

Sport und Bewegungstherapeutische Ansätze bei Menschen mit einer Tabakkonsumstörung im klinischen Setting

Chloé Chermette¹ & Andreas Hauer²

¹Deutsche Sporthochschule Köln, ²Rehaklinik Birkenbuck

Schlüsselwörter: Tabakkonsumstörung, Sport- und Bewegungstherapie, Psychiatrie

Einleitung

Die Tabakkonsumstörung ist bei vielen psychiatrischen Erkrankungen eine weit verbreitete Komorbidität (Das & Prochaska, 2017), die neben vielen körperlichen Folgeerscheinungen auch psychosoziale Auswirkungen hat (Winterer, 2013). Die Beachtung und die aktive Auseinandersetzung mit dem Tabakkonsum sowie die Entwicklung geeigneter Tabakentwöhnungsprogramme bei psychiatrischen Patient:innen stellt für das klinisch tätige Personal in der psychiatrischen Versorgung eine besondere Verpflichtung und Herausforderung dar. In aktuellen Studien erweist sich körperliche Aktivität als wirksamer Baustein zur Reduktion des Tabakverlangens und zur Linderung der Entzugssymptomatik als effektiv (Ussher et al., 2014). Ziel des vorliegenden Beitrags ist die Vorstellung eines Tabakentwöhnungsprogramm im Rahmen der medizinischen Rehabilitation von Abhängigkeitserkrankten mit der besonderen Berücksichtigung sport- und bewegungstherapeutischer Angebote.

Methode

In Anlehnung an das im Institut für Therapieforschung in München entwickelte und evaluierte kognitiv-verhaltenstherapeutische Konzept zur Raucherentwöhnung „Rauchfrei nach Hause“ (Kröger, 2011) wurde im Rahmen einer stationären medizinischen Rehabilitation von Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen ein Programm zur Tabakentwöhnung konzipiert, welches explizit sport- und bewegungstherapeutische Angebote einbindet.

Ergebnisse

Das erarbeitete Konzept sieht neben einer verpflichtenden Veranstaltung in der ersten Behandlungswoche eine wöchentlich stattfindende offene Nichtrauchertrainingsgruppe vor, in die Körperwahrnehmung und körperliche Aktivität in besonderer Weise eingebunden werden.

Diskussion

Die Erfahrung mit dem vorliegenden Konzept und dieser spezifischen Klientel zeigt, dass es gut möglich ist die Tabakentwöhnung in die Behandlung psychiatrischer Patienten gewinnbringend zu integrieren. Eine Evaluation des vorliegenden Konzepts steht aus.

Literatur

- Das, S. & Prochaska, J. J. (2017). Innovative approaches to support smoking cessation for individuals with mental illness and co-occurring substance use disorders. *Expert review of respiratory medicine*, 11(10), 841–850. <https://doi.org/10.1080/17476348.2017.1361823>
- Ussher, M. H., Taylor, A. H. & Faulkner, G. E. J. (2014). Exercise interventions for smoking cessation. *The Cochrane database of systematic reviews*(8), CD002295.
- Winterer, C. (2013). Rauchen und psychiatrische Erkrankungen: Ein Überblick. *Journal für Neurologie Neurochirurgie und Psychiatrie*, 14(3), 119–125.