

Bei der Umsetzung dürfen Sie auf unsere Hilfe setzen:

- Beratung
- Verhaltenstraining
- Nikotinersatztherapie
- medikamentöse Therapie

Individuell legen wir mit Ihnen gemeinsam fest, welche Mittel zur Tabakentwöhnung für Sie die richtigen sind.

Wir begleiten Sie - 12 Monate lang!

Durchhalten ist das wichtigste!

Wer kennt nicht den Ausspruch von Mark Twain: "Das Rauchen abgewöhnen ist ganz leicht - das mache ich jeden Tag 20 mal ...".

Wir begleiten Ihren Erfolg, stützen und stärken Sie, wenn Rückfallgefahr droht, wir untersuchen Sie während Ihrer Tabakentwöhnung regelmäßig, prüfen den Kohlenmonoxyd-Gehalt in Ihrem Atem bzw. im Blut, verfolgen die schrittweise Besserung Ihrer Lungenfunktion.



Am Ende können Sie sagen: "... endlich habe ich es geschafft! Endlich bin ich Nichtraucher!"

**Wollen Sie es versuchen?  
Sprechen Sie uns an!**

Ihr Praxisteam

**Rauchen - für viele eine Sucht**, von der sie nicht loskommen.

Oft genug sind Entwöhnungsversuche - in eigener Regie oder mit Unterstützung - unternommen worden und gescheitert.

Die Pluspunkte des Rauchens sind unbestreitbar:

- "schmeckt mir"
- "ich gönne mir was"
- "komme leichter ins Gespräch"
- "versüßt mir die Pausen"
- "mit der Zigarette halte ich den Stress leichter aus ..."

Aber: auch die **Risiken des Rauchens** sind unbestreitbar und eigentlich allen bekannt:

- 6 Millionen Deutsche leiden an chronischer - oft obstruktiver - Bronchitis; 90 % der oft schweren Atemnot Krankheit sind Folge des Rauchens
- jährlich allein 35 Tausend Lungenkrebstote durch die Zigarette
- Herz-Kreislaufkrankungen, Herzinfarkt und Schlaganfall sind oft dem Zigarettenrauchen zuzuschreiben

### Entwöhnung lohnt sich:

Rasch werden die negativen Zeichen des Rauchens verschwinden und die Risiken werden gemindert und schließlich beseitigt!

- schon nach einem Tag Rauchstop wird das Herzinfarkt-Risiko kleiner
- 2 Tage nach dem Rauchstop verfeinert sich der Geruchs- und Geschmackssinn
- sofort einsetzende schrittweise Besserung der Lungenfunktion
- positives und attraktives Selbstbild
- frischer und lebendiger Atem
- schönere und frischere Haut
- frische Luft in Wohnung und Auto
- Geldersparnis

Wir unterstützen Sie und begleiten Ihre Tabakentwöhnung!

*... wollen Sie aufhören?*



**Wir helfen Ihnen, Ihren Entschluss zur Tabakentwöhnung umzusetzen.**

**Wir bieten Ihnen systematische Unterstützung und Begleitung bei der Tabakentwöhnung an!**



Gemeinschaftspraxis  
Dr. Andreas Struve Dr. Rolf Schönemann  
Willy – Brandt – Platz 5  
42105 Wuppertal  
Tel.: 0202/244 21 45  
[www.prophylaxe-zahnarztpraxis-wuppertal.de](http://www.prophylaxe-zahnarztpraxis-wuppertal.de)

Initiativkreis umfassende Zahnerhaltung  
Deutsche Gesellschaft f. Parodontologie  
Zertifizierte Implantologie  
Mitglied im Bergischen Diabetesnetz (BDN)