

## **Ist kürzer besser? – Deutschlandweite Studie zur Tabakentwöhnung beginnt**

*Mit einer der größten deutschlandweiten Studien gehen Experten aus Heidelberg, Stuttgart, München, Chemnitz und Göttingen der Frage nach, ob ein kompaktes Angebot zur Tabakentwöhnung besser als die bisher etablierten mehrwöchigen Kurse sind.*

„Mit dem Rauchen aufzuhören ist kinderleicht, ich habe es schon hundert Mal geschafft.“ In diesem Zitat Mark Twains spiegelt sich das Dilemma vieler Raucher wider: trotz mehrfacher Versuche und dem starken Wunsch das Rauchen aufzugeben, schaffen sie es nicht, vom Tabakrauchen loszukommen. Leider führen nur 3 – 5 % der Aufhörversuche ohne Unterstützung zur langfristigen Rauchfreiheit. Der größte Teil der Raucher wird nach spontanen Aufhörversuchen also kurz- oder mittelfristig wieder rückfällig, obwohl nach jüngsten Umfragen mehr als 80 % der Raucher gerne aufhören oder deutlich reduzieren möchten. Aus wissenschaftlicher Sicht bietet eine Kombination aus verhaltenstherapeutischer und medikamentöser Unterstützung die beste Chance auf Erfolg. Zwar sind mehrwöchige Kurse von Beratungs- und Entwöhnungszentren etabliert, jedoch nimmt nur ein kleiner Teil der Raucher solche Kursangebote in Anspruch. Für den Großteil der Raucher gibt es somit nur wenig wissenschaftlich fundierte Unterstützungsmaßnahmen in Deutschland.

Dies war der Ansatz, ein neues Angebot für aufhörwillige Raucher zu entwickeln, das bei Rauchern mehr Zuspruch finden soll. Der Kompaktkurs über 2 Termine soll jetzt unter der Leitung der Thoraxklinik Heidelberg in einer deutschlandweiten Studie an den Standorten Heidelberg, Stuttgart, München, Chemnitz und Göttingen auf seine Akzeptanz und seine Effektivität hin untersucht werden. Rund 800 Raucher sollen in die Studie eingeschlossen werden, die damit eine der größten zur Tabakentwöhnung in Deutschland sein wird. Teilnehmen können prinzipiell alle Raucher ab 18 Jahre. Die besonderen Ein- und Ausschlusskriterien bespricht das jeweilige Zentrum gerne persönlich mit Interessierten.

Der Name der Studie leitet sich aus dem englischen Wort „brief“ (= kurz) ab und kann übersetzt werden mit „Kurzinterventionsstudie zum Rauchstopp“ (BISQUITS = Brief intervention study for quitting smoking).

Um wissenschaftliche Qualitätskriterien zu erfüllen, wird der neue Kompaktkurs gegenüber einem mehrwöchigen Kurs und gegenüber einer kurzen ärztlichen Beratung geprüft. Um eine Vorselektion der Raucher zu vermeiden werden sie den einzelnen Behandlungen zufällig zugeteilt (sog. Randomisierung).

Um keine Verzerrung der Wirklichkeit innerhalb der Studie zu bekommen, ist es den Studienleitern aus Heidelberg und Chemnitz wichtig, die Studie unter den Bedingungen stattfinden zu lassen, innerhalb welcher Tabakentwöhnung in Deutschland aktuell stattfindet. Das bedeutet für die Patienten, dass Sie für Kurse und ggf. auch für Medikamente zunächst selbst zahlen und dann bei ihrer Krankenkasse eine Kostenbeteiligung beantragen müssen. Nach Abschluss der Studie erhalten die Teilnehmer eine Aufwandsentschädigung.

Interessierte Raucher können sich für weitere Informationen oder für die Teilnahme an die lokalen Studienzentren wenden. Ansprechpartner in Chemnitz ist die Raucherambulanz an der TU Chemnitz unter Leitung von Prof. Dr. Mühlig. (Anfragen bitte an Dipl.-Psych. Anja Sehl, Tel. 0371/531-38564 richten).

## Gründe für eine Studienteilnahme

- Gute Chance auf erfolgreichen Rauchstopp.
- Individuelle Betreuung durch das Studienzentrum zu vier Zeitpunkten.
- Selbsthilfe-Tipps und -Manual für alle Teilnehmer.
- Telefonische Kontakte zum Studienzentrum.
- Messung der Lungenfunktion und des Kohlenmonoxids zu drei Zeitpunkten.
- Aufwandsentschädigung nach Abschluss der Studie.
- Mithilfe bei der Entwicklung einer neuen, vielversprechenden Methode.

## Ansprechpartner in Heidelberg Stuttgart München Chemnitz Göttingen

Technische Universität Chemnitz

Prof. Dr. S. Mühlig [chemnitz@bisquits-studie.de](mailto:chemnitz@bisquits-studie.de)

Homepage der Studie

[www.bisquits-studie.de](http://www.bisquits-studie.de)

## Infobox

- Täglich sterben in Deutschland ca. 300 Menschen an den Folgen des Tabakrauchens.
- Jeder zweite Raucher stirbt vorzeitig an tabakrauchbedingten Folgeerkrankungen wie z. B. Gefäß-, Herz-, Lungen- oder Krebserkrankungen.
- Raucher sterben im Durchschnitt 10 Jahre früher im Vergleich zu Nichtrauchern.
- Jede dritte Krebserkrankung ist durch das Rauchen ausgelöst und könnte verhindert werden.
- Nur ca. 3 bis 5 % der Raucher, die ohne Unterstützung aufhören, schaffen es langfristig.
- Rauchen während der Schwangerschaft schädigt das Baby bereits im Bauch, trotzdem rauchen ca. 20 % der Frauen in der Schwangerschaft weiter.
- Nach der Geburt erhöht das Rauchen das Risiko für den plötzlichen Kindstod.
- Mehr als 25 % der deutschen Bevölkerung sind regelmäßig Passivrauch ausgesetzt. Jährlich sterben ca. 3.000 bis 4.000 Menschen an den Folgen dieser Passivrauchbelastung.
- Tabakrauch ist ein Gemisch aus über 4.800 chemischen Substanzen, von denen die meisten gesundheitsschädlich und über 90 krebserzeugend oder sehr wahrscheinlich krebserzeugend sind.

### Verantwortlich

Studienzentrum Chemnitz

Name: Dipl.-Psych. Anja Sehl

Tel: 0371/531-38564

Email: [anja.sehl@psychologie.tu-chemnitz.de](mailto:anja.sehl@psychologie.tu-chemnitz.de)

### Studienleiter

Dr. med. A. Rupp

Tel: 0711-74039811

Mail: [ruppalexander@web.de](mailto:ruppalexander@web.de)