

	Willenskraft allein	Beratung	Nikotinersatztherapie	Bupropion	Vareniclin
Wie läuft die Behandlung ab?	Sie stoppen mit dem Rauchen ohne eine begleitende medikamentöse Behandlung oder eine Beratung.	- Sie können eine therapeutische Einzel- oder Gruppenberatung in Anspruch nehmen, zum Beispiel im Rahmen einer Suchtberatung. - Daneben gibt es Sprechstunden zur Rauchentwöhnung in Lungenarztpraxen sowie Angebote von Psychotherapeuten (Verhaltenstherapie) und Pädagogen. - In den Gesprächen können Sie gemeinsam Wege suchen, wie Sie am besten mit dem Rauchen aufhören können.	- Kaugummi: In den ersten 4 bis 6 Wochen kauen Sie bis zu 16 Stück am Tag. In den folgenden 6 Wochen etwas weniger. - Pflaster: Sie tragen das Pflaster den ganzen Tag für 8 bis 10 Wochen. Dabei nehmen Sie nach und nach Pflaster mit einer immer niedrigeren Menge an Nikotin. - Inhalator: Sie inhalieren für etwa 20 Minuten 6 bis 16 mal am Tag für 3 Wochen. Für weitere 9 Wochen inhalieren Sie in einer geringeren Häufigkeit. - Nasenspray: Sie nutzen das Nasenspray 8 bis 64 mal am Tag für 12 Wochen. Für weitere 4 bis 6 Wochen nutzen Sie es in einer geringeren Häufigkeit.	- In den ersten 6 Tagen nehmen Sie 1 Tablette (150 mg) ein. Ab Tag 7 sind es 2 Tabletten täglich. - Sie beginnen mit den Tabletten etwa 2 Wochen bevor Sie mit dem Rauchen stoppen. Danach nehmen Sie die Tabletten weiter für etwa 7 Wochen ein. - Bupropion wird auch zur Behandlung von Depressionen eingesetzt. - Es gibt auch Tabletten mit einer veränderten Medikamentenfreisetzung. Diese müssen nur einmal pro Tag genommen werden.	- In den ersten 3 Tagen nehmen Sie einmal täglich eine 0,5-mg-Tablette. An den Tagen 4 bis 7 nehmen Sie die 0,5-mg-Tabletten 2-mal täglich. - Ab Tag 8 nehmen Sie 1-mg-Tabletten 2-mal täglich. - Sie beginnen mit den Tabletten etwa 1 Woche bevor Sie mit dem Rauchen stoppen. Danach nehmen Sie die Tabletten weiter für mindestens 12 Wochen ein.

	Willenskraft allein	Beratung	Nikotinersatztherapie	Bupropion	Vareniclin
Wie läuft die Behandlung ab?			Lutschtabletten: Sie lutschen etwa 10 Lutschtabletten pro Tag für 6 Wochen bis 3 Monate.		
Wie gut hilft die Behandlung dabei, mit dem Rauchen aufzuhören?	Ohne eine Behandlung hören etwa 10 von 100 Personen für mindestens 6 Monate mit dem Rauchen auf.	- Etwa 15 von 100 Personen, die eine Beratung wahrnehmen, hören für mindestens 6 Monate mit dem Rauchen auf. - Der Besuch vieler Beratungstermine kann die Chance erhöhen, tatsächlich mit dem Rauchen aufzuhören.	Mit einem Nikotinersatzprodukt hören etwa 17 von 100 Personen für mindestens 6 Monate mit dem Rauchen auf.	Mit Bupropion hören etwa 17 von 100 Personen für mindestens 6 Monate mit dem Rauchen auf.	Mit Vareniclin hören etwa 17 von 100 Personen für mindestens 6 Monate mit dem Rauchen auf.
Welche Nebenwirkungen können auftreten?	- Nachdem Rauchstopp haben von 100 Personen wahrscheinlich ... 3 Personen Mund-trockenheit. 3 Personen Benommenheit/ - Schwindel. 4 Personen merkwürdige Träume. 6 Personen Übelkeit. 7 Personen Schlaf-probleme. 10 Personen Kopf-schmerzen.	- Nach dem Rauchstopp haben von 100 Personen wahrscheinlich ... 3 Personen Mund-trockenheit. 3 Personen Benommenheit/ - Schwindel. 4 Personen merkwürdige Träume. 6 Personen Übelkeit. 7 Personen Schlaf-probleme. 10 Personen Kopf-schmerzen.	- Nach dem Rauchstopp haben von 100 Personen wahrscheinlich ... 3 Personen Mund-trockenheit. 4 Personen Benommenheit/ - Schwindel. 9 Personen Übelkeit. 9 Personen Schlaf-probleme. 11 Personen merkwürdige Träume. 13 Personen Kopf-schmerzen.	- Nach dem haben von 100 Personen wahrscheinlich ... 5 Personen Benommenheit/ - Schwindel. 5 Personen merkwürdige Träume. 7 Personen Mund-trockenheit. 9 Personen Kopf-schmerzen. 9 Personen Übelkeit. 13 Personen Schlaf-probleme.	- Nach dem Rauchstopp mit Hilfe von Vareniclin haben von 100 Personen ... - etwa 3 Personen Benommenheit. - etwa 3 Personen Mund-trockenheit. - etwa 8 Personen merkwürdige Träume. - etwa 10 Personen Schlaf-probleme. - etwa 12 Personen Kopf-schmerzen. - etwa 25 Personen Übelkeit.

	Willenskraft allein	Beratung	Nikotinersatztherapie	Bupropion	Vareniclin
Welche Nebenwirkungen können auftreten?			Das in den Produkten enthaltene Nikotin kann zu einem schnelleren Herz-schlag führen.	Bupropion kann das Risiko für Krampfanfälle erhöhen, bei Personen die eine Neigung dazu haben.	Vareniclin kann das Risiko für Krampfanfälle erhöhen.
Verändert sich mein Gewicht?	- Es kann sein, dass Sie etwas an Gewicht zunehmen. - Wenn Sie aufhören zu rauchen ohne begleitende Medikamente/Nikotinersatzpräparate, ist die Wahrscheinlichkeit für eine Gewichtszunahme etwas höher als mit einem Medikament.		- Es kann sein, dass Sie etwas an Gewicht zunehmen. - Wenn Sie zur Rauchentwöhnung ein Medikament/Nikotinersatzpräparat anwenden, ist die Gewichtszunahme wahrscheinlich etwas geringer.		
Wie viel kostet die Behandlung?	- Wenn Sie weniger als 20 Zigaretten pro Tag geraucht haben, sparen Sie etwa 150 Euro im Monat. - Haben Sie mehr als 20 Zigaretten geraucht, sparen Sie etwa 250 Euro im Monat.	- Es gibt kostenlose Angebote, beispielsweise für eine telefonische Beratung. - Die Teilnahmegebühren für eine Gruppen- oder Einzelberatung betragen im Schnitt zwischen 50 und 100 Euro pro Termin (etwa 1 Stunde). Gängig bei so einer Beratung sind 5 Termine mit je 1 Termin pro Woche. - Die gesetzlichen Krankenkassen können einen Teil der Gebühren erstatten.	- Nikotinersatzkaugummi kosten für 4 Wochen etwa 100 Euro. - Die Patronen für einen Inhalator kosten pro Monat etwa 270 Euro, wenn Sie mehr als 20 Zigaretten pro Tag rauchen. Wenn Sie weniger als 20 Zigaretten pro Tag rauchen, kosten die Patronen etwa 180 Euro pro Monat. - Lutschtabletten für 1 Monat kosten etwa 115 Euro.	- Wenn Sie mehr als 20 Zigaretten pro Tag rauchen, kostet das Medikament bis zu 200 Euro für 6 Wochen. - Wenn Sie weniger als 20 Zigaretten pro Tag rauchen, kostet es bis zu 150 Euro für 6 Wochen.	- Die 4-Wochen-Startpackung kostet zwischen 100 und 120 Euro. Sie enthält 53 Tabletten, bestehend aus 0,5-mg- und 1-mg-Tabletten. - Die Folgepackungen mit 56 Tabletten kosten etwa 110 Euro oder mit 112 Tabletten etwa 200 Euro.

	Willenskraft allein	Beratung	Nikotinersatztherapie	Bupropion	Vareniclin
Wie viel kostet die Behandlung?			• Wenn Sie mehr als 20 Zigaretten am Tag rauchen, benötigen Sie etwa 5 Packungen Mund-spray im Monat. Zusammen kosten diese etwa 180 Euro. • Wenn Sie mehr als 15 Zigaretten am Tag rauchen, benötigen Sie etwa 3 Packungen Mund-spray im Monat. Zusammen kosten diese etwa 110 Euro.		