

# Arbeitsweise und Wirksamkeit der BZgA Telefonberatung zur Raucherentwöhnung

14. Nationale Konferenz  
für Gesundheitsförderung  
im Krankenhaus

Mareike Strunk

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln

05. November 2009

# Service der BZgA-Telefonberatung zur Rauchentwöhnung

---

**Telefonnummer: 01805 – 31 31 31 (14ct/min a.d. Festnetz,  
Mobilfunk abweichend)**

**Beratungszeiten: insgesamt 64 Wochenstunden**

**Mo – Do                    10 – 22 Uhr**

**Fr – So                    10 – 18 Uhr**

**an 362 Tagen des Jahres**

**seit 2006: Telefonnummer auf jeder 14. Zigarettenschachtel**

**5 Leitungen; Drei weibliche, zwei männliche BeraterInnen**

**Proaktive Beratung und Nachbefragung seit Oktober 2007**

## Vernetzung mit anderen BZgA-Angeboten

---

breit gefächertes Angebot zur Unterstützung und Information für Jugendliche und Erwachsene:

- Rauchfrei-Programm (Gruppenprogramm, siehe [www.rauchfrei-programm.de](http://www.rauchfrei-programm.de))
- Internetprogramm: [www.rauchfrei-info.de](http://www.rauchfrei-info.de)
- Email-Beratung: [rauchfrei-info@bzga.de](mailto:rauchfrei-info@bzga.de)
- Internetprogramm für Jugendliche: [www.rauch-frei.info/programm](http://www.rauch-frei.info/programm)
- Datenbank Anbieter Raucherberatung  
[www.anbieter-raucherberatung.de](http://www.anbieter-raucherberatung.de)

# Maßnahmen zur Qualitätssicherung

---

- umfangreiche Handbücher
- mehrtägige Initialschulung und fortlaufende monatliche Trainings
- Training an der Datenmaske
  
- Helpdesk
- ad-hoc-Unterstützung
  
- mystery calls und Feedback

# Datenbank: Beratungsprotokoll & Datenerfassung

**BZgA Rauchfrei - [Dateneingabe]**

Datenbank beenden   drucken...   Bericht schließen

ID:    Anrede:    Nachname:    Vorname:     Teilnahme Evaluation

Erstanruf   **Anamnese, Beratung**   Anamnese, Beratung (Seite 2)   Vereinbarte Ausstiegshilfen   Schwangere und Mütter

**Anamnese, Beratung**

Andere Tabakprodukte   Zeitpunkt der ersten Zigarette ? Min nach dem Aufwachen    Anzahl Zigaretten    Dauer der Abstinenz: Tage

In den letzten 12 Monaten länger als 7 Tage Abstinenz   Anzahl der bisherigen Aufhörversuche    Dauer Tabakkonsum (Jahre)    Monate

Gefühl der Abhängigkeit   Einstiegsalter    Jahre

**aktuelle Ausstiegsmotivation:**

Gesundheitsbewusstsein    Rauchfreier Arbeitsplatz   Wie groß ist Ihr Wunsch mit dem Rauchen aufzuhören?

aktuelle Symptome oder Krankheit    Kosten, Tabakpreis   Zuversicht innerhalb der nächsten Wochen mit dem Rauchen aufzuhören?

Schwangerschaft, stillende Mutter    Druck von Außen

Rücksicht auf Umfeld

**angewandte Ausstiegshilfen:**

Printmedien    Pflaster    Raucherentwöhnungskurs    Klinik

Nikotintablette    Nikotinaugummies    Einzelberatung    Medikamente

Stopptag    Akupunktur    Tel. Rückfallprophylaxe    Sonstige

Reduktionsmethode    Hypnose    verschreibungspfl. Medikamente    bisher keine

Fagerström   =>

# Datenbank: Beratungsprotokoll & Datenerfassung

BZgA Rauchfrei - [Dateneingabe]

Datenbank beenden drucken... Bericht schließen

ID	Anrede	Nachname:	Vorname:	<input type="checkbox"/> Teilnahme Evaluation
<input type="text" value="10859"/>	<input type="text" value=""/>	<input type="text" value="anonym"/>	<input type="text" value=""/>	

Erstanruf Anamnese, Beratung Anamnese, Beratung (Seite 2) Vereinbarte Ausstiegshilfen Schwangere und Mütter

### Aktuelle Ausstiegshilfen, Vereinbarungen

<input type="checkbox"/> Printmedien	<input type="checkbox"/> Akupunktur	<input type="checkbox"/> Raucherentwöhnungskurs
<input type="checkbox"/> Raucherprotokoll	<input type="checkbox"/> Nikotinkaugummies	<input type="checkbox"/> Einzelberatung (Arzt, Psych. Heilpraktiker ...)
<input type="checkbox"/> Stoptag	<input type="checkbox"/> Nikotin Lutschtablette	<input type="checkbox"/> Tel. Rückfallprophylaxe
<input type="checkbox"/> Reduktionsmethode	<input type="checkbox"/> Nikotin Sublingualtablette	<input type="checkbox"/> Pate (Unterstützung durch Angehörige / Freunde)
<input type="checkbox"/> Pflaster	<input type="checkbox"/> Verschreibungspfl. Medikamente	Sonstiges: <input type="text" value=""/>

### Proaktive Beratung

<input type="checkbox"/> Proaktive Beratung angeboten	<input type="checkbox"/> Berater/in: <input type="text" value=""/>
<input type="checkbox"/> Proaktive Beratung gewünscht	

Beratungsfokus, Anmerkungen:

# Datenbank: Beratungsprotokoll & Datenerfassung – proaktiver Anruf

BZgA Rauchfrei - [20\_proaktiv : Formular]
Frage hier eing...

Datenbank beenden
drucken...
Bericht schließen

Akt. Anlass Anruf: Motivationsstärke: sehr groß Erfolgszuversicht: sehr zuversichtlich Fagerström: 5 (mittlere Abhängigkeit) Medienanstoß: Aktion Zigarettenpacku Größe/Gewicht: cm / kg	Dauer Tabakkonsum: 33 Jahre Anzahl Zigaretten: 10 Zeitpunkt nach Aufstehen: bisherige Aufhörversuche: 1 Länger 7 Tage Abstinenz / letzte 12 Monate: 0	- Umgang mit negativen Gefühlen (stark) - Printmedien - Stopptag
---	---	--

**Wurde Abstinenz erreicht?**

Beratungsfokus: Sie hat 2 Langzeittherapien in Bezug auf Alkohol gehabt. Sie ist Asthmatikerin und sie ist lungenoperiert. Sie arbeit

Abstinenz erreicht
Rückfallberatung
Daten Folgeanruf
Personenbezogene Daten

**Positive Abstinenzserlebnisse:**

**Kritische Situationen:**

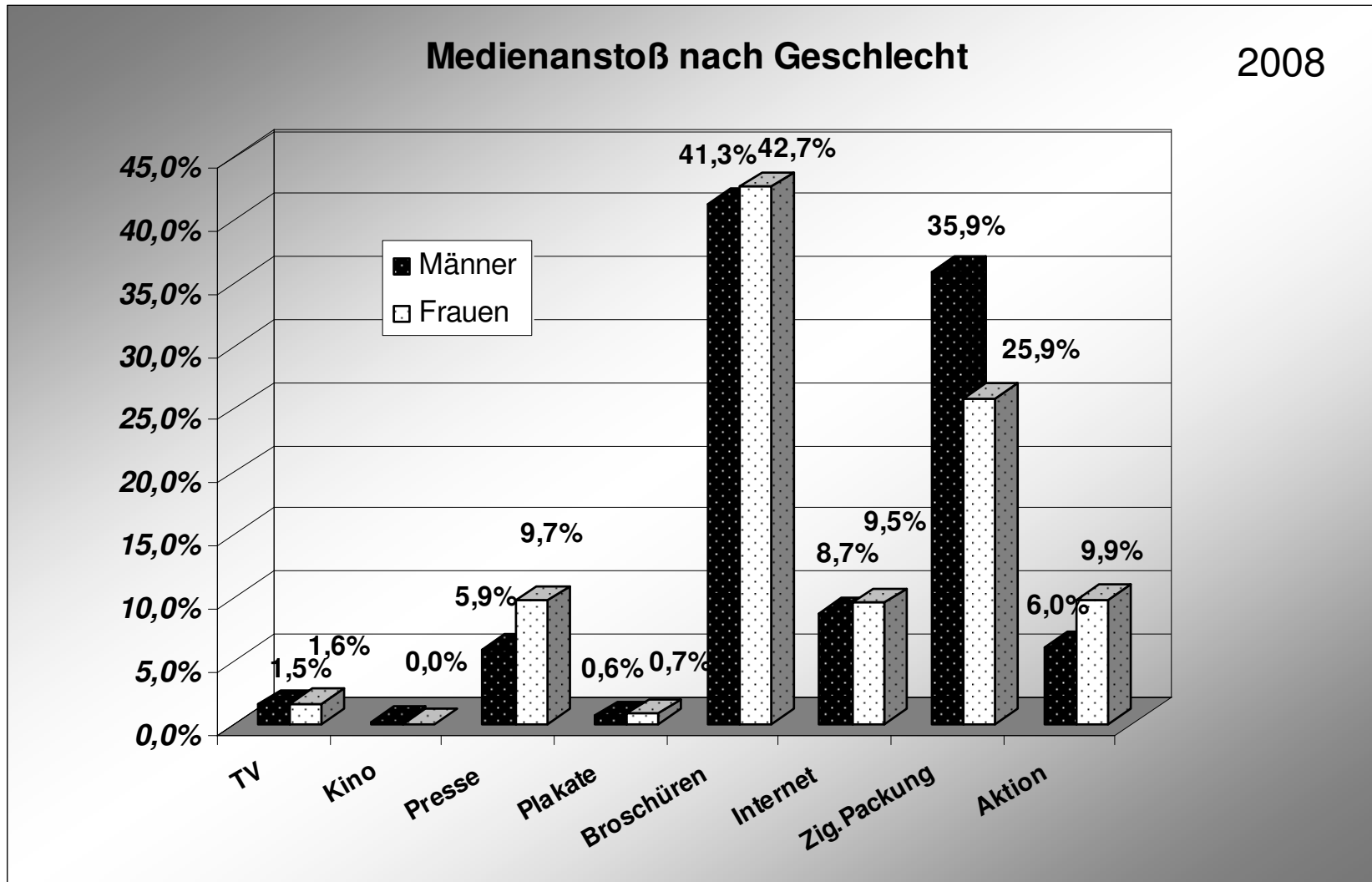
**Angewandte Strategien:**

Selbsthilfematerial	Verhaltensänderung	Beratung	Medikation
<input type="button" value="Literatur"/>	<input type="button" value="9 As"/>	<input type="button" value="Arzt"/>	<input type="button" value="NIK-KG"/>
<input type="button" value="BZgA- Printmedien"/>	<input type="button" value="Sport"/>	<input type="button" value="Psychologe"/>	<input type="button" value="NIK-LT / NIK-SLT"/>
<input type="button" value="Internetprogramm"/>	<input type="button" value="Ernährungsumstellung"/>	<input type="button" value="Apotheker"/>	<input type="button" value="NIK-NS"/>
	<input type="button" value="Kontrolle Auslösereize"/>	<input type="button" value="Telefonberatung"/>	<input type="button" value="NIK-Pflaster"/>
		<input type="button" value="amb. Raucherentwöhnung"/>	<input type="button" value="Verschrpfl. Medikament"/>
		<input type="button" value="Gruppenprogramm"/>	<input type="button" value="Alternative Methoden"/>

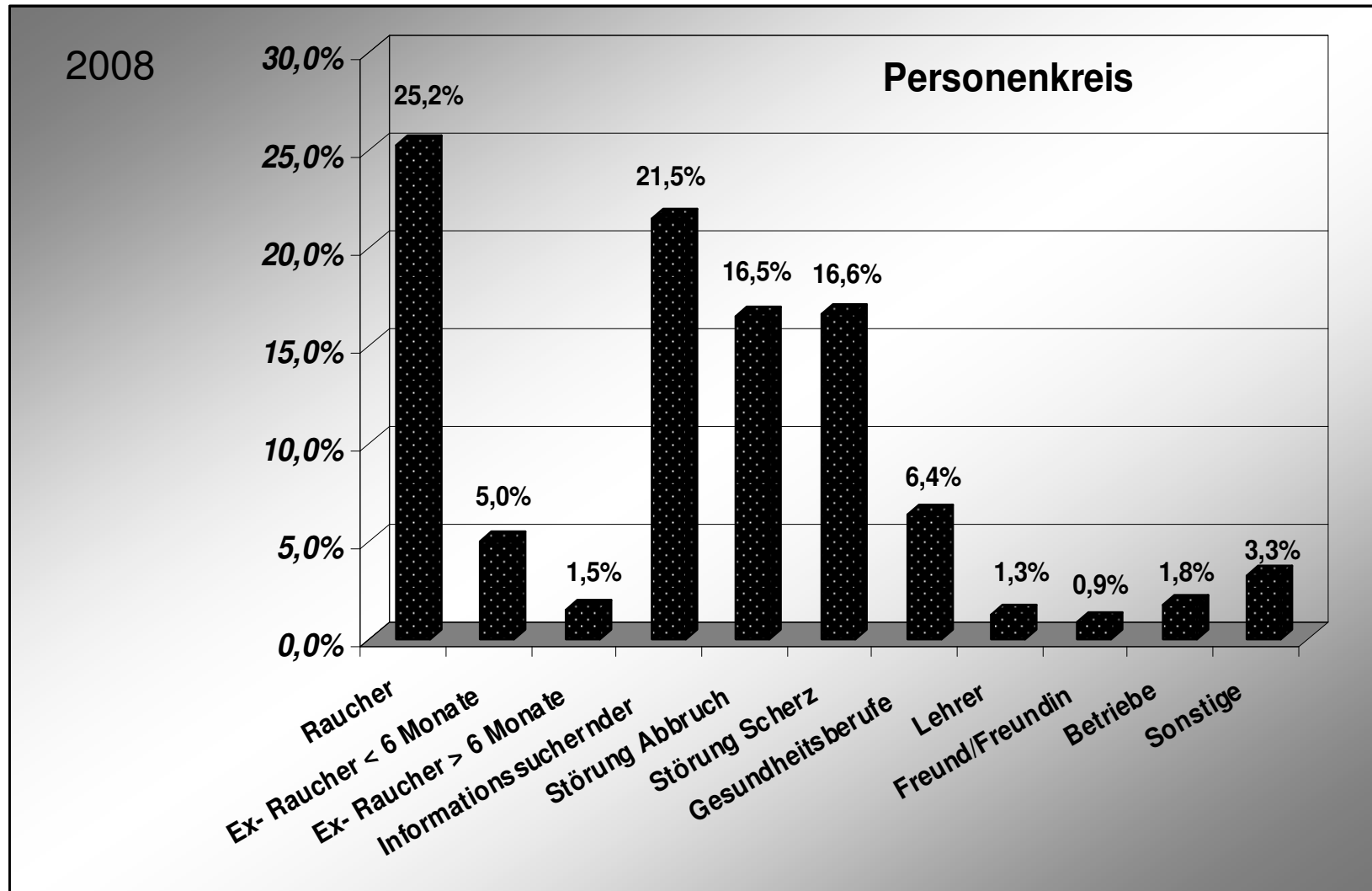
**Soziale Unterstützung**

Anruf: 5 von 5
Vereinbarter Termin: 20.11.2008

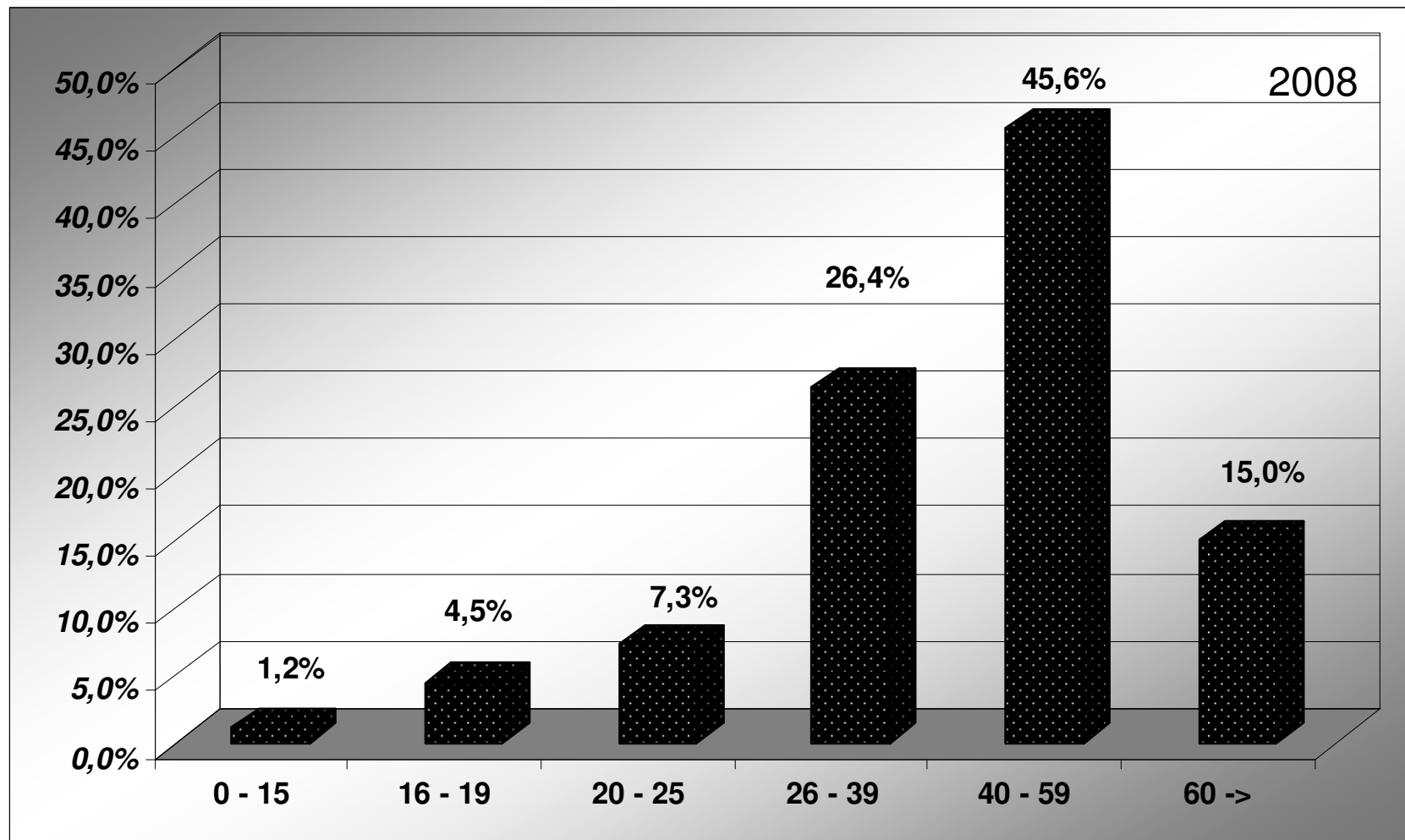
# Woher kennen die Anrufer die Telefonnummer?



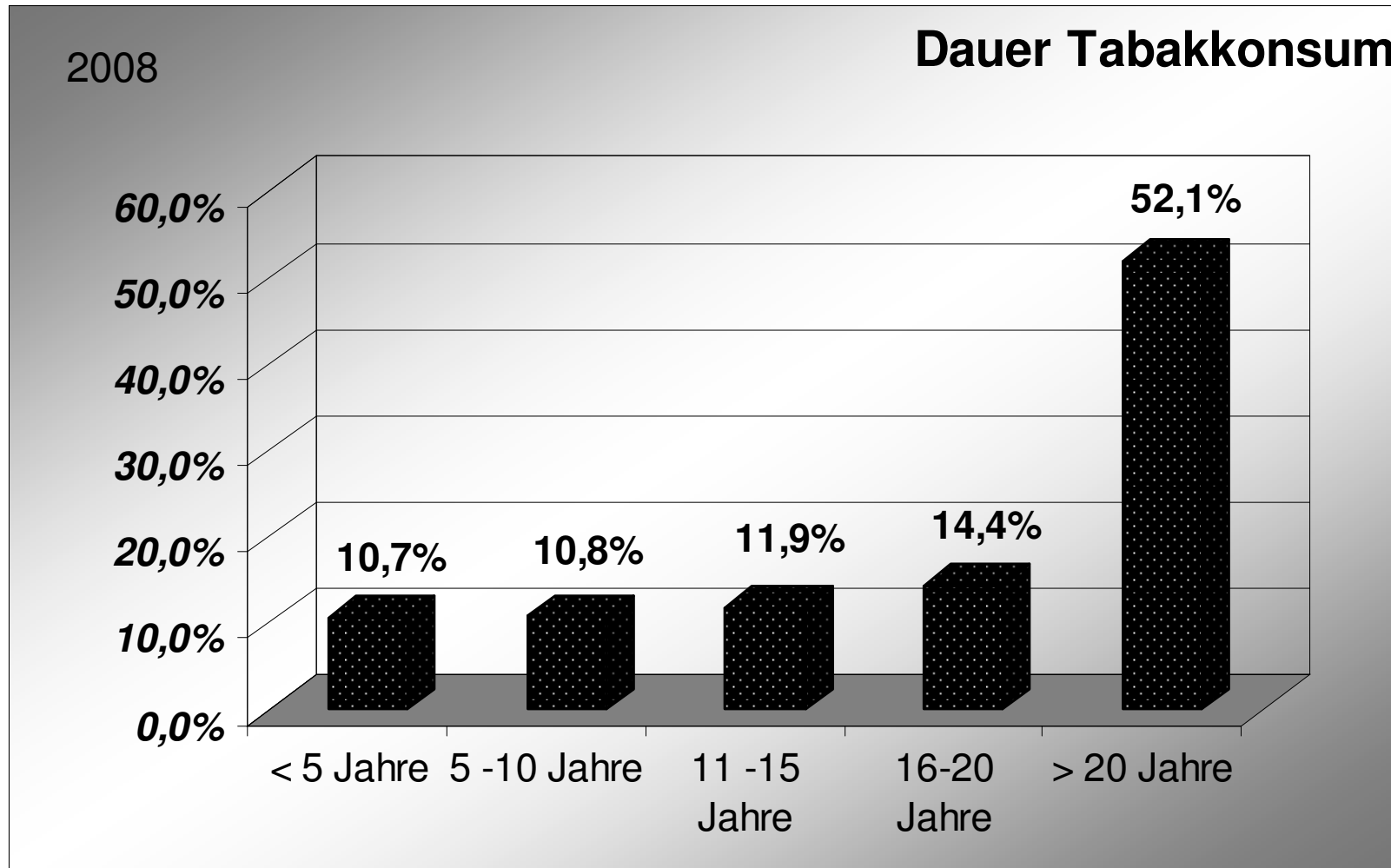
# Personenkreis der Anrufer



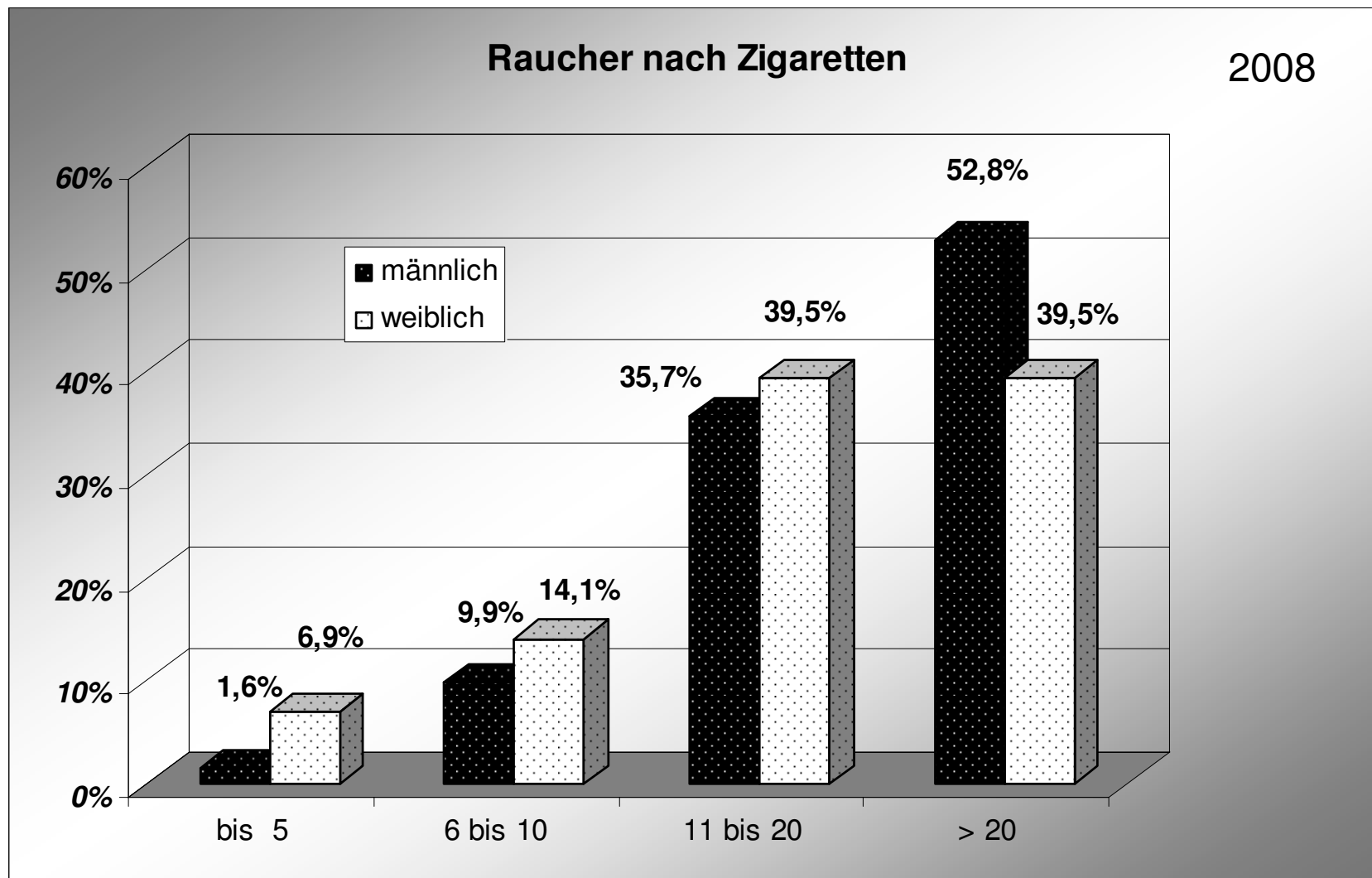
# Alter der rauchenden Anrufer



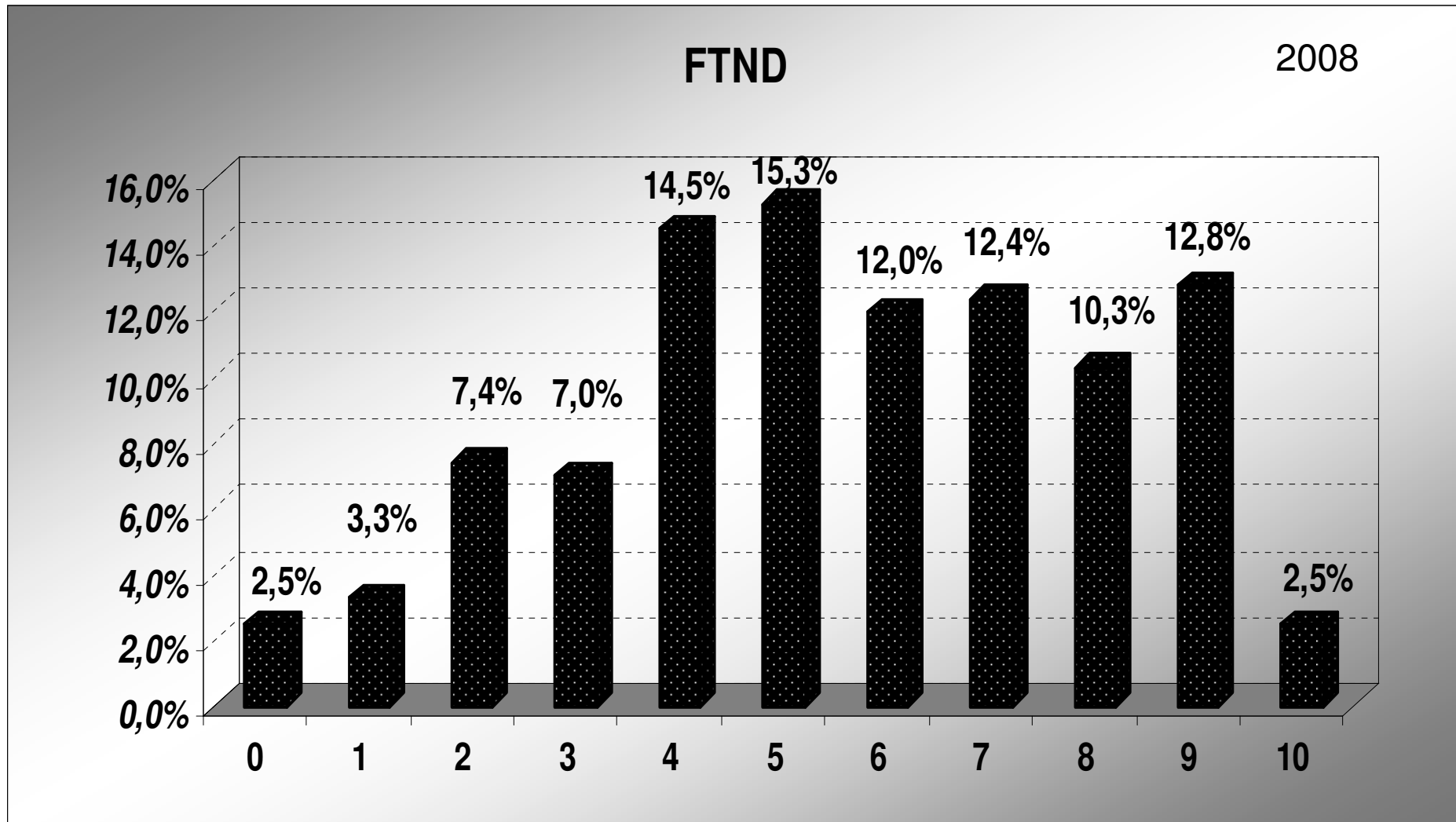
# Dauer des Tabakkonsums



# Tageskonsum der rauchenden Anrufer



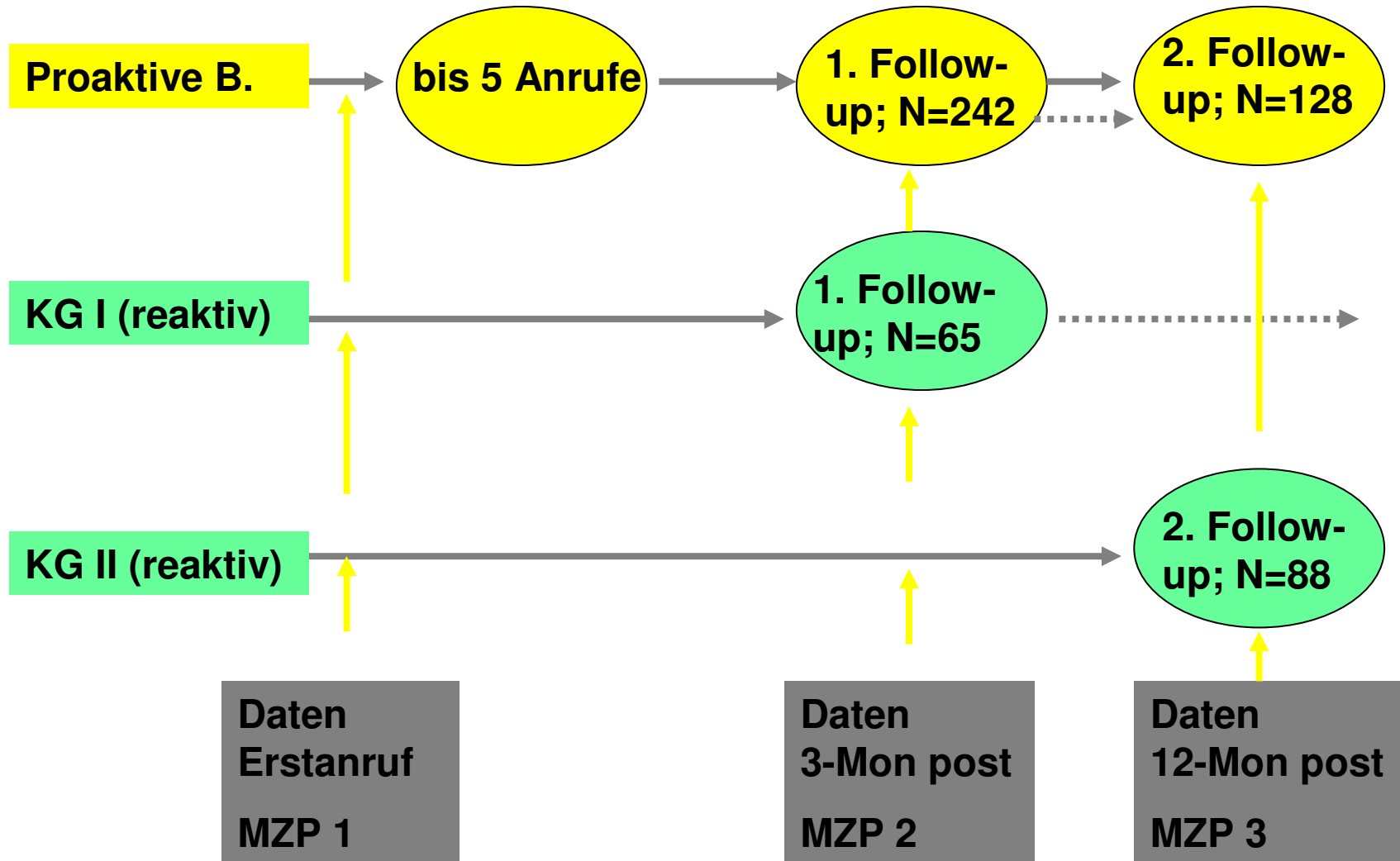
# Tabakabhängigkeit der rauchenden Anrufer



# Was passiert am Telefon?

	TIMING UND DAUER	DATENERHEBUNG	BERATUNGSINHALTE
1	Eingehend; jederzeit Info zu proaktiver Beratung: +/- 25min	Rauchanamnese, Ausstiegsversuche Motivation und Selbstwirksamkeit Risikosituationen, Vereinbarung diverser Ausstiegshilfen	Motive für Anruf und Ausstieg Stärkung von Motivation und Selbstwirksamkeit Coping in Risikosituationen Vorbereitung des Rauchstopp Soziale Unterstützung
2	proaktiv in den ersten 3 Tagen nach Rauchstopp +/- 10min	Rauchstatus, Risikosituationen, Einsatz behavioraler und kognitiver Copingstrategien	Erfahrung beim Rauchstopp Positive Veränderungen; Coping, Entzugserleben, Anwendung der Pharmakotherapie
3	proaktiv Innerhalb der nächsten 4 Tage; +/- 10min	Rauchstatus, Einsatz behavioraler und kognitiver Copingstrategien	Wirksamkeit des Coping Inanspruchnahme sozialer Unterstützung Emotional bedeutsame Vorteile
4	proaktiv Innerhalb der nächsten 4 Tage; +/- 10min	Rauchstatus, Einsatz behavioraler und kognitiver Copingstrategien	Ausstiegsprozess, Anpassung des Coping Nichtrauchen wird alltäglich Neuer Anlauf bei Rückfall
5	proaktiv Innerhalb der nächsten 4 Tage; +/- 10min	Rauchstatus, Einsatz behavioraler und kognitiver Copingstrategien	Rückfallprävention Weiterer Unterstützungsbedarf Notfallplan/-koffer
6	proaktiv Einen Monat nach Rauchstop; +/- 10min	Rauchstatus	Notfallplan/-koffer Einverständnis mit Nachbefragung Verabschiedung

# Messzeitpunkte und Evaluationskonzept



# Äquivalenztests MZP 1

	Proaktiv (N=242)	Nicht proaktiv (N= 153)	Äquivalenztest
Anteil Frauen (N, %)	N = 172 71%	N = 91 59 %	$Chi2 = 5.66, p < .05$
Alter	N = 206 M = 42,78 (SD = 12,50)	N = 84 M = 47,74 (SD = 12,74)	$F = 8.93, p < .01$
Anteil Exraucher ( $< 6$ Monate)	N = 24 (9,9%)	N = 22 (14,4%)	ns
Bereits einmal Tage Abstinenz $> 7$	N = 23 (9,5%)	N = 4 (2,6%)	$Chi2 = 6.98, p < .01$
Gefühl der Abhängigkeit	N = 128 (52,9%)	N = 33 (21,6%)	$Chi2 = 38.09, p < .001$
Zigaretten/Tag	N = 234 M = 21.9 (SD = 12.0)	N = 76 M = 24.7 (SD = 15.3)	ns
FTND	N = 126 M = 5,23 (SD = 2.51)	N = 19 M = 5.11 (SD = 2.66)	ns
1.Zigarette des Tages (min nach Aufwachen)	N = 126 M = 17,7 (SD = 19,5)	N = 28 M = 11,3 (SD = 13,6)	ns

# Äquivalenztests MZP 1

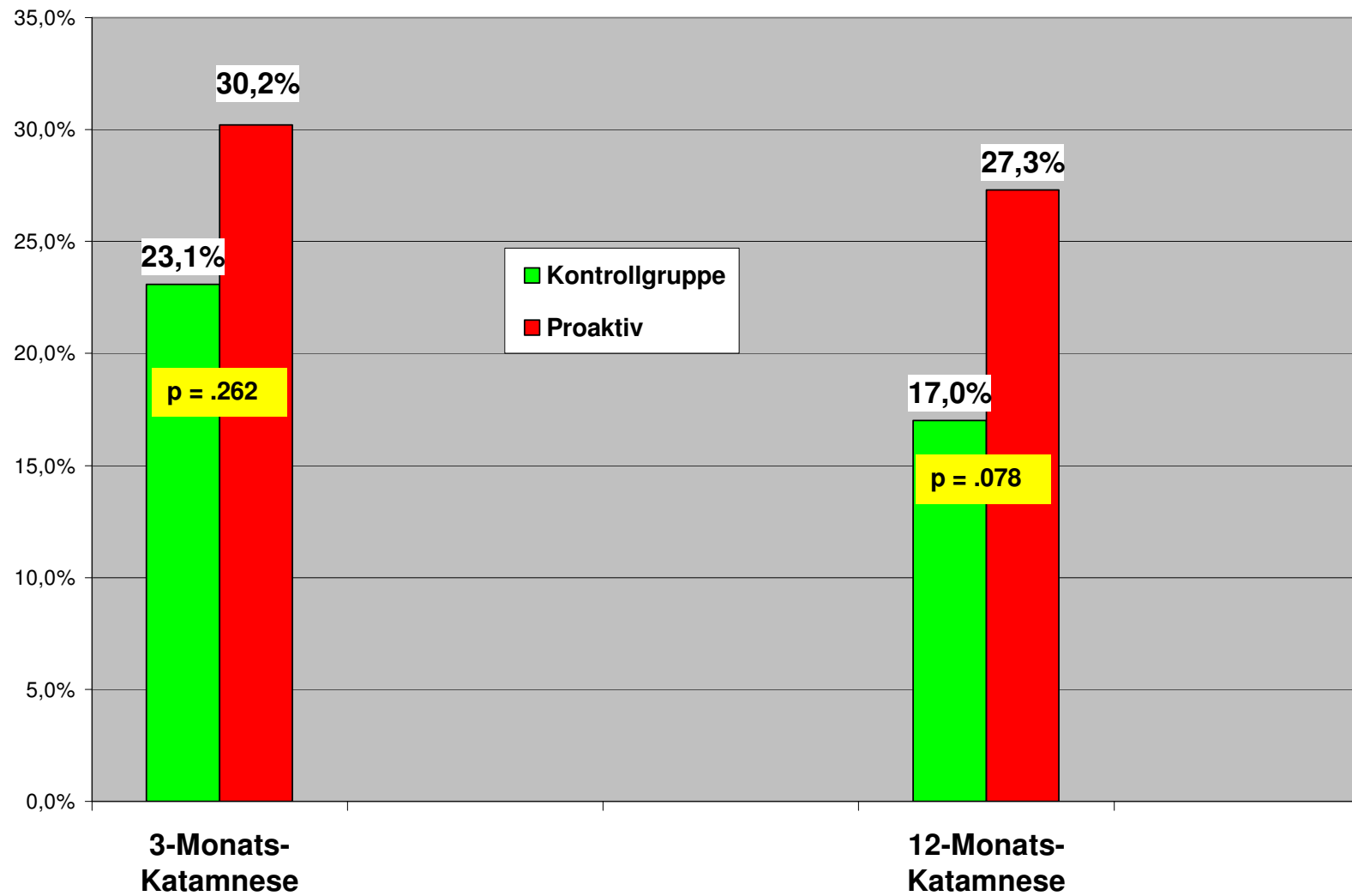
	Proaktiv (N=242)	Nicht proaktiv (N= 153)	Äquivalenztest
Bereits Nikotinpflaster benutzt	21,1%	8,5%	$Chi^2 = 10.92, p < .01$
Bisher keinerlei Hilfen benutzt	41,3%	18,3%	$Chi^2 = 22.68, p < .001$
Sonstige Hilfen benutzt	14,5%	2,6%	$Chi^2 = 14.78, p < .001$
Vereinb. Ausstiegshilfe Printmedien	55,8%	62,1%	ns
Vereinb. Ausstiegshilfe Stopptag	72,7%	0%	$Chi^2 = 200.7, p < .0001$
Vereinb. Ausstiegshilfe Nikotinkaugummi	27,7%	13,1%	$Chi^2 = 11.65, p < .01$
Vereinb. Ausstiegshilfe Raucherkarte	41,7%	5,2%	$Chi^2 = 62.52, p < .0001$
Keine Vereinbarung getroffen	4,5%	26,8%	$Chi^2 = 40.60, p < .0001$

## Zufriedenheit und Bereitschaft zur Weiterempfehlung

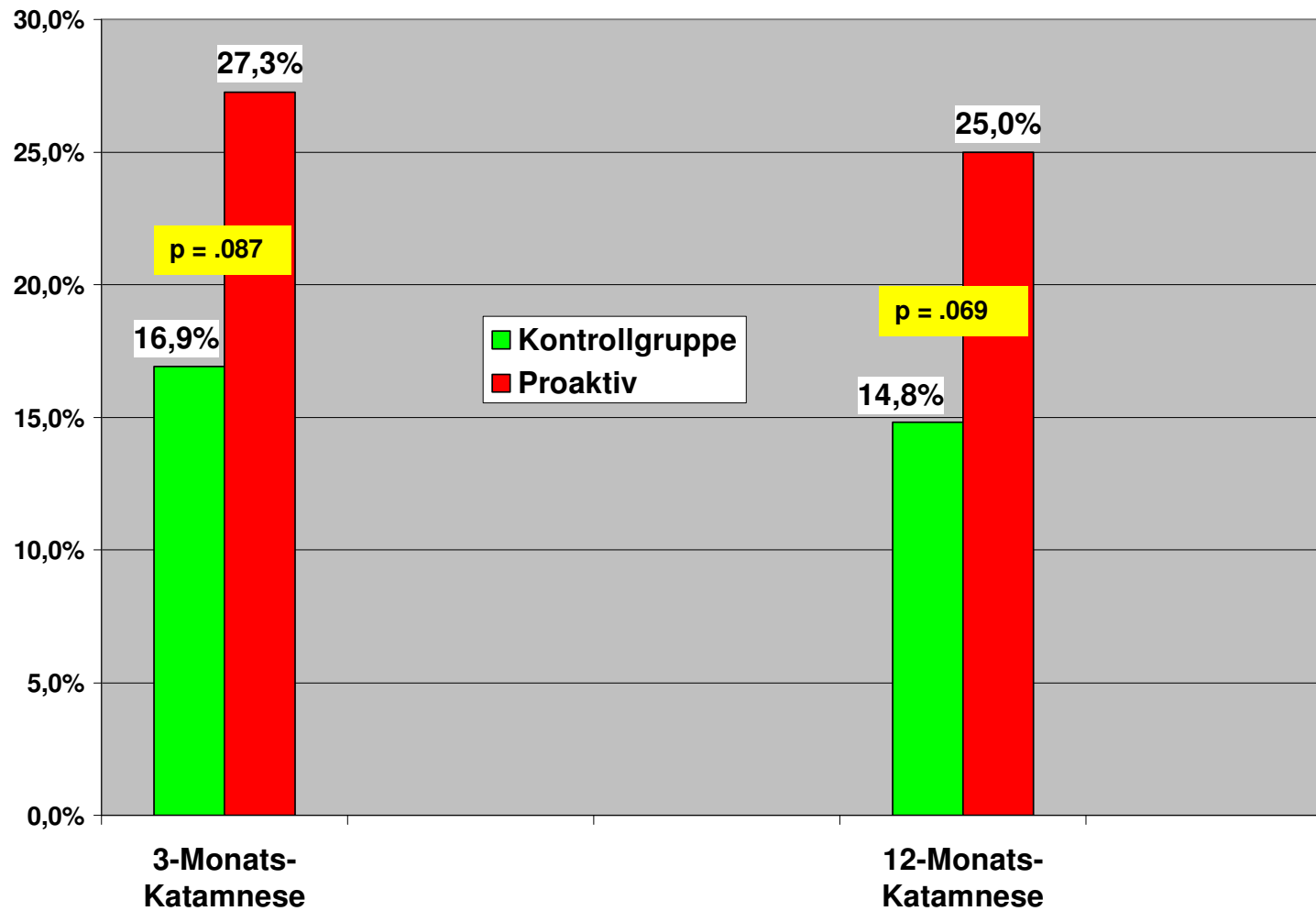
	Häufigkeit	Prozent	Prozent (wenn Angaben vorhanden)
sehr zufrieden	150	48,5	51,2
eher zufrieden	109	35,3	37,2
eher nicht zufrieden	13	4,2	4,4
nicht zufrieden	16	5,2	5,5
ich weiß nicht	5	1,6	1,7
keine Antwort/fehlend	16	5,2	0
<b>Gesamt</b>	<b>309</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

	Häufigkeit	Prozent	Prozent (wenn Angaben vorhanden)
ja, sehr	144	46,6	49,5
eher ja	106	34,3	36,4
eher nicht	23	7,4	7,9
auf keinen Fall	6	1,9	2,1
ich weiß nicht	12	3,9	4,1
Keine Antwort	18	5,8	0
<b>Gesamt</b>	<b>309</b>	<b>100,0</b>	<b>100</b>

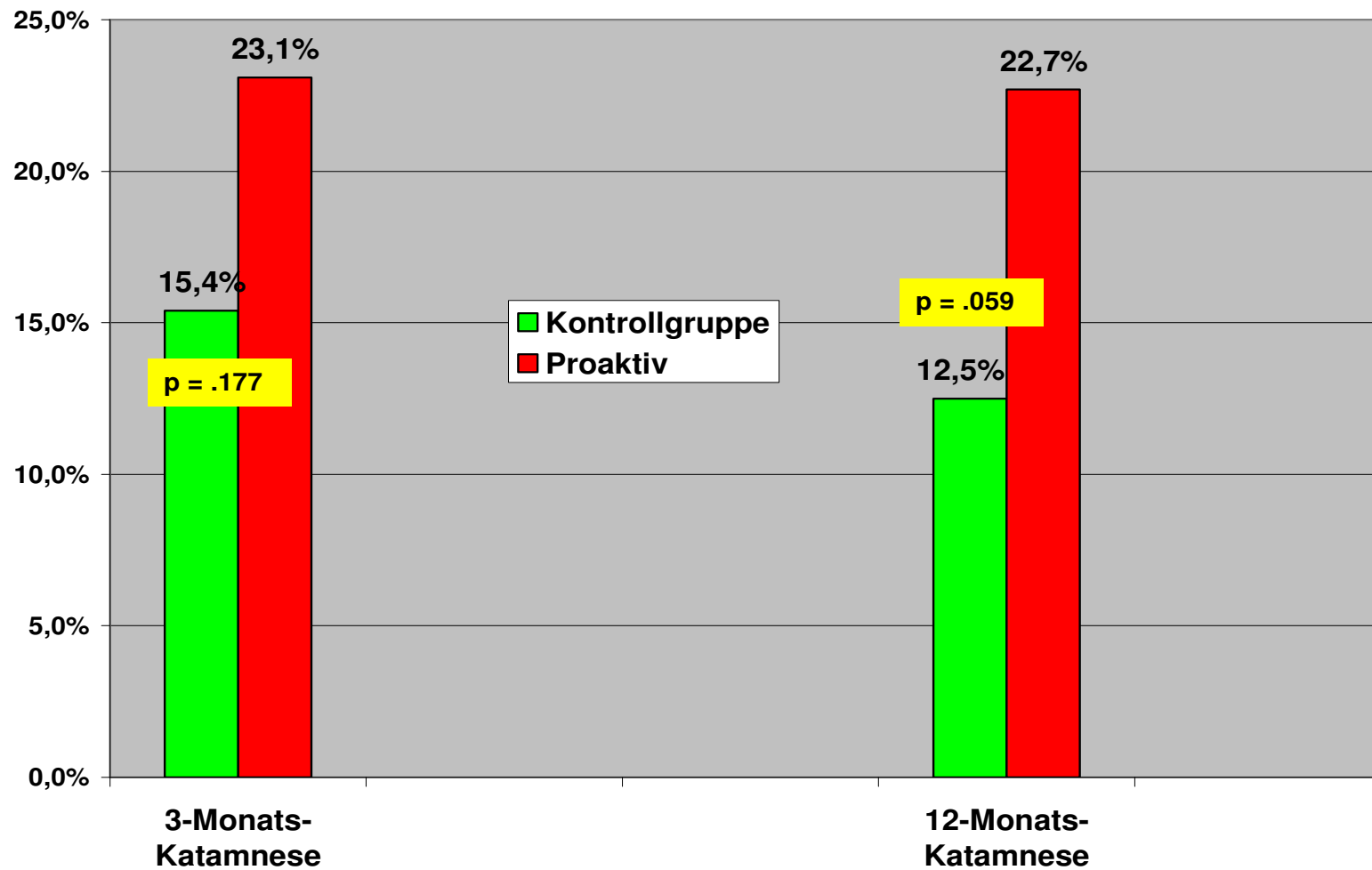
# Punktprävalenz-Abstinenz nach 3 und 12 Mon



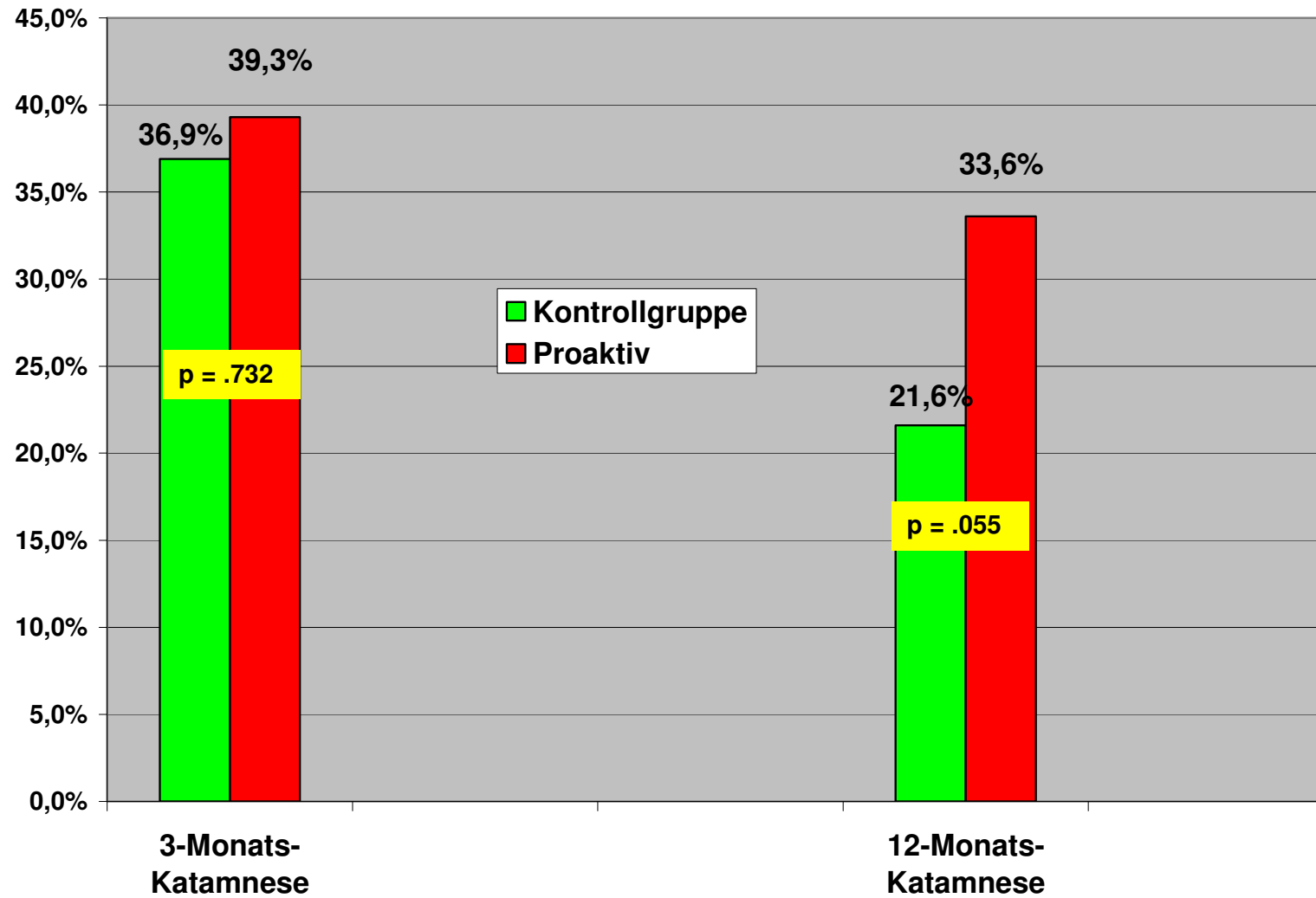
# 7-Tage-Punktprävalenz-Abstinenz



# 30-Tage-Punktprävalenz-Abstinenz



# Nicht-tägliches Rauchen



## Multivariate Modelle (alle Anrufer)

<b>PP-Abstinenz 3 Monate</b>	<b>Variable(n)</b>	<b>Odds Ratio (95% Konfidenzintervall)</b>
	<b>Anzahl proaktive Anrufe</b>	<b>1.214 (1.044 – 1.411)</b>
<b>PP-Abstinenz 12 Monate</b>		
	<b>Reduktion vereinbart</b>	<b>4.125 (1.126 – 15.111)</b>
	<b>Hochrisiko andere Raucher</b>	<b>2.234 (1.027 – 4.863)</b>

## Multivariate Modelle (nur proaktive Beratung)

<b>PP-Abstinenz 3 Monate</b>	<b>Variable(n)</b>	<b>Odds Ratio (95% Konfidenzintervall)</b>
	<b>Anzahl proaktive Anrufe</b>	<b>1.241 (1.024 – 1.505)</b>
<b>PP-Abstinenz 12 Monate</b>		
	<b>Ausstiegswunsch</b>	<b>3.964 (1.194 – 13.162)</b>
	<b>Reduktion vereinbart</b>	<b>5.875 (0.975 – 35.407)</b>
	<b>Konsumdauer</b>	<b>0.652 (0.422 – 1.007)</b>

# Fazit und Ausblick

---

- **Telefonberatung bietet persönliche, wirksame und einfach zugängliche Unterstützung:**
- **hohes Maß an Zufriedenheit**
- **gute und stabile 30 Tage PP- Erfolgsquoten**
  
- **Fax-to-Quit mit rauchfreien Gesundheitseinrichtungen**

**Kontakt:**

Mareike Strunk, MPH

Referentin für Tabakprävention

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Referat 2-25 / Wissenschaftliche Untersuchungen, Qualitätssicherung

Ostmerheimer Str. 220

D-51109 Köln

Tel.: +49-(0)221-8992-247

E-Mail: [mareike.strunk@bzga.de](mailto:mareike.strunk@bzga.de)