

RAUCHER- ENTWÖHNUNG



DIE ZIGARETTE IST DAS EINZIGE INDUSTRIEPRODUKT, DAS BEI BESTIMMUNGSGEMÄSSEM GEBRAUCH ZUM TODE FÜHRT.

Von allen Rauchern denken rund 12 % ernsthaft über das Aufhören nach. Manche versuchen es auf eigene Faust, der Erfolg lässt jedoch meist zu wünschen übrig und der Frust ist dementsprechend groß. Dabei ist die Zigarettenentwöhnung leichter, als man zunächst vermutet - wenn man sie richtig angeht.

Inhaltsstoffe der Zigarette

Eine Zigarette enthält im Wesentlichen folgende Inhaltsstoffe:

- **Nikotin:** erzeugt Abhängigkeit und führt somit zur Sucht
- **Reizgase:** chronische Bronchitis/Krebs auslösend
- **Teerstoffe:** Krebs auslösend
- **Kohlenmonoxid:** vermindert den Sauerstofftransport im Körper

Auswirkungen des Rauchens

Jeder Raucher weiß, dass das Rauchen nicht gesund ist und viel Geld kostet. Wohnung, Kleidung und Atem riechen unangenehm, man nimmt den morgendlichen Husten, die Atemnot und die schlechten Zähne dennoch kritiklos in Kauf und tröstet sich mit Halbherzigkeiten wie "Ich kann jederzeit aufhören!" oder "Mein Opa hat auch geraucht und ist trotzdem 90 geworden!" - So schädlich kann 's also nicht sein.

Fakt ist jedoch, dass weltweit bereits 5 Millionen Menschen jährlich durch Tabakkonsum sterben, in Österreich sind es rund 10.000 bis 14.000 Menschen pro Jahr. Also - Nicht schädlich?!

Rauchen in der Schwangerschaft

Besonders verantwortungslos handeln rauchende Schwangere, denn sie wissen nicht, was sie ihrem Ungeborenen antun:

- 3-mal höheres Risiko für Lippen- und Gaumenspalten
- 20% höheres Risiko für eine Frühgeburt
- Vervielfachung des Risikos für "plötzlichen Kindstot"
- das Baby kommt bereits süchtig zur Welt
- etc.

Raucherentwöhnung

Rauchen ist eine Suchterkrankung, auch wenn Raucher dies nicht gerne hören. Deshalb ist es ja mitunter so schwierig, damit aufzuhören. Wir bieten Ihnen professionelle Hilfestellung bei diesem für Ihr Leben so wichtigen Schritt an - damit auch Sie ihren Vorsatz schnell, einfach und ohne Gewichtszunahme in die Tat umsetzen können.

Machen Sie Schluss - wir helfen Ihnen dabei!

Und so geht's:

Nach einer ärztlichen Untersuchung (direkt bei uns in der Apotheke) erfahren Sie, welche Hilfsmittel (Nikotinersatzprodukte oder medikamentöse Unterstützung) für Sie am besten geeignet sind und welchen Erfolg Sie davon erwarten können.

Wir begleiten Sie mit ärztlicher Unterstützung durch die ersten Wochen Ihres Nichtraucherdaseins.

Das **Erstgespräch ist kostenlos, jede weitere Stunde** (Sie bestimmen, wann und wie oft Sie uns brauchen) **kostet € 60,00. Gespräche finden nur nach individueller Terminvereinbarung** statt!

Bei Interesse wenden Sie sich bitte telefonisch unter 0316/292979-89 an das Team der Regenbogen Apotheke!

Unser Betreuer für Ihre Raucherentwöhnung

Mag. Ernst-Georg Stampfl



Ich wurde 1951 in Magdeburg geboren und lebe seit meinem 5. Lebensjahr in Österreich. Meine Eltern flüchteten 1955 mit mir aus der damaligen DDR nach Wien. Dort absolvierte ich auch meine Schuljahre in der Volksschule (Lutherschule, Wien 18) und im humanistischen Gymnasium (Wasa-Gymnasium, Wien 9). 1970 legte ich die Matura ab und begann an der Universität in Wien mein Pharmazie-Studium, das ich im März 1978 mit der Sponsion zum Mag. pharm. abschloss.

Berufliche Entwicklung: Während des Studiums nutzte ich nicht nur die Ferien, sondern auch viel Zeit während der Semester, um berufliche Erfahrung zu sammeln. Und es gelang, in mehreren namhaften Firmen in der Pharmazie-Branche im In- und Ausland arbeiten zu können und eine Menge zu lernen.

Da es sich nach Abschluss des Studiums Ende der 70er-Jahre - ähnlich wie heute - sehr schwierig gestaltete, eine Aspirantenstelle zu ergattern, verschlug es mich nach Oberösterreich, ins Innviertel. Dort fand ich einen Kollegen, der mir nicht nur die Möglichkeit eröffnete, mein Aspirantentjahr zu absolvieren, um danach dann endlich "Apotheker" sein zu dürfen, sondern der auch mein Mentor wurde, mir sehr sehr viel beibrachte, was man nicht auf der Universität lernen kann, wie erfolgreiche Geschäftsideen zu erahnen, sie auch umzusetzen, Misserfolge wegzustecken und trotzdem immer menschlich zu bleiben. Ich legte eine Reihe von weiteren Prüfungen ab, wie z.B. die Lehrlingsausbilderprüfung, die Konzessionsprüfung für den Pharmazeutischen Großhandel, die Prüfung zum gerichtlich beeideten Sachverständigen für Pharmazeutika und die Qualifikation als Prüfer für Lehrabschlussprüfungen, und so war ich bald Teilhaber der Apotheke und geschäftsführender Gesellschafter des pharmazeutischen Großhandels, den mein Mentor ebenfalls in Oberösterreich und Salzburg betrieb.

Da mein Mentor Mitte der 90er-Jahre in den wohlverdienten Ruhestand gehen wollte, wurde die Firmengruppe geteilt und zum Teil verkauft. Für mich war das die Zeit, mich völlig neu zu orientieren. Ich gründete eine Beratungsfirma für den pharmazeutischen Großhandel, war wieder

viel im Ausland unterwegs und machte einige Jahre zusätzliche Erfahrungen als Geschäftsführer im Versandhandel.

1998 war es dann so weit, dass die gesetzlichen Voraussetzungen gegeben waren, ein Apothekenansuchen in einem Einkaufszentrum zu stellen. Das machte ich dann auch für das Center West in Graz. Da ich wusste, dass sich solche Verfahren leider immer über Jahre ziehen, war ich sehr froh, als ich von einem internationalen Konzern im pharmazeutischen Großhandel ein Angebot erhielt, Niederlassungsleiter für Südösterreich mit Sitz in Graz zu werden. Also übersiedelte ich in die grüne Mark und versuche seither, Grazer zu werden.

Nach 4 Jahren Behördenkontakt durften wir dann endlich am 4.7.2002 zum ersten Mal einen Kunden in der neuen Regenbogen Apotheke begrüßen. Seither bin ich nun Apotheker in Graz und versuche die vielen Eindrücke und Ideen, die ich in meinem bisherigen Leben sammeln durfte, einzubringen, um für Sie eine interessante und attraktive Apotheke zu gestalten und ein Angebot zu präsentieren, das man nicht überall findet.

Persönlicher Werdegang: Während des Studiums heiratete ich 1976 meine Frau Edith, und im November 1978 kam unser Sohn Philipp zur Welt. 4 Jahre später adoptierten wir unsere Tochter Nicole, die im März 1982 das Licht der Welt erblickt hatte. Es war uns vergönnt, einen guten Teil unseres Familienlebens in einem wunderschönen Haus, das wir mit viel Mühe und Schweiß, und leider auch mit viel mehr Geld als geplant, gebaut hatten, zu verbringen. Leider währte dieses Glück nicht ewig, es folgte 1996 die Scheidung, was die Übersiedlung 1998 nach Graz zusätzlich erleichterte.

Meine beiden Kinder sind inzwischen erwachsen, haben alle Hürden des Erwachsenwerdens gemeistert und leben in Tirol (Sohn) bzw. in Graz (Tochter) und sind dabei, ihre eigenen Familien zu gründen. Was kann man sich als Elternteil Schöneres wünschen?

Für mich bedeutet der neue Anlauf in Graz bisher viel Engagement, aber auch viel Spaß, da ich glaube, dass unser Weg richtig ist. Und seit April 2009 bin ich nun mit meiner zweiten Frau Gudrun glücklich verheiratet und lebe in unmittelbarer Nähe zur Apotheke in einem wunderschönen Haus.

Wie sieht Ihre Zukunft aus?

So



oder so



ES IST IHRE ENTSCHEIDUNG !