

# Individuelle Rauchstoppberatung

Ein gemeinsames Angebot des  
UniversitätsSpitals Zürich und LUNGE ZÜRICH



# Rauchstoppberatung

Toll, dass Sie einen Rauchstopp in Erwägung ziehen. Das ist der erste Schritt zu einem rauchfreien Leben. Gerne unterstützen wir Sie auf diesem Weg.

Was erwartet Sie?

- Ein auf Sie persönlich zugeschnittener Handlungsplan, um den Rauchstopp vorzubereiten, durchzuführen und aufrechtzuerhalten.
- Unterstützung, um Ihre Motivation zu stärken.
- Information bezüglich möglicher Entzugssymptome.
- Beratung für die Anwendung von Nikotinersatzpräparaten.
- Beratung und Verschreibung von rezeptpflichtigen Medikamenten zur Unterstützung des Rauchstopps (nach Bedarf).
- Informationen über gesundheitliche und medizinische Fragen rund um das Rauchen und Ihren Rauchstopp.

Melden Sie sich an, es lohnt sich!

## **Anzahl und Dauer der Beratungen**

Das Angebot beinhaltet sechs persönliche und zwei telefonische Beratungen durch eine Rauchstoppberaterin mit Einbezug eines Arztes.

## **Ort**

UniversitätsSpital Zürich  
Rämistrasse 100, 8091 Zürich

## **Kosten**

Die Kosten der Beratung werden direkt über die Krankenkasse abgerechnet.

## **Auskunft und Anmeldung**

T 044 255 31 93

Denise Casanova  
dipl. Pflegefachfrau und  
Rauchstopptrainerin  
denise.casanova@lunge-zuerich.ch

PD Dr. med. Macé Schuurmans  
mace.schuurmans@usz.ch

**LUNGE ZÜRICH**

Pfingstweidstrasse 10, 8005 Zürich  
T 044 268 20 46, F 044 268 20 20  
rauchstopp@lunge-zuerich.ch  
www.lunge-zuerich.ch, Spendenkonto: 80-1535-7

