ALGORITHMUS 1
RAUCHSTOPPBERATUNG

ASK

Identifizieren Sie die Raucherinnen und Raucher: «Rauchen Sie?»

Ja

Nein

Identifizieren Sie kürzliche Rauchstopps: «Haben Sie im letzten halben Jahr aufgehört zu rauchen?»

ASSESS

Evaluieren Sie die Motivation für einen Rauchstopp:
«Haben Sie die Absicht, mit dem Rauchen aufzuhören?»

Evaluieren Sie die Nikotinabhängigkeit:
Anzahl Zigaretten pro Tag? Zeitspanne zwischen Aufwachen und 1. Zigarette? Entzugssymptome?

Nicht motiviert | **Ambivalent** | **Motiviert** | **Kürzlicher Rauchstopp**

ADVISE

Empfehlen Sie allen Rauchenden klar und bestimmt, mit dem Rauchen aufzuhören

Diese Entscheidung unterstützen

ASSIST

Kurzintervention
- Individualisierte Beratung, Abwägung von Nutzen und Risiken des Rauchens
- Informieren über die Rauchstoppangebote; die Raucher/innen entscheiden lassen
- Eine Broschüre abgeben

Motivationsgespräch
- Individualisierte Beratung
- Motivieren: Abwägen von Pro und Contra des Rauchens
- Hilfe anbieten, aber Entscheidung den Raucher/-innen überlassen
- Die diversen effizienten Rauchstoppmethoden vorstellen
- Eine Broschüre abgeben

Konsumreduktion (mittels Nikotinsubstitution) in Hinblick auf einen mittelfristigen Rauchstopp?

Vertiefte Intervention
- Entscheid zum Rauchstopp bestärken
- Unterstützung anbieten
- Über Entzugssymptome informieren
- Rauchstopp vorbereiten
- Eine Broschüre abgeben
- Strategien zur Vermeidung von Risikosituationen ausarbeiten
- Verschreibung von Nikotinsubstitution, Vareniclin, Bupropion oder Kombinationen

Nein | **Ja** | **Rauchstopp** | **Allmählicher Rauchstopp**

ARRANGE

Nachkontrolle
Bei Folgeterminen das Rauchen thematisieren

Nachkontrolle
Einen Folgetermine fixieren oder ihn nutzen, um das Rauchen zu thematisieren

Nachkontrolle
Termine: in Woche 1+2+4+8 +/– je nach Bedarf bei Rauchstopp
Termine: während 2 bis 4 Wochen +/– je nach Bedarf bei Reduktion