

Schulung für Gesundheitsfachpersonen

Kurzintervention

Ask	«Ist Ihr Kind dem Passivrauchen ausgesetzt? d.h. raucht jemand in seiner Anwesenheit oder in Räumen, in denen es sich häufig aufhält?»				
	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> JA NEIN </div>				
	<p>Wer? <input type="checkbox"/> Mutter <input type="checkbox"/> Vater <input type="checkbox"/> Familienangehörige (Grosseltern, Onkel, Tante, Bruder, Schwester, etc.) <input type="checkbox"/> Freunde</p> <p>Wo? <input type="checkbox"/> Wohnzimmer <input type="checkbox"/> Küche <input type="checkbox"/> Schlafzimmer <input type="checkbox"/> Kinderzimmer <input type="checkbox"/> Auto</p> <p>Wann? <input type="checkbox"/> den ganzen Tag über <input type="checkbox"/> am Morgen <input type="checkbox"/> am Mittag <input type="checkbox"/> am Abend <input type="checkbox"/> bei Besuch</p>				
Advice Kurze, sachliche Info	Erklären, warum gefragt wird und dass die Eltern etwas Gutes tun, wenn sie ihr Kind vor dem Passivrauchen schützen.				
Assess Motivation anhand der Antworten erfassen! → Stadien der Verhaltensänderung	«Was löst das bei Ihnen aus? Wie denken Sie, können Sie Ihr Kind vor dem Passivrauchen schützen?»				
	Absichtslosigkeit («nie!») «Das schaff ich nicht auf meine Zigaretten zu verzichten. Wenn das Baby schreit und sich nicht beruhigen lässt, brauch ich etwas, das wenigstens mich beruhigt.»	Absichtsbildung («vielleicht!») «Ich weiss ja, dass der Rauch für unser Kind nicht gut ist. Mein Mann und ich haben auch schon darüber gesprochen. Aber wir wissen nicht, wie wir das lösen können. Im Moment können wir, vor allem mein Mann, nicht mit dem Rauchen aufhören.»	Vorbereitung («bald!») «Wenn mein Kind und ich vom Spital nach Hause kommen, wird im Haus nicht mehr geraucht. Das haben mein Partner und ich bereits beschlossen.»	Handlung («jetzt!») «Seit der Kleine nun bei uns ist, rauchen wir nicht mehr in der Wohnung und gehen immer auf den Balkon. Das ist ganz schön hart. Auch von unsern Verwandten und Freunden verlangen wir, dass sie nach draussen gehen. Da sind wir strikt.»	Aufrechterhaltung («immer!») «Seit ich wusste, dass ich schwanger war, wird im Haus nicht mehr geraucht. Für jede Zigarette gehen wir auf die Terrasse. So macht das Rauchen auch weniger Spass, um ehrlich zu sein. Ich habe mir schon überlegt, ganz mit dem Rauchen aufzuhören.»
Assist Ermöglichen, eine Veränderung zu wagen bzw. bestärken, das positive Verhalten aufrecht zu erhalten. → Anstoss geben, das eigene Verhalten/die eigene Meinung zu reflektieren und einen ersten Schritt in eine Verhaltensänderung zu machen.	Mögliche Antworten:				
	Absichtslosigkeit («nie!») «Es geht nicht darum, dass Sie generell auf das Rauchen verzichten müssen. Sondern es geht darum zu sorgen, dass Ihr Kind nicht dem Passivrauchen ausgesetzt ist, wenn Sie rauchen. Ich bin sicher, da gibt es auch für Sie und Ihr Kind eine Lösung. «Ich gebe Ihnen hier einen Flyer. Überlegen Sie sich doch bis zu meinem nächsten Besuch am X.X.XXXX, wie Sie Ihr Kind allenfalls schützen können.»	Absichtsbildung («vielleicht!») «Ich finde es gut, dass Sie und Ihr Mann schon über Möglichkeiten diskutiert haben, wie Sie Ihr Kind vor dem Passivrauchen schützen können. Was spricht dagegen, im Beisein des Kindes zu rauchen? Was spricht dafür, weiterhin in der Wohnung zu rauchen? Gäbe es allenfalls Alternativen? → aufzählen lassen «Wo möchten/könnten Sie ansetzen? Wo und wie liesse sich das am besten umsetzen? Ich gebe Ihnen gerne diesen Flyer. Das kann Sie unterstützen, Lösungen zu finden.»	Vorbereitung («bald!») «Das ist ein guter Entscheid, der die Gesundheit des Babys unterstützt. Wie werden Sie Ihren Beschluss umsetzen?» → Hier die Eltern auffordern zu beschreiben, wo sie in Zukunft rauchen werden, wie sie diesen Ort einrichten, wann gute Rauchpausen sind (z.B. nach dem Stillen/Schoppen geben).	Handlung («jetzt!») «Das ist ja toll! und ich kann gut verstehen, dass es nicht einfach ist, das Ganze durchzuziehen. Was hilft Ihnen dabei? bzw. wo brauchen Sie noch Unterstützung?» → Hier allenfalls mit den Eltern anschauen, wie sie sich bei Verwandten und Familienmitgliedern durchsetzen können.	Aufrechterhaltung («immer!») «Ich sehe, Ihnen ist die Gesundheit des Kindes sehr wichtig und Sie nehmen deshalb auch Unbequemlichkeiten in Kauf. Und Sie merken nun, dass Ihnen das Rauchen gar nicht mehr so viel bringt. Wenn Sie mit dem Rauchen aufhören, tun Sie natürlich auch etwas Gutes für sich selber.»
Arrange	«Ich gebe Ihnen gerne einen Flyer ab, auf welchem nochmals die wichtigsten Informationen stehen, warum es so wichtig ist, kleine Kinder vor dem Passivrauchen zu schützen und wie Eltern dies zuhause tun können. Auf dem Flyer können die Eltern vermerken, wo in der Wohnung sie ihr Kind schützen möchten. Nicht zu vergessen ist das Auto, in welchem das Kind auch vor dem Passivrauchen geschützt werden sollte.»				
	Absichtslosigkeit («nie!») Erlaubnis einholen, beim nächsten Termin das Thema Schutz vor Passivrauchen nochmals aufzunehmen.	Absichtsbildung («vielleicht!») Erlaubnis einholen, beim nächsten Termin auf mögliche Lösungen zu sprechen kommen.	Vorbereitung («bald!») Zusammen mit den Eltern auf dem Flyer diejenigen Räume/Situationen kennzeichnen, in denen ganz sicher nicht mehr geraucht wird. «Ich bin gespannt bei meinem ersten Gespräch zu Hause zu hören, wie Sie das Ganze zu Hause umsetzen.»	Handlung («jetzt!») «Auf dem zusätzlichen Kontaktblatt befinden sich auch Adressen von Fachstellen, an welche Sie sich wenden können, falls Sie Unterstützung wünschen.»	Aufrechterhaltung («immer!») «Auf dem zusätzlichen Kontaktblatt befinden sich auch Adressen von Fachstellen, an welche Sie sich wenden können, falls Sie Unterstützung wünschen.»