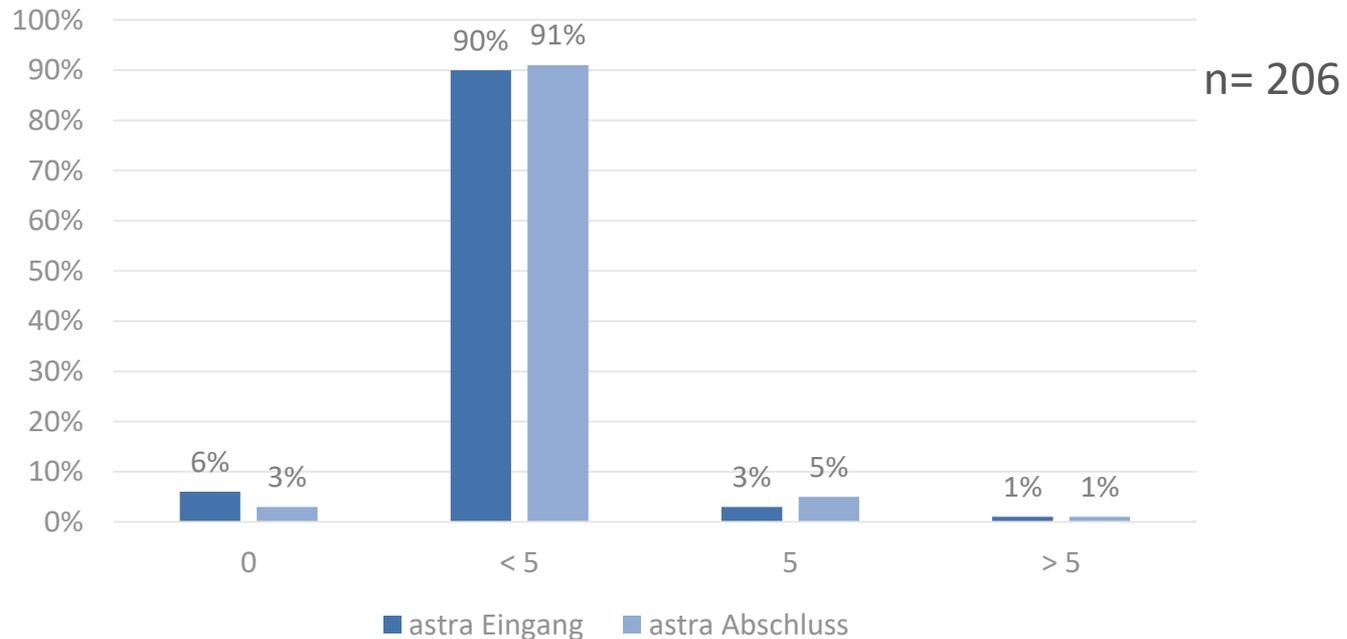
n= 198



Interpretation: Jede/r 5. PflegeschülerIn betreibt keinen Sport. Dieses niedrige Niveau bleibt erhalten. Nach dem ersten Jahr astra plus treiben mehr PflegeschülerInnen 2x die Woche Sport.

## Gesunde Ernährung

Bedeutung: Gesunde Ernährung und ein gesunder Lebensstil sind maßgeblich, um den Anforderungen des beruflichen Alltags gerecht zu werden. Empfohlen werden täglich mindestens 5 Portionen Obst und Gemüse.



Interpretation: 94% der PflegeschülerInnen essen zu wenig Obst und Gemüse. Dennoch konnte der Anteil der Personen die gar kein Obst essen halbiert werden.

## Ausbildung – Lernen und Veränderung auf vielen Ebenen

- Die **Lebenswelten** Schule und Betrieb sind (eigentlich) ideale Settings für die Förderung eines gesunden Lebensstils ( Gruppe, Neuorientierung)
- Auf die Ausbildung adaptierte Programme zur Stressbewältigung (4x 90 min) und zum Rauchstopp (3 x 180 Min) in Kombination mit verhältnisorientierten Maßnahmen scheinen dabei einen positiven Einfluss auf das Rauchverhalten zu nehmen
- Eventuell, weil die Risikofaktoren ohne Programme (in den Kontrollschulen im Modellprojekt) weniger stark abgenommen haben (Bühler et al., 2017)
- Unterricht zu Ernährung und Bewegung und Lebensstiländerung (2 x 90 Min) scheinen nicht ausreichend für Veränderungen zu sein.
- **Ergänzend erforderlich sind betriebliche Strategien an den Lernorten und berufs- und arbeitspolitische Strategien**