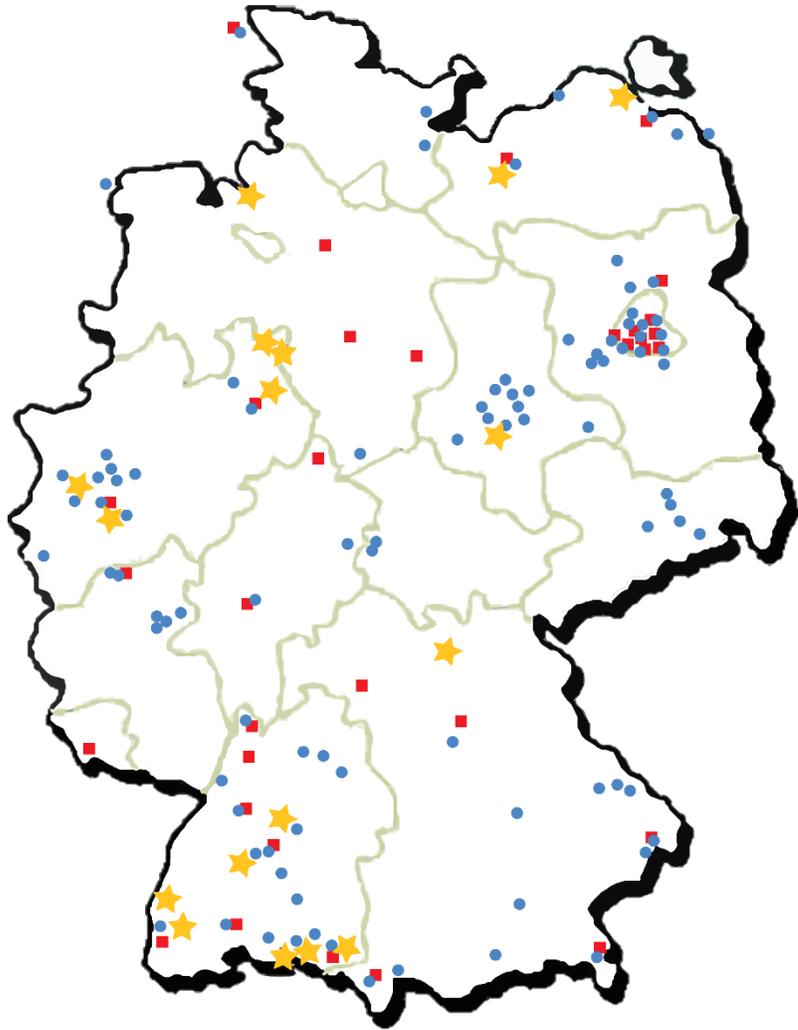


# **astra** plus

Gesundheitskompetenz  
Rauchfrei in der Pflege

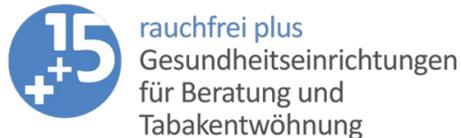
# Was wir tun...



- **rauchfrei plus – Kliniken**  
Internationale Standards zur Implementierung von Beratung und Tabakentwöhnung auf einem tabakfreien Umfeld
  - **rauchfrei ticket – Kliniken**  
Ansprache von rauchenden Patient:innen und Vermittlung in die Rauchstoppberatung am Telefon der BZgA
  - ★ **astra plus – Pflegeschulen**  
Gesundheitskompetenz und Rauchfreiheit
- Vernetzen, Lösungen entwickeln, Implementierung begleiten, qualifizieren, evaluieren ...



Die WHO zeichnet das Deutsche Netz Rauchfreier Gesundheitseinrichtungen als national wertvolle Plattform für die Entwicklung weiterer Tabakkontrollprogramme im Gesundheitswesen aus.



Mit "rauchfrei plus" etablieren die Mitglieder Angebote zum Rauchstopp auf der Basis eines rauchfreien Klinikumfelds



Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung nutzt das Netzwerk für die Implementierung des "rauchfrei tickets" zur Vermittlung von Patient:innen in die Rauchstoppberatung am Telefon.



Pflegeschulen stärken mit dem Programm "astra plus" in der Ausbildung die Rolle der Pflegeberufe in der Tabakkontrolle.

## Prävention & Reduktion des Tabakkonsums bei Auszubildenden in Pflegeberufen

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



2013 - 2015

Entwicklung & Evaluation

2015 - 2016

Implementationsforschung  
Integration PA-TRES

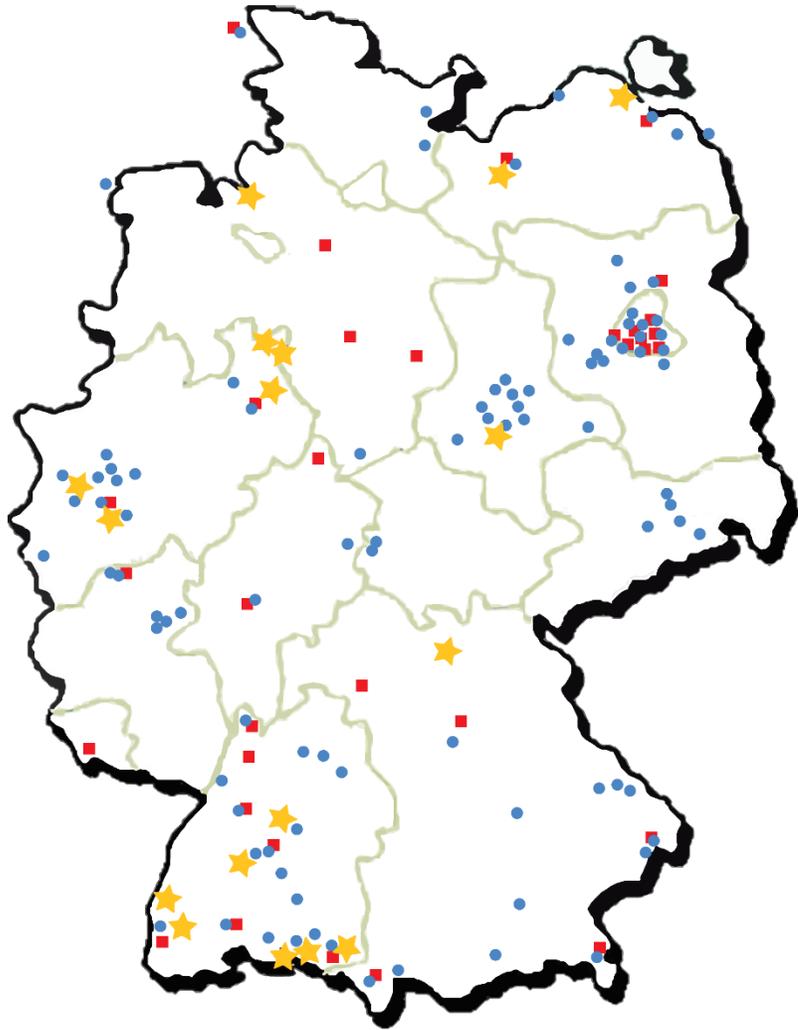
Seit 2016

Förderung der Implementierung  
Weiterentwicklung

IFT

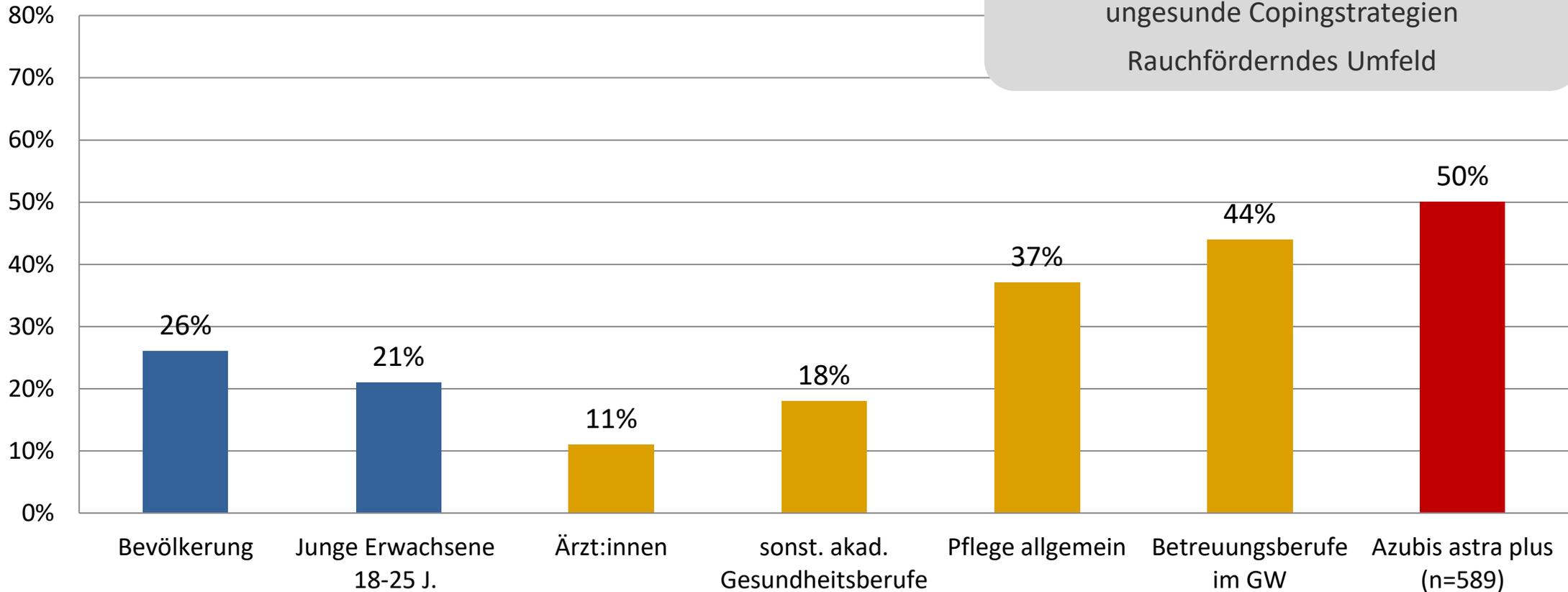


# Programm astra plus: 2016-2021



- 18 Berufsfachschulen
- 68 astra plus-Trainer:innen geschult
- >3.000 Auszubildende im Programm

# Raucherprävalenz Gesundheitsberufe



Quellen:

**Gesamtbevölkerung:** DEBRA 2020

**Beschäftigte Pflegeberufe:** Mikrozensus 2013 n. Tabakatlas

**astraplus:** Evaluation 2019

## PflegeschülerInnen leben auch andere riskante Lebensstile

### Übergewicht, Ernährung, Sport, Copingstrategien

- 33% der Pflegeauszubildenden weisen einen BMI von über 25 auf
- Raucher:innen
  - haben einen höheren BMI und ernähren sich ungesünder als Nichtraucher:innen
  - erleben Stress und quantitative Arbeitsbelastung stärker
  - nutzen ungünstigere Stressbewältigungsstrategien

(PA-TRES, astra, 2014)

## Was wir aus den Modellprojekten erkannt haben:

- Das Umfeld ist rauchunterstützend und muss in die Veränderung einbezogen werden
- Ganzheitlicher Ansatz: Gesundheitskompetentes Verhalten unterstützen, Prävention und Rauchstopp als professionelle Aufgabe etablieren
- Gemeinsam gesunde Alternativen zum Rauchen entwickeln: Pausenkultur, kollegiale Unterstützung
- Veränderungsbereitschaft auf alle Ebenen unterstützen: Berufspolitik, Organisation, Person
- Motivation zur Inanspruchnahme ist wichtiger Teil der Aufgabe: Teil des Curriculums
- Mit Geduld und Verbindlichkeit auf langfristige Perspektiven setzen



## Professionelle Gesundheitskompetenz nach **astra plus**

- ★ umfasst die Bereitschaft und Fähigkeit, die eigene Gesundheit zu erhalten und zu fördern und
- ★ das eigene gesundheitliche Wissen auf individueller und organisatorischer Ebene im beruflichen Handeln umzusetzen.
- ★ Rauchen spielt dabei als größtes vermeidbares Gesundheitsrisiko eine zentrale Rolle.

# Was ist für die Implementierung erforderlich?

Entscheidung und Engagement zur Implementierung

⇒ Unterstützen die Ziele der Schule, die Leitung und das Team die Implementierung von astra plus?

Implementierungsteam

⇒ Ist ein Team mit der Implementierung beauftragt?  
Hat das Team die erforderliche Zeit und Kompetenz?

Empowerment

⇒ Werden Trainer:innen qualifiziert und in der Umsetzung durch das Team unterstützt?

Evidenzbasierte Interventionen

⇒ Werden die Inhalte und Module programmgemäß umgesetzt?

Anpassung der Umgebung

⇒ Wird Tabakkonsum „de-normalisiert“? Wird auf Regeltreue geachtet?

Engagement für Tabakkontrolle öffentlich / regional

⇒ Engagiert sich die Schule berufspolitisch in der Tabakkontrolle nimmt am Erfahrungsaustausch teil um die Professionalisierung zu unterstützen?

Qualität & Nachhaltigkeit

⇒ Werden zentrale Daten und Erfahrungen erhoben und regelmäßig zur Anpassung der Implementierung genutzt?

- Betriebliches Gesundheitsmanagement und partizipative Qualitätsentwicklung
- Multiplikatoren-Training für Lehrende
- Evidenzbasierte Präventionsprogramme:
  - Stressmanagement
  - Rauchstopp
  - Kurzintervention Rauchstopp



- Die Inhalte entsprechen dem Rahmenlehrplan und sind komplett in das Curriculum integrierbar
- Implementierung wird mit Manual, Workshops und langfristiger Vernetzung begleitet
- Evaluation über Befragungen, regelmäßige Selbsteinschätzung nach Kriterien und Logbuch zur Dokumentation

# astra plus Module: flexibel – integrierbar - evidenzbasiert

Wie fördert die Schule die Gesundheitskompetenz der Azubis und wie ist das Programm aufgebaut?

Was macht mir Stress, wie kann ich damit umgehen lernen, Belastungen reduzieren, Ressourcen und Möglichkeiten nutzen?

Warum ist Hilfe beim Rauchstopp wichtig und was sind die Aufgaben von Pflegefachpersonen?

Vorbereitung

Befragung 1

1 Implementierungsteam

2 astra plus Workshop

3 Informationsveranstaltung

4 Gesunder Lebensstil

5 Aktive Stressprävention

6a Aktiv-Projekt

6b Rauchstopp-Kurs

Befragung 2

Folge-Workshops

7 KRIPS Kurzintervention

Befragung 3

Was hat sich bei Ernährung, Bewegung, Stress und Alltagsdrogen bei mir seit der Ausbildung verändert? Wie geht gesundheitskompetenter Lebensstil?

Wie wird die Ausbildung aus der Sicht der Azubis gesundheitsförderlicher und wie setzen wir das um?

Wie geht ein Rauchstopp, bzw. wie kann ich dabei unterstützen?

## Schulentwicklung

- Vorträge und Fortbildung für die Praxisanleitungen:  
Was ist astra plus?
- Erarbeitung der Vorbildrolle als professionell Pflegende
- Integration des Programms ins Curriculum
- Öffentlichkeitsarbeit regional und für Bewerbermessen
- ...rauchfreies Schulgelände

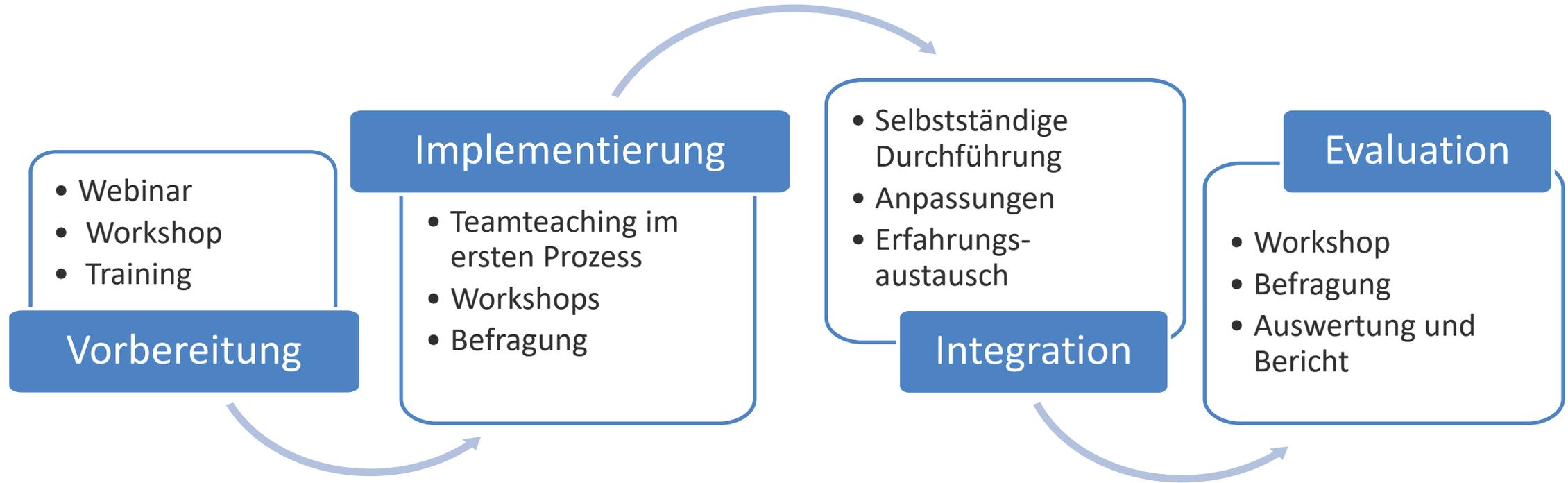
## Aktiv-Projekte der Auszubildenden

- Flyer, Poster und Informationsmaterial
- Umfragen „Rauchen in Dienstkleidung“
- Bewegte Pause: Tischtennisplatte, Frisbee-Scheiben, Volleyball
- Pausenräume in der Schule schaffen
- Sterneküche mit Rezepten für Schichtdienst
- „Treppe statt Aufzug“-Kampagne
- ... rauchfreies Schulgelände



Quelle: GESO Schwerin

# astra plus - Implementierung in Phasen

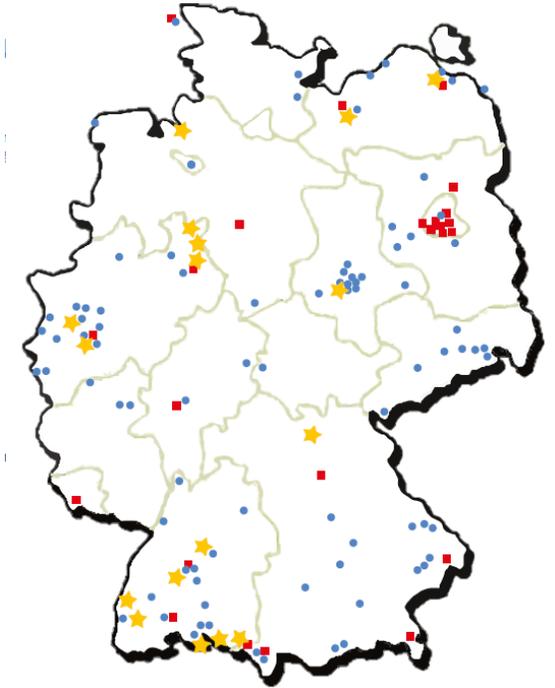


Die Inhalte des Programms entsprechen den aktuellen Anforderungen des Pflegeberufgesetzes der Ausbildungs- und Prüfungsverordnung und des Bundesrahmenlehrplans.

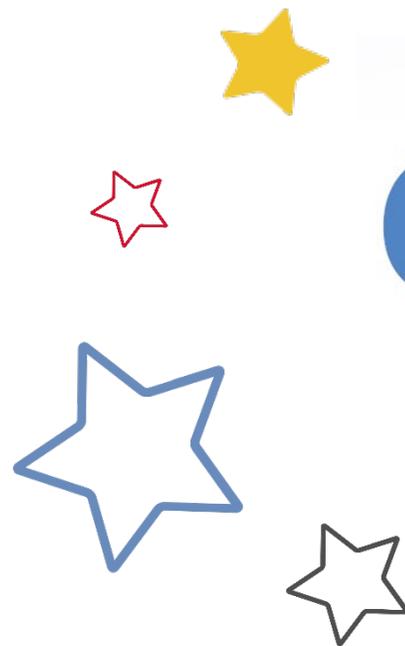
# Ergebnisse: Annahmen wurden bestätigt

Die Ausbildung ist ein ideales Setting für die Förderung der Gesundheitskompetenz:

- Rauchfreifördernde Rahmenbedingungen entstehen an der Schule
- Langfristige partizipative Veränderungsprozesse durch Integration ins Curriculum
  - Steigerung der Aufhörmotivation bei 28 % auf 36 %
  - > 50 % aller astraplus Auszubildenden nehmen am Rauchstopp teil, davon 63 % Rauchende
- Jede/r Siebte bis Achte (15 %) wird rauchfrei (signifikanter Effekt)
- Diejenigen, die rauchfrei wurden, nutzen mehr gesunde Stressbewältigungsstrategien, verglichen mit denen, die weiterräumen
- Ergänzend erforderlich sind betriebliche Strategien an den Lernorten sowie berufs- und arbeitspolitische Strategien



# Vielen Dank!



...weil  
**Gesundheit**  
in der **Ausbildung**  
beginnt

Kontakt: [rustler@rauchfrei-plus.de](mailto:rustler@rauchfrei-plus.de)