

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 30.07.2025

Rauchfrei Durchatmen / Rauchstopp-Kurs

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

Liebe Patienten, geschätzte ärztliche Kollegen Überweiser, ich freue mich, Ihnen mitteilen zu können, daß wir Ihnen im September 2025 den Start-Termin für den nächsten Rauchstopp-Kurs für die nächsten beiden **Kurs-Gruppen** mit 2x10 Teilnehmern anbieten können. Dieses gemeinsam von uns Pneumologen in Sachsen, der AOK Plus und der Technischen Universität Chemnitz / Sektion Psychologie entwickelte und seit 10 Jahren etablierte, wissenschaftlich in der ATEMM-Studie validierte und publizierte und über alle Themenaspekte durchstrukturierte Kurs-Programm: „Rauchfrei Durchatmen“ ermöglicht gemessene Einjahres-Abstinenzraten von etwa 40%.

Was erwartet Sie in unserem strukturierten Tabakentwöhnungs-Kursprogramm konkret?

- 1. 3x3 Stunden Kurs-Seminare über 2-3 Monate = 3 x Donnerstags 16.00-19.00 Uhr,** (DIE 417 EURO FÜR DAS ERSTGESPRÄCH, DIE 3 SEMINARE VERHALTENSTHERAPIE, TELEFONATE UND 2 KONTROLLEN (nach 3 und 12 Monaten) BEZAHLEN nur die **AOK PLUS** und die **IKK CLASSIC**). ANDERE KASSEN ÜBERNEHMEN DIE KOSTEN NOCH NICHT = TEILNAHME ALS SELBSTZAHLER GEGEN HONORAR-RECHNUNG (s. Praxis-Webseite).
- 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 DIREKT IN DER APOTHEKE – ANSTATT IHRER BISHERIGEN AUSGABEN FÜR ZIGARETTEN ODER TABAKANALOGA). Wichtig: Nur die Begleitmedikation ohne Rauchstoppkurs hilft nicht langfristig.
- 3. Messung Ihrer Vitalparameter Lungenfunktion, Gewicht und CO-Wert 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 Rauch-Schadstoffe, den Fortschritt der Entgiftung Ihrer Lunge sichtbar und Ihren tatsächlichen Abstinenzserfolg überprüfbar zu machen. (Die Lungenfunktionsmessung ist weiterhin Kassenleistung über Chipkarte)
- 4. Telefonische Erinnerung an alle Kurstermine und an die Kontroll-Termine nach 3 und 12 Monaten. Auch eine Notfalltelefon-Nr. für Problem-Klärungen bekommen Sie von uns.**

Die nächsten **KURSTERMINE IM 3. QUARTAL 2025** (3 Donnerstage jeweils 16.00-19.00 Uhr):
Do 25.09.2025 (MOTIVATION!) + Do 23.10.2025 (RAUCHSTOPP!) + Do 20.11.2025 (ABSTINENZ!)

GANZ WICHTIG ist dafür, daß Sie bitte einige Tage vorher (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**

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

0341 - 308 671 43

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

WEITERE DETAIL- INFORMATIONEN FINDEN SIE HIER: www.heindl-praxis.de

Mit allen guten Wünschen für Ihr Rauchstoppvorhaben verbleiben wir herzlich

Ihr Praxisteam Dr. Thomas Heindl