

## ANMELDUNG

So können Sie einen Termin mit uns vereinbaren.  
Wir nehmen dann Kontakt zu Ihnen auf.

- Telefonisch unter **0341 9715430** (donnerstags 10–12 Uhr),
- per E-Mail ([rauchfrei@uniklinik-leipzig.de](mailto:rauchfrei@uniklinik-leipzig.de)) oder
- über unser Anmeldeformular.



Falls Sie derzeit am Universitätsklinikum Leipzig in Behandlung sind, sprechen Sie Ihr Pflege- und Behandlungsteam auf das Rauchfrei-Programm an. Es stellt gern den Kontakt zu uns her.

Wir bieten das Rauchfrei-Programm regelmäßig an. Informationen zum Start des nächsten Kurses und zur Begleitstudie „Evaluation der Wirksamkeit eines Nikotinentwöhnungsangebotes ‚Rauchfrei-Programm‘ am Universitätsklinikum Leipzig“ finden Sie auf unserer Internetseite (siehe QR-Code).

## ANSPRECHPARTNERIN UND VERANSTALTUNGORT

Dr. rer. med. Katja Leuteritz  
Universitätsklinikum Leipzig  
Abteilung für Medizinische Psychologie und  
Medizinische Soziologie  
Rauchfrei-Ambulanz  
Philipp-Rosenthal-Str. 55, Haus W  
04103 Leipzig

## SO ERREICHEN SIE UNS (HAUS W)

### mit öffentlichen Verkehrsmitteln

#### (Haltestellen ÖPNV):

- Deutsche Nationalbibliothek:  
Straßenbahn 2, 16; Bus 74
- Technisches Rathaus:  
Straßenbahn 15; Bus 70, 74
- S-Bahnhof MDR:  
S1–S5X

### mit dem PKW:

- über Prager Straße / Semmelweisstraße
- über Bayrischen Platz / Straße des 18. Oktober
- über Kurt-Eisner-Straße

### Parkmöglichkeiten:

- entlang der Semmelweisstraße oder  
Philipp-Rosenthal-Straße
- am Deutschen Platz oder auf der Linnéstraße



## GEMEINSAM IN EIN RAUCHFREIES LEBEN

Tabakentwöhnungsprogramm  
der Rauchfrei-Ambulanz des  
Universitätsklinikums Leipzig

## LIEBE PATIENTINNEN UND PATIENTEN, LIEBE INTERESSIERTE,

vielen Menschen, die rauchen, fällt es schwer, sich für immer von der Zigarette zu trennen. Auch wenn schon körperliche Beschwerden eingetreten sind, ist es oftmals nicht einfach, sich von der Gewohnheit des Rauchens ohne Hilfe zu lösen.

Im Universitätsklinikum Leipzig bieten wir Ihnen dazu die notwendige Unterstützung. Wenn Sie derzeit unentschlossen sind, beraten wir Sie gern.

## DAS RAUCHFREI-PROGRAMM BIETET IHNEN:

- 7 wöchentliche Gruppentreffen á 90 Minuten mit 6–10 Teilnehmer:innen
- 2 individuelle Telefontermine
- optimale Vorbereitung auf den Rauchstopp und dessen Durchführung
- professionelle Unterstützung nach dem Rauchstopp, basierend auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen

Die Kursdauer beträgt sieben Wochen. In der ersten Kurseinheit wird Ihre Motivation für ein rauchfreies Leben aufgebaut bzw. verstärkt und Sie bereiten sich auf den Rauchstopp vor. Dieser erfolgt während des Kurses. Ab der fünften Kurseinheit wird Ihre Abstinenz stabilisiert. Die individuelle telefonische Betreuung erfolgt nach dem Rauchstopp und nach Abschluss der letzten Kurseinheit.



### Wer kann am Rauchfrei-Programm teilnehmen?

Der Kurs richtet sich an Erwachsene, die mit dem Rauchen aufhören wollen und sich dabei Unterstützung wünschen. Mit allen Interessierten wird ein individuelles Vorgespräch geführt, um festzustellen, welche Unterstützungsmaßnahme die beste für sie ist.

### Wer führt den Kurs durch?

Der Kurs wird von erfahrenen und speziell für das Rauchfrei-Programm ausgebildeten und zertifizierten Trainerinnen durchgeführt.

Am Ende des Kurses sind 6 von 10 Teilnehmenden rauchfrei. Nach einem Jahr liegt die Abstinenzrate bei rund 32%.\*

\* Quelle: Wenig et al. (2013). Smoking cessation in groups—who benefits in the long term? Health Educ Res. 2013 Oct;28(5):869-78. doi: 10.1093/her/cyt086.

### Kosten

Die Kursgebühr beträgt 204 EUR (inkl. Handbuch für Kursteilnehmer:innen). Die Krankenkassen bezuschussen die Kursgebühr. Voraussetzung hierfür ist eine regelmäßige Teilnahme (mind. 80%). Wir empfehlen Ihnen, bei Ihrer Krankenkasse vor Kursbeginn nach einer Kostenbeteiligung zu fragen.

Begleitend zum Kurs können Sie bei Bedarf eine Nikotinersatztherapie wählen (z. B. Nikotinpflaster, Nikotinkaugummis) – dies wird im Einzelfall empfohlen. Medikamente zur Nikotinentwöhnung (Nikotinersatzpräparate, Varenicilin) sind unter bestimmten Voraussetzungen zulasten der GKV verordnungsfähig – lassen Sie sich bei Ihrem Hausarzt/Ihrer Hausärztin oder bei uns beraten!