

**Dr. med. Thomas Heindl**

Facharztpraxis und Schulungszentrum  
für Innere Medizin/Pneumologie & Tabakentwöhnung  
Käthe-Kollwitz-Str.9, 04109 Leipzig

www.heindl-praxis.de  
Tel.: 0341 - 480 2727  
Fax: 0341 - 480 2728



Leipzig, Dienstag, den 25.02.2025

# Rauchfrei Durchatmen = Rauchstoppkurs

Eine Initiative zur STRUKTURIERTEN TABAKENTWÖHNUNG nach S3-Leitlinie  
des Berufsverbandes der Pneumologen in Sachsen e.V.

Liebe Patienten, liebe und geschätzte Kollegen Überweiser,  
ich freue mich, Ihnen mitteilen zu können, daß wir Ihnen im April 2025 einen Start-Termin für einen neuen  
Rauchstopp-Kurs für die nächsten beiden **Kurs-Gruppen** mit 2x10 Teilnehmern anbieten können.  
**Dieses gemeinsam von uns Sächsischen Pneumologen, der AOK Plus und der Technischen Universität  
Chemnitz / Sektion Psychologie entwickelte und seit 10 Jahren etablierte Programm „Rauchfrei  
Durchatmen“ ermöglicht gemessene Einjahres-Abstinenzraten von etwa 40% (laut ATEMM-Studie).**

Was erwartet Sie in unserem Tabakentwöhnungs-Kursprogramm konkret?

- 1. 3x3 Stunden Kurs-Seminare K1-K3 über 2-3 Monate = 3 x Donnerstags 16.00-19.00 Uhr,**  
(DIE CA 350 EURO FÜR DAS ERSTGESPRÄCH, DIESE 3 SEMINARE VERHALTENSTHERAPIE  
UND TELEFONATE BEZAHLEN aktuell nur die **AOK PLUS** und die **IKK CLASSIC**). ANDERE  
KASSEN ÜBERNEHMEN DIE KOSTEN NOCH NICHT = TEILNAHME ALS SELBSTZAHLER
- 2. Insofern notwendig, Begleitmedikation (Vareniclin oder Nikotinersatz) über 3 Monatsrezepte über  
uns,** um mögliche körperliche Entzugssymptomatik während der Sucht-Entwöhnung zu beherrschen.  
(DIE CA 150 EURO PRO MONAT FÜR DIESE MEDIKATION BEZAHLEN SIE IN DER  
APOTHEKE – ANSTATT IHRER BISHERIGEN INVESTITION IN ZIGARETTEN ODER  
TABAKANALOGA)
- 3. Messung Ihrer Vitalparameter Lungenfunktion, Gewicht und CO-Wert im Kursverlauf vor Beginn  
(T0-Termin), 4 und 12 Wochen nach dem Rauchstopp (=T1-Termin) und 1 Jahr nach dem  
Rauchstopp (=T2-Termin).** Die Messung des CO-Wertes (Kohlenmonoxid) ermöglicht uns, stellvertretend  
für viele Tabakschadstoffe, den Fortschritt der Entgiftung Ihrer Lunge sichtbar und Ihren Abstinenzserfolg  
überprüfbar zu machen. (Die Lungenfunktionsmessung ist weiterhin Kassenleistung über Chipkarte)
- 4. Telefonische Erinnerung an alle Kurstermine und die Wiedervorstellungen nach 3 und 12  
Monaten.** Auch eine Notfalltelefon-Nr. für Problem-Klärungen bekommen Sie von uns.

Die nächsten **KURSTERMINE IM 2. QUARTAL 2025** (3 Donnerstage jeweils 16.00-19.00 Uhr) lauten:  
**Do 24.04.2025 (MOTIVATION!) + Do 22.05.2025 (RAUCHSTOPP!) + Do 19.06.2025 (ABSTINENZ!)**

GANZ WICHTIG ist dafür, daß Sie bitte vor der Schulung (also nicht am gleichen Tag) persönlich zum  
**T0-ERSTGESPRÄCH** in der Praxis erscheinen und ca 1h Zeit mitbringen für folgende Formalien:

- 1. Unterschreiben der Teilnahmeerklärung für IKK-Classic-Patienten**  
(bzw. für Selbstzahler-Teilnehmer anderer Kassen = Unterschreiben des Behandlungsvertrages)
- 2. Ausfüllen der Anamnese-Fragebögen (+ Check der Medikamente/Vorerkrankungen),**
- 3. Durchführung der T0-Messung (Lungenfunktion, Gewicht, Größe, CO-Wert).**
- 4. Kurzes Motivationsgespräch**

**BEI ERNSTLICHEM INTERESSE AN EINER KURSTEILNAHME VEREINBAREN  
SIE BITTE EINEN TERMIN ÜBER UNSERE SEMINARTELEFON-HOTLINE:**

**0341 – 308 671 43**

(KEINE Vergabe von Sprechstundenterminen oder Kassenrezepten über diesen Anschluß!)

WEITERE INFORMATIONEN FINDEN SIE HIER: [www.heindl-praxis.de](http://www.heindl-praxis.de)  
Mit allen guten Wünschen für Ihr Rauchstoppvorhaben verbleiben wir herzlich

Ihr Praxisteam Dr. Thomas Heindl