

NIKOTINENTWÖHNUNG

„Rauchfrei und gesund“- Yes,You can !

Unterstützt mit medizinischer Hypnose

Zielgruppe:

Nikotinabhängige Personen, die den Weg für ein gesundes und aktives Leben beginnen wollen.

Methode:

medizinische Hypnose, wenn nötig unterstützt mit Nikotinersatzprodukten und eventuell mit Medikamenten.

Meine Rahmenbedingungen bezüglich Raucherentwöhnung (bzw. Gewichtsreduktion und Motivation zu sportlichen Aktivitäten):

1. Stunde (a 50 min)

- Anamnese: Anleitung zur Durchführung des Raucherprotokolls (bzw. Besprechung des mitgebrachten Protokolls, von ca. 1-2 Wochen).
- Fragerström- Test zur Einstufung der Nikotinabhängigkeit
- Information zu bio-psychosozialen Aspekten der Nikotinabhängigkeit
- Vorbereitung : Rauchstopp (Erarbeitung mit Patienten sofortiger Stopp od. Teilzielsetzung, Besprechung möglicher alternativer Verhaltensweisen, Information über mögliche Nikotinersatzprodukte bzw. Medikamente zur Unterstützung).

ab der 2.+3. Stunde

- Umsetzung der Rauchstopps mit Unterstützung der medizinischer Hypnose

4. Stunde:

- Aufrechterhaltung des Rauchstopps, Besprechung der Rückfallprophylaxe, (Formulierung eines persönlichen formelhaften Leitsatzes).

Durchführung:

Ort: meine Ordination im 1130 Wien, Schrutkagasse 1-7/4/4, Telnr. 01 877 10 47

Zeit: nach Vereinbarung , Anmeldung tz den Ordinationszeiten zur Terminvergabe

1.Sitzung: Einzelstunde

2.-3. Sitzung: Einzelstunde, aber auch möglich in Gruppe (mit 6 max. 10 Personen)

4.Sitzung: Einzelstunde, um auf die möglichen Schwierigkeiten der Person besser eingehen zu

Können

Kosten: 300,00

Ersatz über Zusatzversicherung ,SVA: 100,00 über Aktion „ meine Therapieziele, über
aussergewöhnliche Belastungen (Steuerausgleich,Finanzamt)

Dr. med. univ. Michalski Maria

Allgemeinmedizinerin, Diplom in Ganzheitsmedizin, Psychosoziale- ; Psychosomatische Medizin,

Trainerin für A.T, Diplom in Med. Hypnose (AKH Wien), Diplom in Med. Hypnose für
Reizdarmtherapie (UNI Manchester),ÖGP Diplom für zertifizierte Rauchertherapie

