

STGKK-RaucherInnen-HELPLINE

0316 / 8035 - 1919

oder

raucherhelpline@stgkk.at

Information zu allen Entwöhnungsangeboten finden Sie auf der
Homepage der STGKK

www.stgkk.at/tabakentwoehnung

WEGE ZUM NICHTRAUCHEN IN SPEZIELLEN LEBENSLAGEN



Krebserkrankung

Für viele Menschen mit einer Krebserkrankung stellt es eine große Herausforderung dar, mit dem Rauchen aufzuhören und gleichzeitig mit der psychischen Belastung der Diagnose und der Erkrankung fertig zu werden. Gerade dieser Personenkreis profitiert aber besonders von einem Rauchstopp.

Vorteile eines Rauchstopps:

- Sie sprechen besser auf Chemo- oder Strahlentherapie an
- Sie leiden weniger unter Nebenwirkungen der Therapien
- Bei bevorstehenden Operationen verringert sich die Gefahr von Komplikationen, und der Heilungsverlauf verbessert sich.

COPD

Wenn Sie unter COPD leiden und das Rauchen aufgeben, gewinnen Sie vor allem an Lebensqualität.

Vorteile eines Rauchstopps:

- Verbesserung der noch gebliebenen Atemkapazität
- Verbesserung der Hustensymptomatik
- Reduzierung des Risiko eines Krankenhausaufenthaltes wegen COPD-Beschwerden

Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Rauchen ist ein bedeutender Risikofaktor für das Entstehen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Wenn Sie bereits einen Herzinfarkt oder Schlaganfall erlitten haben, ist es umso wichtiger, mit dem Rauchen aufzuhören.

Vorteile eines Rauchstopps:

- Die Erkrankung schreitet nicht so rasch fort
- Der Blutdruck sinkt
- Die medikamentöse Behandlung greift ohne Tabakkonsum besser

Einzelentwöhnungsberatung

ist ein spezielles Entwöhnungsangebot für Menschen

- mit Krebserkrankungen
- mit hochgradiger COPD
- nach Schlaganfall oder Herzinfarkt
- mit Behinderung

Mit Hilfe der Schlusspunkt-Methode erreichen Sie den Rauchstopp und werden danach professionell begleitet und unterstützt. Sie erhalten individuelle Beratung zur Nikotinersatztherapie.

Anmeldung und Information

STGKK - RaucherInnen - HELPLINE

0316 / 8035-1919

oder

raucherhelpline@stgkk.at

Kosten: EUR 30,- pro Person einmaliger Selbstbehalt
(die restlichen Kosten werden von der STGKK bzw. vom Gesundheitsressort des Landes Steiermark übernommen)

Dauer: 6 Beratungen zu je 30 bis 45 Minuten

Das Angebot kann in der gesamten Steiermark in Anspruch genommen werden.

Rauchfrei Telefon

0800 810 013

Mo - Fr von 10 - 18 Uhr

www.rauchfrei.at

Bietet anonym Hilfe beim Rauchstopp per Telefon