



Rauchstoppberatung

Gemeinsames Angebot der Krebsliga und Lungenliga Schaffhausen

Krebsliga Schaffhausen
Mühlentalstrasse 84
8200 Schaffhausen
Tel. 052 741 45 45
Fax 052 741 45 57
info@krebsliga-sh.ch
www.krebsliga-sh.ch

Lungenliga Schaffhausen
Mühlentalstrasse 84
8200 Schaffhausen
Tel. 052 625 28 03
Fax 052 625 37 74
info@lungenliga-sh.ch
www.lungenliga-sh.ch



krebsliga schaffhausen



LUNGENLIGA SCHAFFHAUSEN



Rauchstoppberatung

In der Lungenliga Schaffhausen

Die Rauchstopp-Sprechstunde steht allen Interessierten offen. Die Beratung wird durch eine Pflegefachperson mit einer entsprechenden Zusatzausbildung durchgeführt. Bei Bedarf wird ein Arzt oder eine Ärztin und Fachleute aus den Bereichen Physiotherapie, Diabetesberatung oder Psychologie beigezogen.

Nach der Analyse des Rauchverhaltens werden im Gespräch Alternativen gesucht. Die Reduktion und der Tag des Rauchstopps werden gemeinsam festgelegt und sorgfältig geplant. Es gilt, das rauchfreie Leben zu festigen und das Vertrauen in die erarbeiteten Alternativen zu stärken. Das gesamte Beratungsprogramm erstreckt sich über ca. acht Wochen und wird für Sie individuell zusammengestellt und abgestimmt.

Die Raucherberatung kann auch in Gruppen oder mit der Partnerin oder dem Partner absolviert werden.

Rauchstopp - warum es sich lohnt

Verbesserung Kreislaufsituation - Verbesserung Sauerstoffgehalt im Blut - Erhöhung Lungenfunktion - Verminderung Herzinfarktrisiko - Verbesserung Geschmacks- und Geruchssinn - Verminderung Risiko eines Hirnschlages und Lungenkrebs - Steigerung der Lebensqualität usw.

Angebot

Individuelle Beratung für eine erfolgreiche Therapie

In einem ersten Gespräch erfolgt eine Standortbestimmung (ca. 30 Minuten). Danach finden folgende Termine statt:

3 x 30 Minuten Einzelgespräche:

1. Analysieren des Rauchverhaltens
2. Alternativen entwickeln inkl. medikamentöse Begleitung
3. Rauchstopp konkret planen und vorbereiten

2 x 30 Minuten Folgegespräche:

4. Rauchfreies Leben aufrecht erhalten
5. Stützen, motivieren, Rückfallprophylaxe

1 x telefonische Beratung:

6. Abschlussgespräch

Kosten

- Die Kosten der ärztlichen Beratungsleistungen sind eine Pflichtleistung der Krankenkasse (abzüglich Selbstbehalt und Selbstkostenanteil).
- Die Kosten der nicht-ärztlichen Beratungsleistungen durch die Rauchstoppberaterin/den Rauchstoppberater werden von der Krebsliga und Lungenliga Schaffhausen getragen.
- Die Eigenbeteiligung für die Betroffenen beläuft sich auf total CHF 100.