

# Inhaltsverzeichnis

Einleitung .....	1
<b>1 Beschreibung der Störung .....</b>	<b>3</b>
1.1 Definition der Tabakabhängigkeit .....	3
1.1.1 Entzugserscheinungen .....	5
1.1.2 Abhängigkeitspotenzial .....	6
1.2 Epidemiologische Daten .....	7
1.3 Pharmakologische Aspekte des Rauchens .....	8
1.4 Gesundheitliche Schäden durch das Rauchen .....	11
1.5 Verlauf und Prognose .....	14
1.5.1 Einstiegsprozesse .....	14
1.5.2 Motivationsphasen .....	16
1.5.3 Ausstiegsprozesse .....	17
1.6 Komorbidität .....	17
1.6.1 Rauchen und psychische Störungen .....	17
1.6.2 Rauchen und andere psychotrop wirkende Substanzen .....	18
<b>2 Störungstheorien und -modelle .....</b>	<b>19</b>
2.1 Operante Konditionierung .....	20
2.2 Klassische Konditionierung .....	22
2.3 Kognitive Modelle .....	24
2.4 Rückfallmodell .....	26
2.5 Integratives Modell der Suchtentstehung .....	27
<b>3 Diagnostik und Indikation .....</b>	<b>28</b>
3.1 Erstkontakt .....	29
3.1.1 Gesprächsprinzipien für den Erstkontakt .....	29
3.1.2 Inhalte des Erstkontakts .....	33
3.2 Diagnostisches Vorgehen .....	34
3.2.1 Anlass der Behandlung und Einschätzung der Motivation .....	34
3.2.2 Abhängigkeit .....	36
3.2.3 Rauchgeschichte .....	37
3.2.4 Aktuelles Rauchverhalten .....	39
3.2.5 Soziale Umwelt .....	41
3.2.6 Horizontale Verhaltensanalyse .....	42
3.2.7 Biologische Marker .....	43

3.2.8	Komorbidität .....	44
3.2.9	Alkoholkonsum .....	44
3.3	Indikationsstellung .....	45
<b>4</b>	<b>Behandlung</b> .....	<b>47</b>
4.1	Modell der individuellen Tabakentwöhnung (MIT) .....	47
4.2	Motivationsförderung .....	50
4.2.1	Entwicklung eines individuellen Störungsmodells .....	50
4.2.2	Informationsvermittlung .....	51
4.2.3	Pro-Contra-Liste .....	51
4.2.4	Gedankenexperiment .....	53
4.2.5	Psychoedukation „Die Nikotinfälle“ .....	55
4.3	Vorbereiten des rauchfreien Lebens .....	58
4.3.1	Bekräftigung der Entscheidung und Festlegen des Stopptags .....	58
4.3.2	Beobachten von Nichtrauchern .....	59
4.3.3	Entwicklung und Planung von Alternativverhalten .....	59
4.3.4	Pharmakologische Behandlung .....	63
4.3.5	Vorbereitung des Stopptags .....	67
4.3.6	Umgang mit Entzugssymptomen .....	69
4.3.6.1	Kognitive Bewertung .....	69
4.3.6.2	Bewältigungsstrategien .....	70
4.3.6.3	Craving .....	73
4.3.6.4	Depressive Verstimmungen .....	76
4.3.6.5	Gewichtszunahme .....	77
4.3.7	Positive Imagination des rauchfreien Lebens .....	78
4.3.8	Kontingenzmanagement .....	80
4.3.9	Soziale Unterstützung .....	81
4.4	Stabilisierung des rauchfreien Lebens .....	82
4.4.1	Erfahrungsbericht .....	82
4.4.2	Risikoprofil und Bewältigungsverhalten .....	83
4.4.3	Psychoedukation: „Vorfall und Rückfall“ .....	86
4.4.4	Umgang mit Rückfallgedanken .....	88
4.4.5	Beendigung der Behandlung und telefonische Nachbetreuung .....	88
4.5	Dauer und Finanzierung der Behandlung .....	89
4.6	Wirkungsweise der Methoden .....	91
4.7	Effektivität und Prognose .....	93
4.8	Varianten der Methode und Kombinationen .....	95
4.9	Probleme bei der Durchführung .....	100
<b>5</b>	<b>Fallbericht</b> .....	<b>101</b>
<b>6</b>	<b>Literatur</b> .....	<b>109</b>

<b>7</b>	<b>Anhang</b> .....	112
	Screeningfragebogen .....	112
	Motivationsleiter .....	113
	Protokollbogen – Registrierkarte .....	114
	Quiz .....	115
	Antworten auf Quizfragen .....	117
	Liste für alternatives Verhalten .....	121
	Vorgehen bei der telefonischen Nachbetreuung .....	122

Karten:

Leitfaden zur Exploration

Gesprächsprinzipien für den Erstkontakt

Verhaltensanalyse des Rauchens