

«Frei von Tabak»¹

Ärztliche Fortbildung in der Raucherentwöhnung

Im Rahmen des Nationalen Programms zur Tabakprävention 2001–2005 hat eine Expertengruppe das Fortbildungsprogramm «Frei von Tabak-ärztliche Beratung zum Rauchstopp» ins Leben gerufen, dessen Erfolg sich nachhaltig bestätigt hat. Das Ziel dieser Fortbildungskurse ist es, in den Arztpraxen der Schweiz die Qualität und Häufigkeit der Beratung in der Raucherentwöhnung zu verbessern und so die Anzahl der Rauchstopps bei

den PatientInnen zu erhöhen. 50 ÄrztInnen wurden als MultiplikatorInnen darin geschult, den Kurs unter ihrer Kollegenschaft durchzuführen. Seit 2002 haben 1880 ÄrztInnen in 15 Kantonen am Seminar «Frei von Tabak» teilgenommen, was zeigt, dass die Form der Fortbildung durch MultiplikatorInnen eine wirksame Ausbildungsstrategie darstellt.

*I. Jacot Sadowski^a, J.-P. Humair^b, J. Cornuz^c
Für die Arbeitsgruppe «Frei von Tabak»: J.-P. Zellweger,
B. Kuenzi, M.-C. Hofner, A. K. Burkhalter*

^a Institut universitaire de médecine sociale et préventive, Lausanne

^b Département de Médecine Communautaire, HUG, Genève

^c Polyclinique Médicale Universitaire, Lausanne

Einleitung

Ein Drittel der erwachsenen SchweizerInnen raucht, und die Hälfte von ihnen möchte aufhören [1]. Die Literatur zeigt deutlich, dass ärztliche Beratung in der Raucherentwöhnung effizient ist und dass pharmakologische Unterstützung die Chancen eines Langzeiterfolges verdoppelt [2]. Den ÄrztInnen kommt in der Raucherentwöhnung also eine Schlüsselrolle zu. Um so wichtiger ist es, dass sie sich die Kenntnisse und Fähigkeiten aneignen, um sie auch ausfüllen zu können.

Im Rahmen des Nationalen Programms zur Tabakprävention (www.letitbe.ch) hat eine vom Bundesamt für Gesundheit beauftragte Expertengruppe Empfehlungen für die Raucherentwöhnung abgegeben [3]. Aufgrund dieser Empfehlungen wurde beschlossen, auf nationaler Basis ein ärztliches Fortbildungsprogramm zur Raucherentwöhnung zu lancieren.

Programmziel

Hauptziel dieses Projekts ist es, in den Arztpraxen der Schweiz die Qualität und Häufigkeit der Bera-

tung zum Rauchstopp zu verbessern und damit die Anzahl der Raucherentwöhnungen bei den konsultierenden PatientInnen zu erhöhen.

Seminar «Frei von Tabak»

Das Seminar «Frei von Tabak» richtet sich in erster Linie an die praktizierenden ÄrztInnen und die in der Ausbildung stehenden ÄrztInnen in Spitälern, kann aber auch an die Bedürfnisse anderer Fachleute im Gesundheitswesen angepasst werden. Es handelt sich um ein interaktives Seminar, dessen Programmteile sich zusammensetzen aus einesteils aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen aus der Fachliteratur, andernteils aus klinischen Fällen und aus Rollenspielen. Die Unterrichtsziele sind insbesondere:

Tabelle 1. Lernziele des Fortbildungsseminars «Frei von Tabak».

Alle rauchenden PatientInnen identifizieren und den Grad ihrer Abhängigkeit bestimmen
Ihnen klar zum Rauchstopp raten
Ihre Motivation zum Rauchstopp gemäss dem Stufenmodell einschätzen
Die RaucherInnen mittels einer stufengerechten Strategie beraten
Ihnen eine Pharmakotherapie zur Raucherentwöhnung verschreiben
Ihnen eine stufengerechte Informationsbroschüre anbieten
Die RaucherInnen und Ex-RaucherInnen nachbetreuen
Die Raucherentwöhnung in die medizinische Praxis aufnehmen

¹ La version française de cet article a paru dans le numéro 21 de PrimaryCare.

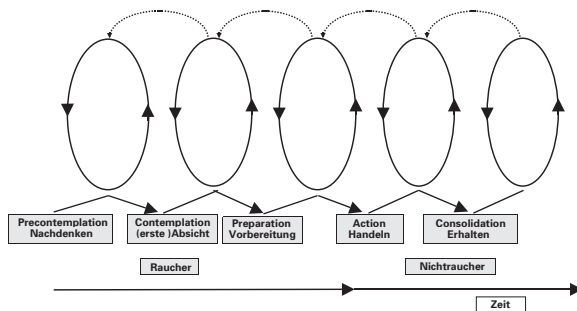


Abbildung 1. Transtheoretisches Stufenmodell für den Rauchstopp (nach Prochaska und Di Clemente, adaptiert nach Basler).

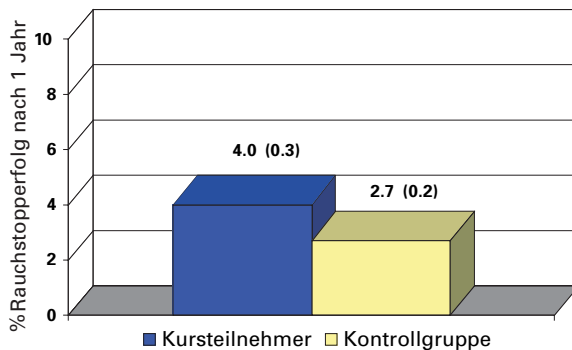


Abbildung 2. Beratungsqualität bei der Raucherentwöhnung.

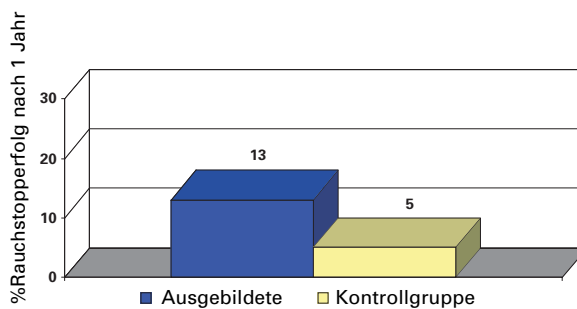


Abbildung 3. Rauchstopp nach einem Jahr.

Ebenfalls vermittelt werden die epidemiologischen Daten über den Tabakmissbrauch in der Schweiz. Die didaktischen Methoden sind auf die Entwicklung der praktischen Kompetenzen ausgerichtet [4]. Das Seminar ist auf 10 bis 20 TeilnehmerInnen angelegt und besteht aus zwei Modulen: ein Kurs von 1,5 Stunden (Sensibilisierungsmodul) führt in die Raucherentwöhnung ein, in einem 4stündigen Kurs (Ausbildungsmodul) werden danach die praktischen Kompetenzen der ÄrztInnen in diesem Bereich geschult. Eine randomisierte kontrollierte Studie mit standardisierten RaucherpatientInnen (sind also in der Mehrheit kaum bereit, das Rauchen aufzugeben!) hat die Wirksamkeit dieser Ausbildungsform aufgezeigt [5]. Sie erhöht gleichzeitig die Kompetenz

der ÄrztInnen in der Raucherentwöhnung und die Zahl der PatientInnen mit erfolgreichem Rauchstopp nach einem Jahr: Die diesbezüglich ausgebildeten ÄrztInnen haben ihren PatientInnen eine qualitativ bessere Beratung angeboten als der Kontrollgruppe mit einer alternativen Ausbildung (Abb. 2); zudem lag der «Rauchstopp-Erfolg nach einem Jahr» in der ersten PatientInnengruppe höher (Abb. 3).

Verbreitung des Programms «Frei von Tabak»

Schulung der AusbilderInnen (Multiplikatoren)
Die Verbreitung des Seminars zur Rauchentwöhnung ist Teil der Zielsetzungen des «Nationalen Programms zur Tabakprävention 2001–2005». 50 ärztliche «MultiplikatorInnen» aus verschiedenen Regionen der Schweiz wurden im Herbst 2002 und im April 2005 (zweite Gruppe) darin geschult, das Programm «Frei von Tabak» unter ihren KollegInnen zu unterrichten.

Diese KursleiterInnen in Multiplikatorenfunktion wurden von ihren Lehrern, den Autoren und der Arbeitsgruppe des Programms «Frei von Tabak» nach den folgenden Kriterien ausgewählt: sie sollten über klinische Erfahrung mit Rauchenden (Allgemeinmedizin, Innere Medizin, Pneumologie ...), Interesse an der Tabakologie und am Unterrichten, zudem über kollegiale Anerkennung und Zugehörigkeit zu einem Netzwerk verfügen.

Die beiden Schulungen der MultiplikatorInnen wurden an 1 ½ Tagen in Münchenwiler abgehalten. Zentrale Unterrichtsziele waren der Erwerb von Kenntnissen und Fähigkeiten sowohl in der Tabakologie wie in der Erwachsenenbildung. Ein Teil des Programms widmete sich der Organisation der Ausbildung. Die künftigen Kursleiter erhielten Unterrichtsmaterial für ihre Seminare: Dias für das Sensibilisierungs- und das Ausbildungsmodul, Hefte mit Übungen für die TeilnehmerInnen, Video/DVD-Kassetten für die Diskussion von klinischen Fällen, ein Dossier mit FAQs (Frequently Asked Questions). Das Handbuch «Raucherentwöhnung» [7] und die 2004 publizierte Empfehlungen zur klinischen Praxis [8, 9] dienen als Ausbildungsgrundlage. Sie enthalten eine zusammenfassende Darstellung der ärztlichen Ratschläge zur Raucherentwöhnung und der pharmakologischen Verschreibung sowie eine Karteikarte für die Nachbetreuung der PatientInnen. Den KursleiterInnen wurde zudem die Broschürenreihe «Ziel Nichtrauchen» zur Abgabe an die PatientInnen beigelegt, sie liegen in 6 an unterschiedliche Motivationsstufen angepassten Versionen vor [10].

Alle Dokumente wurden ursprünglich in Französisch verfasst und anschliessend auf Deutsch übersetzt.

Organisation der Fortbildung

Die ausgebildeten ÄrztInnen organisieren ihre Fortbildungsseminare selbst. Sie sind dabei frei, sie wahlweise in verschiedenen Umfeldern anzubieten: In Qualitätszirkeln, Spitälern, Kongressen, Symposien usw. Sie erhalten logistische Unterstützung durch die Lungenliga Schweiz. Ihr Vertrag sieht die Durchführung eines ersten Seminars unter Supervision eines Experten und die Organisation von mindestens 2 Seminaren pro Jahr vor. Für jede Fortbildungsveranstaltung erhalten sie eine Entschädigung der Vorbereitungs- und Unterrichtskosten und eine Verdienstausschüttung ihrer ärztlichen Praxis.

Aktivitäten

Seit 2002 haben die ersten 24 Multiplikatoren 111 Fortbildungen mit 50 kurzen und 61 langen Modulen durchgeführt. 1880 ÄrztInnen haben in 15 Kantonen an diesen Fortbildungen teilgenommen. Die durchschnittliche TeilnehmerInnenzahl betrug 17. Die Programmverantwortlichen organisieren 1- bis 2mal pro Jahr eine Zusammenkunft, an der die neuesten Erkenntnisse aus der Tabakologie erörtert und verschiedene Themen vertieft werden. Dies ist auch die Gelegenheit, wo sich die KursleiterInnen über ihre unterschiedlichen Erfahrungen austauschen und organisatorische Belange besprechen können.

Diskussion

Die Fortbildung «Frei von Tabak» ist als solche unter den ÄrztInnen anerkannt und geschätzt. Die Verbreitung dieser Fortbildung über in ihren Regionen und Netzen unterrichtenden ärztlichen KursleiterInnen (Multiplikatoren) vollzieht sich erfolgreich, es handelt sich somit um eine angemessene Strategie. Jedoch hat sich der überwiegende Anteil der Kurse in der Romandie etabliert. Dies kommt wahrscheinlich daher, dass diese Fortbildung in der Romandie schon seit mehreren Jahren bekannt ist und die Autoren auch von dort stammen. Die zweite Schulungsrunde von KursleiterInnen hat diese Verteilung korrigieren können. Tatsächlich befand sich unter den kürzlich am 22. und 23. April 2005 neu geschulten KursleiterInnen eine grosse Mehrheit von KollegInnen aus der Deutschschweiz. Dank diesem Programm konnte im Bereich Raucherentwöhnung

ein Netzwerk von interessierten und kompetenten ÄrztInnen aufgebaut werden, und es ist möglich, dass 2007 eine dritte Schulungsrunde durchgeführt wird.

Fazit

Die Fortbildung «Frei von Tabak» ermöglicht es, die Kompetenzen der ÄrztInnen in der Raucherentwöhnung zu verbessern und den Anteil von PatientInnen mit erfolgreichem Rauchstopp nach einem Jahr zu erhöhen. Die angewandte Strategie der Fortbildungsverbreitung durch ärztliche «AusbildnerInnen» hat sich als wirksam erwiesen und es 1880 ÄrztInnen erlaubt, ihre Kenntnisse und Fähigkeiten in der Raucherentwöhnung zu vervollständigen. Es stehen zurzeit 50 ärztliche KursleiterInnen aus allen Regionen der Schweiz zur Verfügung, die bereit sind, den in Gang gesetzten Prozess weiterzuführen.

Literatur

- 1 Keller R, Krebs H, Hornung R. Schweizerische Umfrage zum Tabakkonsum (Tabakmonitoring). Universität Zürich, 2003.
- 2 Fiore MC, Bailey WC, Cohen SJ, Dorfman SF, Goldstein MG, Gritz ER, et al. Treating Tobacco Use And Dependence. Clinical practice guideline. U.S. Department of Health and Human Services, 2000.
- 3 Cornuz J. Désaccoutumance au tabac en Suisse. Recommandations d'un panel d'experts. Bulletin des médecins suisses. 2002;83:611-15.
- 4 Prochaska JO, Di Clemente C, Norcross JC. In search of how people change. Applications to addictive behaviours. Am Psychol. 1992;47:1102-14.
- 5 Humair JP, Cornuz J. A new curriculum using active learning methods and standardized patients to train residents in smoking cessation. JGIM 2003;18:1023-7.
- 6 Cornuz J, Humair JP, Seematter L, Stoianov R, van Melle G, Stalder H, Pecoud A. Efficacy of resident training in smoking cessation: A randomized, controlled trial of a program based on application of behavioral theory and practice with standardized patients. Ann Intern Med. 2002;136:429-37.
- 7 Humair JP, Cornuz J. Raucherentwöhnung. Basisdokumentation für Ärztinnen und Ärzte. Projekt «Frei von Tabak», FMH und BAG, 2000 (erhältlich über Lungenliga Schweiz).
- 8 Cornuz J, Humair JP, Zellweger JP. Tabakentwöhnung. 1. Teil: Wie es geht und was es bringt. Schweiz Med Forum. 2004;4:764-70.
- 9 Cornuz J, Humair JP, Zellweger JP. Tabakentwöhnung. 2. Teil: Empfehlungen für die tägliche Praxis. Schweiz Med Forum. 2004;4:792-805.
- 10 www.at-schweiz.ch/shop/unter_Rauchstopp

Isabelle Jacot Sadowski
Unité de Prévention, IUMSP
19, rue César Roux
CH-1005 Lausanne