

Nikotinberatung

Wir unterstützen Sie

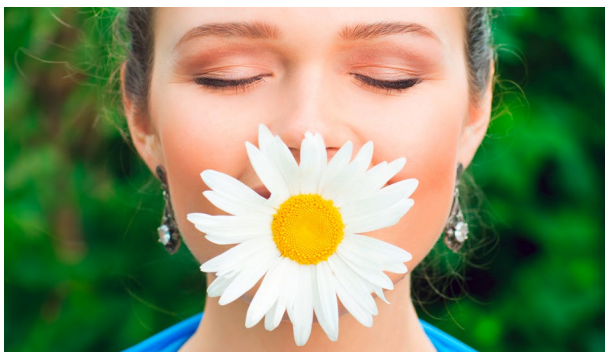
Sekretariat Pneumologie
Nikotinberatung
Direkt +41 56 486 26 28
nikotinberatung@ksb.ch

Individueller Rauchstopp – wir unterstützen Sie dabei

Für viele Rauchende ist der endgültige Rauchstopp oder die Reduktion des Tabakkonsums ein zentrales Thema im Zusammenhang mit einer tabakbedingten Erkrankung. Ein Spitalbesuch kann zum Anlass genommen werden, bei der Entwöhnung zu helfen. Die Nikotinberatung des Kantonsspitals Baden unterstützt Sie bei Ihrem Vorhaben Ihr Rauchverhalten zu verändern, stationär oder ambulant.

Ansprechpartner und Kosten

Die Nikotinberatung wird von ausgebildeten Expertinnen der Tabakentwöhnung durchgeführt und von einer ärztlichen Fachperson unterstützt. Die Methoden der Beratung sind lösungsorientiert und individuell auf die persönlichen Ressourcen und Möglichkeiten der Klientinnen und Klienten ausgerichtet. Die Anmeldung erfolgt über den Stationsarzt/-ärztin des Kantonsspitals Baden oder den Hausarzt/-ärztin. Die Kosten werden in der Regel von der Krankenkasse übernommen.



Übrigens wussten Sie, dass...

- 20 Minuten nach der letzten Zigarette der erhöhte Herzschlag sinkt.
- 2 Wochen bis 3 Monate nach dem Rauchstopp das Herzinfarkttrisiko zu fallen beginnt und gewisse Lungenfunktionen anfangen sich zu erholen.
- 1 bis 9 Monate nach dem Stopp der Raucherhusten abnimmt.
- 1 Jahr nach dem Rauchstopp das Risiko einer Herz-Kreislauf-Krankheit sich halbiert hat. Nach 15 Jahren ist das Risiko einer Herz-Kreislauf-Krankheit auf dem Niveau von nichtrauchenden Personen angekommen.

(Quelle: Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz)

Weitere Informationen

- **National: Bundesamt für Gesundheit – Smoke Free Kampagne (mehrsprachig)**
smokefree.ch
- **Angebote in Spitälern und Gesundheitsinstitutionen**
ftgs.ch

Wir sind seit 10 Jahren Mitglied beim FTGS
(Forum Tabakprävention in Gesundheitsinstitutionen Schweiz)

