



Rauchstoppberatung – Rauchfrei in die Zukunft

Liebe Patientin, lieber Patient

Eine langjährige Gewohnheit aufzugeben, erfordert meistens Unterstützung. Die Rauchstoppperatung des Spitals Muri begleitet Raucherinnen und Raucher während des Abgewöhnungsprozesses. Wir unterstützen Sie dabei, sich auf den Rauchstopp vorzubereiten, ihn umzusetzen und langfristig zu erhalten.

Studien haben gezeigt, dass der Spitalaufenthalt ein geeigneter Zeitpunkt für den Start in ein rauchfreies Leben ist. Wenn Sie zurzeit stationär im Spital Muri sind, besprechen Sie das Thema Rauchen mit dem Pflegepersonal oder Ihrer behandelnden Ärztin / Ihrem behandelnden Arzt. Diese informieren Sie und melden Sie bei Bedarf für die Rauchstoppperatung an. Sie können sich auch gerne über Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt zuweisen lassen.

Unser Team

Sie werden von ausgebildeten Expertinnen und Experten für Nikotinentwöhnung beraten und begleitet. Ärztinnen und Ärzte des Fachbereichs Medizin, insbesondere der Pneumologie und Kardiologie, ergänzen das Behandlungsteam.

Unser Beratungsangebot

Für viele Raucherinnen und Raucher ist die Gesundheit der Hauptgrund für eine Nikotinentwöhnung. Die Rauchstoppperatung des Spitals Muri steht allen Personen offen, die mit dem Rauchen aufhören wollen.

Sie besuchen unsere Rauchstoppperatung mit dem Ziel, in nächster Zeit mit dem Rauchen aufzuhören. Durch gezielte Beratung und auf Sie persönlich zugeschnittene Handlungsstrategien können Sie lernen, rauchfrei zu werden und dies langfristig auch zu bleiben. Das Erstgespräch dauert rund eine Stunde. Die weiteren Termine werden Ihrem Bedürfnis entsprechend vereinbart.



Unser Therapiekonzept

- Analyse Ihres Rauchverhaltens
- Durchführung von Atemtests
- Aufzeigen von Ressourcen und Strategien, die Ihnen helfen, schwierige Situationen zu meistern
- Informationen über Rauchstoppmethoden und -hilfsmittel

Anmeldung und Kostenübernahme

Die Rauchstoppperatung wird möglicherweise durch Ihre Krankenkasse vergütet. Erkundigen Sie sich bei Ihrem Versicherer.



Endlich rauchfrei – Ihre Vorteile



Ihre Leistungsfähigkeit und Vitalität nehmen zu.



Die Atemnot bei Anstrengung nimmt ab.



Ihr Geschmacks- und Geruchssinn verbessern sich.



Sie fühlen sich erholt nach dem Schlafen.



Sie sparen viel Geld, das Sie für andere Aktivitäten einsetzen können.



Einscannen und mehr erfahren
[www.spital-muri.ch/
rauchstopp](http://www.spital-muri.ch/rauchstopp)

Wir sind gerne für Sie da.

Spital Muri

Spitalstrasse 144

5630 Muri

T 056 675 12 82

rauchstoppberatung@spital-muri.ch

www.spital-muri.ch