

Wir helfen Ihnen

Das Team der Pneumologie unterstützt Sie gerne dabei, Ihre Ziele zu erreichen.

Hierfür bieten wir Ihnen 1x im Monat einen kostenlosen Einführungsvortrag in unserem Klinikum an:

Universitätsklinikum Krems
Mitterweg 10, 3500 Krems an der Donau
5. Stock - Besprechungsraum

Sollten Sie einen Termin zur Einführungsveranstaltung, oder einer Einzeltherapie der Raucherentwöhnung wahrnehmen, bitten wir Sie, sich bei der Unfallambulanz mit Ihrer E-Card und einem gültigen Lichtbildausweis zu melden.

Einzeltermine zur Raucherentwöhnung werden mit der jeweiligen Ärztin, oder dem jeweiligen Arzt persönlich vereinbart.

Über <https://krems.lknoe.at> im Reiter **Patienten & Besucher** können Sie den Menüpunkt Ambulanzen auswählen. Bei Klick auf pneumologische Ambulanz finden Sie die nächsten Vortragstermine 4 bis 6 Wochen im Voraus online abrufbar.



Alternativ können Sie auch mit Ihrem Smartphone diesen QR-Code scannen und unkompliziert auf unsere Website zu der pneumologischen Ambulanz gelangen.

Ihr behandelndes Team

Ass. Dr. Marlene Auer DW 22964
Marlene.Auer@krems.lknoe.at

Ass. Dr. Maria-Anna Grasl, BSc DW 22962
Maria-Anna.Grasl@krems.lknoe.at

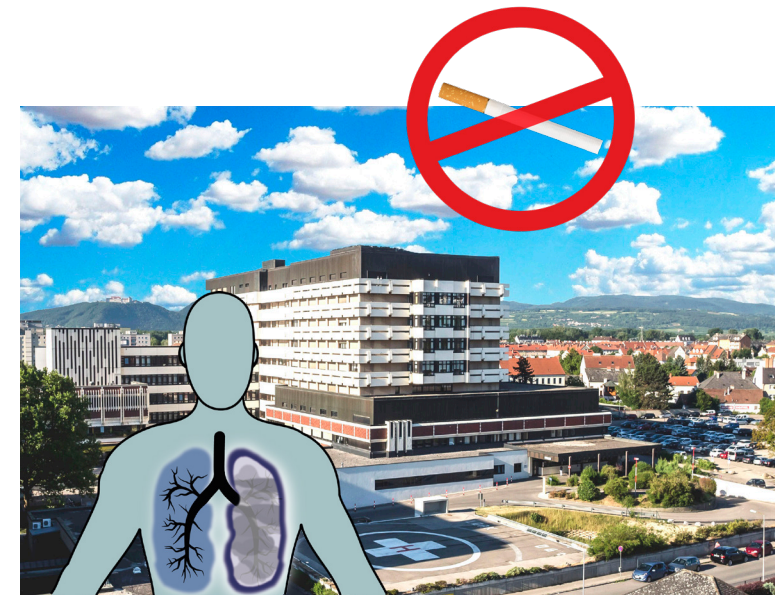
Ass. Dr. Valerie Klamminger, BSc DW 22955
Valerie.Klamminger@krems.lknoe.at

Ass. Dr. Elisabeth Schenk DW22963
Elisabeth.Schenk@krems.lknoe.at

Ass. Dr. Felix Schragel DW 22960
Felix.Schragel@krems.lknoe.at

OÄ Dr. Manuela Speiser
Manuela.Speiser@krems.lknoe.at

Raucherentwöhnung Einführungsveranstaltung und Einzeltherapie



IMPRESSUM

Medieninhaber: NÖ LANDESGESUNDHEITSGESAMTUNGSAGENTUR,
3100 St. Pölten • Stattersdorfer Hauptstraße 6/C • +43 2742 9009
Verlagsort: 3500 Krems • Hersteller: Grafik & Druck GmbH • 3500 Krems
• Undstraße 7 • Bildnachweis: UK Krems

KLINISCHE ABTEILUNG FÜR PNEUMOLOGIE

Sehr geehrte Patientin,
Sehr geehrter Patient,

Rauchen ist eine schwere Suchtkrankheit, die jedes Jahr zwischen 12.000 und 14.000 Österreichern und Österreicherinnen das Leben kostet.

Rauchen verursacht schwere generalisierte Gefäßschäden, die zum sogenannten „Raucherbein“, Herzinfarkt oder Schlaganfall führen können.

Das Lungengewebe verändert aufgrund der chronischen Schadstoffdeposition seine Gewebearchitektur. Es bilden sich größere und kleinere „Blasen=Bullae“ aus, die den Gewebsuntergang repräsentieren. Dies wird als „Lungenemphysem“ bezeichnet.

Weiters ist der „Raucherhusten“ und der morgendliche Auswurf ein Zeichen für eine chronische Entzündung der Atemwege. Die für die „Lungenreinigung“ so wichtigen „Flimmerhaare“ in den Bronchien verkleben und der Reinigungsmechanismus der Lunge kommt zum Erliegen. Diese Umstände führen dann zur sukzessiven Einengung der Bronchien, zur „COPD“.

Nicht zuletzt erhöht Rauchen das Risiko zur Entstehung von diversen Krebserkrankungen, allen voran im Rachen, Kehlkopfbereich, sowie in der Lunge.

Rauchen in der Schwangerschaft beeinträchtigt das Wachstum des ungeborenen Kindes und erhöht das Risiko für Fehlbildungen.

Nicht zu vernachlässigen ist auch die psychische Abhängigkeit vom Zigarettenkonsum zur Stressbewältigung, Verarbeitung von Belastungssituationen und Depressionen.

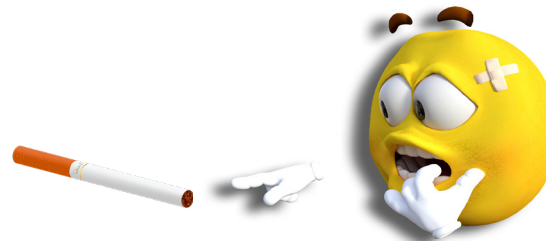
KLINISCHE ABTEILUNG FÜR PNEUMOLOGIE

Nutzen Sie das Angebot zur Raucherentwöhnung im Universitätsklinikum Krems unter dem Motto von Sebastian Kneipp:

„Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern.“

Was steht am Anfang der Raucherentwöhnungstherapie?

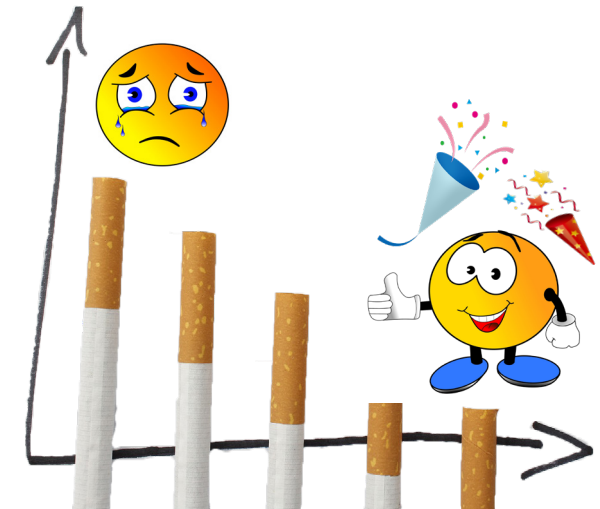
- Ein fester Entschluss: „ICH WILL AUFHÖREN“
- Ein konkretes Datum „Die allerletzte Zigarette“
- Benötige ich eine medizinische, psychologische, oder verhaltenstherapeutische Unterstützung?
- Kann ich die Hintergründe des Rauchverhaltens aufarbeiten?
- Wie kann ich NichtraucherIn bleiben?



Methoden der Raucherentwöhnung

- Veränderung von Gewohnheiten, die das Rauchen begünstigen bzw gefördert haben -> Verhaltenstherapie
- Yoga, Mentaltraining, Psychotherapie, Hypnose
- Nikotinersatztherapie (Pflaster, Kaugummi, Inhalator, Spray), Champix

KLINISCHE ABTEILUNG FÜR PNEUMOLOGIE



Warum lohnt es sich, mit dem Rauchen aufzuhören?

- Ein gesünderes Leben: Risikoreduktion für Bluthochdruck, Schlaganfall, Herzinfarkt und Krebserkrankungen
- Besserung der körperlichen Befindlichkeit und Leistungsfähigkeit
- Besserung des Mundgeruchs, des Geschmacks- und Geruchssinns
- geringere Infektanfälligkeit
- langsamere Alterung
- Geldersparnis
- Zeitersparnis