

Ein unliebsames Laster ablegen

HNO-Ärzte aus NRW entwickeln Rauchentwöhnungs-Programm

grad von Patienten und überprüfen ihre Motivation, mit dem Rauchen aufzuhören. So gewonnene Erkenntnisse dienen als Grundlage für individuelle Maßnahmen. Um das Rauchverlangen zu minimieren, reicht dabei die Spanne von medikamentöser Unterstützung bis hin zu Akupunktur. „Genaue Analysen vor Therapiebeginn ermöglichen eine gute medizinische Unterstützung. So gewappnet, können Patienten mit klassischen Rückfallsituationen besser umgehen und standhaft bleiben“, erklärt HNO-Arzt Dr. Reinhard Spicker vom HNO-net NRW.

Denn je schneller der Glimmstängel verschwindet, desto besser. Bereits 48 Stunden nach der letzten Zigarette regenerieren sich Geruchs- und Geschmacksrezeptoren und ermöglichen intensivere Duft- und Gaumenfreuden. Beim Krebsrisiko dauert es zehn Jahre, bis dieses wieder dem eines Nichtraucher entspricht. **cj**

i **Weitere Informationen**
unter www.hnonet-nrw.de
www.e-quit.de

Auf jeder Zigarettenschachtel steht es: „Rauchen gefährdet die Gesundheit“. Trotzdem nehmen viele Raucher diese Warnung auf die leichte Schulter und frönen ungebrochen ihrer Sucht. Eben weil es so schwer ist, die Finger davon zu lassen. Ein neues, von HNO-Ärzten aus Nordrhein-Westfalen entwickeltes Programm soll helfen,

künftig rauchfrei durchs Leben zu gehen.

Das interaktive Raucherentwöhnungsprogramm namens eQuit basiert auf aktuellen Forschungsergebnissen und unterstützt Patienten mit maßgeschneiderten Therapieplänen. Mit Hilfe eines Kohlenmonoxid-Tests ermitteln HNO-Ärzte beispielsweise im Vorfeld den Abhängigkeits-