

# Gesundheitspsychologische Prädiktoren in der Nikotinentwöhnung

Wolfgang Huber Mag. rer. nat. MSc. et al. (2015)

## Einleitung & Fragestellung:

Diese Untersuchung sollte prüfen, inwiefern kognitive und andere Prädiktoren positiv für einen Abstinenzserfolg bei einer Nikotinentwöhnungsbehandlung gewertet werden können. Die nikotinspezifischen Kognitionen dürften alleine einen notwendigen, aber nicht hinreichenden Prädiktor für einen Entwöhnungserfolg darstellen. Weit mehr als üblich müssten in Suchtentwöhnungsprogrammen die generalisierten Kompetenz- und Kontrollüberzeugungen, aber auch jene zum Bereich Gesundheit/Krankheit ausführlich diskutiert und weg von externalen, fatalistischen Haltungen hin zu internalen Formen umstrukturiert werden.

Da nicht nur suchtspezifische, sondern „breitere“, suchtspezifische Kognitionen Einfluss auf einen Therapieerfolg haben, sollte in dieser Untersuchung der Frage nachgegangen werden, inwiefern sich gesundheitsbezogene Kognitionen, die momentane Stimmungslage sowie soziale Unterstützungsfaktoren zu Interventionsbeginn auf einen Abstinenzserfolg auswirken und daher bei einer Raucherentwöhnungsintervention stärker berücksichtigt werden müssten.

## Methodik:

- o 259 Klienten (135 Männer, 144 Frauen), PatientInnen der Raucherberatungsstelle des Landes Tirols (Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapeutische Ambulanz der Univ.-Klinik für Psychiatrie)
- o Altersdurchschnitt: 48,12 Jahre.
- o Erhebung vor Eintritt in das kognitiv-verhaltenstherapeutische ambulante Nikotinentwöhnungsprogramm
- o Auswertung des Datenmaterials (3 Untersuchungsgruppen) mit SPSS
- o Gruppenvergleiche (Mann-Whitney-U-Test, Kruskal-Wallis-H-Test, Chi-Quadrat-Test)

### Fragebögen:

- o Innsbrucker Raucheranamnesefragebogen
- o Fagerström-Test für Nikotinabhängigkeit (FTNA)
- o Smoking and Health Questionnaire (SHQ) von Tipton & Riebsame
- o Fragebogen zur momentanen Stimmungslage
- o Fragebogen zum Gesundheitsverhalten
- o Fragebogen zu Essgewohnheiten
- o Trierer Inventar zum chronischen Stress (TICS)
- o Fragebogen zur allgemeinen Selbstwirksamkeit
- o Fragebogen zur Kompetenzerwartung gegenüber der Versuchung zu rauchen (KEVR) von Schwarzer & Appel
- o Fragebogen zur Proaktiven Einstellung von Schmitz & Schwarzer
- o Fragebogen zur Prokrastination
- o Berliner Social Support Scales (BSSS)
- o Life Orientation Test (LOT-R)

## Ergebnisse:

43,72%      37,69%      37,69%

	Abstinente	Nicht-Abstinente	Schnell-Abbrecher (max. 2 Termine)	p	Sig.
<b>Soziodemografische Faktoren</b>	↔	↔	↔	>,050	
<b>Fundamentale raucherrelevante Faktoren:</b>					
FTNA-Kriterium 6: Rauchen im Bett und bei Krankheit	↓	↑	↓	,028	*
<b>Kognitiv-emotionale Faktoren:</b>					
Allgemeine Selbstwirksamkeit	↑	↓	↓	,019	*
Optimistische Lebensorientierung	↑	↓	↓	,001	**
Verhaltensbestimmende Überzeugungssysteme	↔	↔	↔	>,050	
Kompetenzüberzeugung bei Rauchersuchung	↔	↔	↔	>,050	
Proaktive Einstellung	↔	↔	↔	>,050	
Prokrastination	↔	↔	↔	>,050	
<b>Momentane Stimmungslage:</b>					
Aktivierung	↑	↔	↓	,026	*
Entschlossenheit	↑	↔	↓	,026	*
Aufmerksamkeit	↑	↓	↔	,014	*
Begeisterung	↑	↑	↔	,004	**
Feindseligkeit	↔	↑	↑	,007	**
Gereiztheit	↓	↑	↑	,008	**
<b>Soziale Unterstützung:</b>					
Erlebte und erhaltene soziale Unterstützung (Globalwert)	↑	↓	↑	,034	*
Erhaltene emotionale Unterstützung	↑	↓	↑	,023	*
Erhaltene informationelle Unterstützung	↑	↓	↑	,012	*
<b>Gesundheits Einstellungen und -verhalten:</b>					
Ausmaß körperlicher Betätigung	↑	↓	↔	,001	**
Essen größerer Portionen	↑	↓	↔	,039	*
Chronischer Stress	↔	↔	↔	>,050	

## Diskussion:

### Momentane Stimmung

aktiviert

entschlossen

begeistert

aufmerksam

wenig gereizt

### Optimistische Lebensorientierung

## Abstinenzserfolg

### Allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung

### Soziale Unterstützung

erlebte und erhaltene

erhaltene emotionale

erhaltene informationelle

### Gesundheits Einstellungen und -verhalten

Ausmaß körperlicher Betätigung

Essen größerer Portionen

Entsprechend den Ergebnissen der vorliegenden Untersuchung sind es vor allem eine gute momentane Stimmung, eine optimistische Lebensorientierung, erlebte und erhaltene soziale Unterstützung sowie die allgemeine Selbstwirksamkeitserwartung, welche als maßgebliche Prädiktoren für den Entwöhnungserfolg verantwortlich zeichnen. Diese sollten daher vor Beginn eines Nikotinentwöhnungsprogrammes exakt erhoben und während der Therapie immer wieder reflektiert und gefördert werden. Die höhere Bereitschaft an Bewegungsverhalten und an großzügigerem Essverhalten der später Abstinente könnte sowohl im Sinne einer besseren Stressregulation als auch höherer Genussfähigkeit Abstinenter interpretiert werden. Gleichzeitig liegt genau darin möglicherweise die große Gefahr der Gewichtszunahme nach erfolgreicher Nikotinentwöhnung.

Quelle:  
Huber, W., Siegele, C., Strobl, A., Stürz, K., Eder-Pelzer, B., Günther, V. (2015). Evaluation der Nützlichkeit kognitiver Prädiktoren in der ambulanten kognitiv-behavioralen Behandlung der Nikotinabhängigkeit. Raucherberatungsstelle des Landes Tirol, Abteilung für Klinische Psychologie der Raucherberatungsstelle des Landes Tirols. Abteilung für Klinische Psychologie und Psychotherapeutische Ambulanz der Univ.-Klinik für Psychiatrie.

Literatur:  
Augustin, R., Metz, K., Heppekausen, K. & Kraus, L. (2005). Tabakkonsum, Abhängigkeit und Änderungsbereitschaft – Ergebnisse des Epidemiologischen Suchtsurvey 2003. *Sucht*, 51, 40-48  
Fiore, M.C., Bailey W.C., Cohen, S.J. et al (1996). Smoking cessation. Clinical practice guidelines No 18. Rockville: Agency for Health Care Policy and Research, US Department of Health and Human Services, Publication No. 96-0692.  
Kröger, C. & Lohmann, B. (2007). Tabakkonsum und Tabakabhängigkeit. Fortschritte der Psychotherapie, Band 31. Göttingen: Hogrefe  
Kunze, M., Schobersberger, R. & Fagerström, KO. (1994). Epidemiology of nicotine dependence. Future directions in nicotine replacement therapy. Chester: adis, 58-62  
Staron, M., Hager, W. & Liebeck, H (2001). Die Verhaltenstherapie bei der Raucherentwöhnung: eine Metaevaluation. *Originalia* 34.Jg.(2),281-295, 2001