



MPK  
SPRECH-  
STUNDEN

## INDIVIDUELLES ANGEBOT FÜR RAUCHERINNEN UND RAUCHER

RAUCHENTWÖHNUNG | RAUCHREDUKTION

Rauchen schadet der Gesundheit und kann zu schwerwiegenden Krankheiten führen. Haben Sie schon einmal mit dem Gedanken gespielt damit aufzuhören? Unsere Medizinischen Praxiskoordinatorinnen bieten Ihnen dabei wertvolle Unterstützung und erfolgsversprechendes Coaching.

# INDIVIDUELLES ANGEBOT

## LOCALMED | ÄRZTEZENTRUM BERN

Rauchen schadet der Gesundheit. Es kann unter anderem zu Lungenkrebs, Herzinfarkt, Impotenz und zu einer frühzeitigen Hautalterung führen. Trotz verschlechterter Lungenfunktion und verminderter Kondition rauchen viele Menschen gerne.

Nikotin kann rasch zu einer geistigen und körperlichen Abhängigkeit führen. Spontane Rauchstoppversuche scheitern daher in rund 90% der Fälle. Die Erfolgchancen eines Rauchstopps steigen mit professioneller Unterstützung deutlich an.

Unabhängig davon ob Sie gerne mehr Informationen zu dieser Thematik erhalten möchten, bereits Rauchstoppversuche hinter sich haben, konkret den Wunsch verspüren Ihr Verhalten zu ändern oder sich einfach um die gesundheitlichen Folgen Ihres Tabakkonsums sorgen – wir sind für Sie da!

Unser kompetentes Team von Fachpersonen steht Ihnen mit folgendem Angebot zur Seite:

- Lungenfunktionsprüfung
- Beratung und Information
- Begleitung beim Rauchstopp oder der Reduktion des Zigarettenkonsums
- Überwachen von Entzugssymptomen und Nebenwirkungen
- Erarbeiten von Rückfallprophylaxen
- Unterstützung durch Nikotinersatzpräparate oder medikamentöse Therapien (bei Bedarf).
- Coaching vom ersten Aufhörgedanken bis ins rauchfreie Leben

Sind Sie interessiert? Vereinbaren Sie einen Termin mit unserer Fachperson (MPK-Sprechstunde) und belohnen Sie sich mit freien Atemwegen, verbesserter Kondition und strafferer Haut.

### **Ihre Gesundheit wird Ihnen danken! erreichen wir Ihr Ziel!**

Die Kosten der Beratungsgespräche werden durch die Grundversicherung übernommen. Bei Fragen steht Ihnen unser MPA- und Ärzteteam gerne zur Verfügung.