**Wahlfach "Aufklärung gegen Tabak (AGT)" SS 2015**

Ich habe im Wintersemester 2014/2015 und im Sommersemester 2015 am Projekt "Aufklärung gegen Tabak (AGT)" mitgewirkt, welches bei uns an der Justus-Liebig-Universität Gießen seit einiger Zeit als vorklinisches und klinisches Wahlpflichtfach angeboten wird.

Die AGT hat es sich zum Ziel gesetzt, Jugendliche (vor allem im Alter von 12 bis 16 Jahren) über die Folgen des Tabakkonsums und des Nikotinabusus möglichst objektiv aufzuklären. Dies geschieht im Rahmen von Schulbesuchen, auf die ich gleich näher eingehen werde. Ein weiteres Ziel der AGT ist es, Medizinstudenten für die zunehmende Problematik des Rauchens und seiner Folgen zu sensitivieren, sowie ihnen Methodenkompetenz in Sachen Tabakentwöhnung zu vermitteln. Auch hierzu werde ich im folgenden noch detaillierter berichten.

Kurz zur Organisation: Normalerweise sollte es wohl so sein, daß man zunächst theoretischen Unterricht in Form von Vorlesungen und Seminaren erhält und anschließend den Schulbesuch durchführt. Aufgrund von einigen Missverständnissen mit dem Dekanat, kam es dazu, daß nicht alle Wahlfachteilnehmer in einem Semester untergebracht werden konnten, sodass sich das Wahlfach AGT unter anderem für mich über zwei Semester hinstreckte. So fand der Schulbesuch vor dem Seminar statt, weshalb ich diesen hier auch zuerst besprechen möchte.

Zunächst möchte ich aber noch kurz darstellen, warum ich dieses Projekt als Wahlfach genommen habe: Durch meinen Bekanntenkreis und in Praktika wurde ich schon das ein oder andere Mal mit den fatalen Folgen langjährigen Tabakkonsums konfrontiert. Dies schreckte mich persönlich natürlich sehr ab! Ebenfalls scheint mir, daß es den meisten Menschen garnicht klar ist, was es überhaupt bedeutet, an COPD oder gar einem Bronchialcarzinom zu erkranken, weshalb ich es für besonders wichtig halte, daß man als Mediziner auch in der Lage ist, dahingehend Prävention zu betreiben SOWIE eine Rauchentwöhnung leitliniengerecht durchzuführen. Auch wenn ich nach derzeitigem Interesse sicher nicht im primär-ärztlichen Bereich oder in der Pulmologie tätig sein werde, ist es mir dennoch wichtig, diese Schlüsselkompetenzen zu besitzen!

Desweiteren hebt sich dieses Wahlfach gerade durch den praktischen Anteil deutlich von anderen ab und ich habe von Kommilitonen erfahren, daß es sehr spannend und abwechslungsreich sein soll.

Im Februar stand dann für mich der Schulbesuch an der Weiltalschule in Weilmünster bei Limburg an. Ich war mir diesbezüglich zunächst total unsicher, da wir ja wie oben beschrieben aus organisatorischen Gründen kein vorbereitendes Seminar hatten. Allerdings muss ich sagen, daß man sich die Kompetenzen für den Schulbesuch auch problemlos aus dem Skript aneignen kann und die Durchführung des Aulavortrags und der Klassenraumseminare dort in hinreichender Art und Weise beschrieben ist, sodass man beides souverän meistern kann (auch ohne vorhergegangenes Seminar).

Der Schulbesuch hat mir sehr viel Spaß gemacht, vor allem weil die Schüler total motiviert waren und super mitgearbeitet haben, aber auch weil das Konzept der Schulbesuche sehr abwechslungsreich und interaktiv gestaltet ist: Die Präsentation wird von vielen verschiedenen Medizinern durchgeführt und es gibt einen ausführlichen Erfahrungsbericht eines COPD-Erkrankten. Die Schilderungen des betroffenen Herrn E. halte ich für ganz besonders wichtig, da sie in eindrucksvoller und erschreckender Weise zugleich die Folgen langjährigen Nikotinabusus sozusagen "leibhaftig" darstellen. Wenn selbst mir als Mediziner (der ja durchaus über Vorkenntnisse zum Thema Sucht und COPD verfügt), seine Ausführungen derart im Gedächtnis bleiben, dann ist doch davon auszugehen, daß ein Schüler, der im Normalfall zum ersten Mal detailliert über die Folgen des Rauchens hört, sich diese umso besser einprägt und sich daran erinnert, wenn er versucht ist (oder wird) zur Zigarette zu greifen! In besonders einschlägiger Weise referierte Herr E. darüber, wie leicht man doch tatsächlich eine Nikotinabhängigkeit entwickelt ("eigentlich hatte ich nie wirklich Interesse am Rauchen, als ich aber bei der Arbeit immer wieder feststellte, daß die Raucher viel mehr Pausen hatten als ich, hab ich halt gedacht: "Dann fängste halt auch damit an". So rauchte ich zunächst sehr wenig, aber dann immer mehr und schließlich kam ich nicht mehr davon los...") und was es bedeutet mit einer COPD im fortgeschrittenen Stadium als Folge des Tabakkonsums zu leben ("wenn ich morgens aufstehe, brauche ich rund eine Stunde bis ich meine Medikamente genommen und den ganzen Schleim, der sich über die Nacht angesammelt hat, mithilfe meines Cornets und so abgehustet habe. Ich brauche also jeden Tag eine Stunde länger bis ich endlich frühstücken kann, als wenn ich nicht geraucht hätte..."). Weitere Einschränkungen im Leben eines COPD´lers, wie die Sauerstoff-Nasenbrille wurden den Jugendlichen anhand von Herrn E.´s Beispiel klar.

In den Klassenseminaren wurden dann in Kleingruppen die entsprechenden Inhalte anhand von interaktiven Übungen vertieft. Dies hat besonders viel Spaß gemacht, da man die Möglichkeit hat, auf Fragen der Schüler konkret und ausführlich einzugehen. Übungen, wie die "Strohhalm-Übung" werden sicherlich Schülern wie Lehren im Gedächtnis bleiben und langfristig Frucht tragen! Ein weiterer Aspekt, der mir besonders während der Klassenseminare aufgefallen ist, ist daß man gezwungen ist, komplexe Krankheitsbilder wie COPD oder Bronchialcarzinom so zu erklären, daß sie ein 13-Jähriger versteht. Dies ist in meinen Augen (auch wenn es natürlich nur ein Nebeneffekt der AGT-Seminare ist) eine unablässige Übung für jeden Mediziner, denn die Fähigkeit, komplizierte und abstrakte Zusammenhänge so zu reduzieren, daß der gemeine Mitmensch sie versteht und trotzdem über alles Relevante bescheid weiß, ist eine hohe Kunst und absolut entscheidend für die Compliance eines Patienten!! Man kann also garnicht früh genug damit anfangen, sich in diesen Fertigkeiten zu üben und die AGT-Seminare und Vorträge bieten dafür eine ideale Möglichkeit.

Im persönlichen Gespräch mit den Lehrkräften habe ich noch eine interessante und für mich zugleich erschreckende Tatsache erfahren: An der Weiltalschule gibt es unter den Siebt- und Achtklässlern des Hauptschulzweigs bereits ein Drittel (!) Raucher; in der Klasse in der ich Seminar gehalten habe (7.Klasse, Gymnasialzweig) rauchte auch schon ein Junge. Ich hätte nie erwartet, daß die Raucherquote in diesem jungen Alter bereits derart hoch ist, was in mir die Frage aufwirft, ob es nicht durchaus sinnvoll bis zwingend notwendig ist, mit der AGT-Aufklärung deutlich früher anzufangen!?

Vor kurzem hatte ich das Seminar zum Wahlfach. Hier ging es zwar auch schwerpunktmäßig um Methodenkompetenz, nun allerdings weniger im Bezug auf die Prävention als auf die Rauchentwöhnung. Als besonders angenehm habe ich die lockere Atmosphäre und den unkomplizierten Verlauf empfunden. Fachlich gesehen stand ganz klar die Pharmakotherapie im Zentrum einer leitliniengerechten Rauchentwöhnung: Wir haben über die drei verschiedenen Möglichkeiten der medikamentös unterstützten Rauchentwöhnung (Nikotinersatztherapie (NET), Vareniclin und Bupropion) gelernt, sowie über die anerkannte Methode der "5A" (Ask, Advise, Assess, Assist, Arrange). Die Lerninhalte wurden in praktischen Übungen vertieft (Gruppenpuzzles) und angewendet (mehrere Gespräche mit Schauspielpatientin). Der Dozent legte u.a. durch Wiederholung und Abfrage wert darauf, daß wir uns der Wirkungen und Nebenwirkungen, Indikationen und Kontraindikationen der o.g. Medikamente bewusst sind, was ich für besonders wichtig erachte, da man seinem Patienten bei falscher Anwendung nicht nur nicht hilft, sondern im ungünstigen Fall auch erheblichen Schaden zufügt (z.B. durch eine Wechselwirkung von Bupropion mit einem anderen Monoaminooxidase-Hemmer).

Alles in allem kann ich mit Überzeugung sagen, daß mir das Wahlfach AGT trotz der organisatorischen Schwierigkeiten Spaß gemacht hat und daß ich dieses Projekt durchaus an die kommenden Semester weiterempfehlen werde!