

25.05.10

Pressemitteilung zum Weltnichtrauchertag am 31.05.2010

Kurztitel: Raucherentwöhnung in Thüringen ein Beitrag zum 31.05.2010

Der Weltnichtrauchertag 2010 steht unter dem Motto: „junge Mädchen rauchen mehr“. Diese neuesten Zahlen belegen, dass der Konsum von Tabak bei Mädchen und Jungen in den vergangenen Jahren zurückgegangen ist. Aufklärung über die Schädigungen durch den Tabakkonsum und die Gefahren des Passivrauchens sind demnach sehr bedeutsam.

Die Drogenaffinitätsstudie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) von Jugendlichen in der Bundesrepublik Deutschland wird seit 1979 durchgeführt. Hiernach ist im Jahr 2008 tägliches Rauchen unter den 12-17jährigen Raucher/-innen nach wie vor weit verbreitet. So rauchen aktuell 54% der männlichen und 68% der weiblichen Raucher täglich. Der Anteil rauchender Jugendlicher liegt aktuell bei männlichen Jugendlichen bei 15% und bei weiblichen Jugendlichen bei 16%. Zum ersten mal rauchen Jugendliche durchschnittlich mit 13,7 Jahren und tägliches Rauchen beginnt durchschnittlich mit 16 Jahren.

Der Tabakkonsum ist das größte vermeidbare Gesundheitsrisiko. 33,9 % der Erwachsenen in Deutschland rauchen. Das entspricht etwa 16 Mio. Menschen. Etwa 140.000 Menschen sterben jedes Jahr vorzeitig an den direkten Folgen des Rauchens, etwa 3.300 Menschen an den Folgen des Passivrauchens. Die volkswirtschaftlichen Kosten des Rauchens für die Gesellschaft werden auf 18,8 Milliarden Euro pro Jahr geschätzt. Im langfristigen Vergleich der Daten des Mikrozensus zum Rauchverhalten ist in der Erwachsenenbevölkerung nur ein geringfügiger Rückgang im Nikotinkonsum festzustellen. Dennoch findet ein gesellschaftlicher Konsenswandel statt, so dass Nichtrauchen immer stärker zur sozialen Norm wird.“ (Drogen- und Suchtbericht 2009¹, S.22)

Positiv entwickelt sich die Nieraucherquote gemäß der Erhebung der Drogenaffinitätsstudie der BzgA 2008. Diese steigt seit dem Jahr 2001 kontinuierlich an. Aktuell stieg die Nieraucherquote der Altersgruppe der 12-17 jährigen Jugendlichen von 50% im Jahr 2005 bei weiblichen Jugendlichen auf 59% im Jahr 2008 und bei den männlichen Jugendlichen von 53% im Jahr 2005 auf 62% im Jahr 2008.

Nicht nur hohes gesundheitliches Risiko oder volkswirtschaftlicher Nutzen - es spricht alles dafür, nicht zu rauchen, oder mit dem Rauchen aufzuhören. Eine weit verbreitete Sorge, dass dies zu einer drastischen Gewichtszunahme führt, kann ebenfalls entkräftet werden. Bei einem Rauchstopp normalisiert sich die Nahrungsaufnahme im Körper und kurzfristig kann auch etwas Gewicht zugelegt werden. Erfahrungen zeigen aber, dass schon nach wenigen Monaten das Gewicht wieder im gewohnten Bereich ist. Der Schlüssel zu einem Leben ohne Tabakquäl für Frauen wie Männer ist ein fester Wille. Dazu gehören auch Bewegung und gesunde Ernährung. Die positiven Effekte für den Körper und zu mehr Wohlbefinden stellen sich dann ganz von alleine ein. Über die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung besteht die Möglichkeit der Unterstützung übers Internet www.rauchfrei-info.de und eine Telefonhotline 01805-313131 (12 Cent/Min.).

¹ Drogen und Suchtbericht der Drogenbeauftragten der Bundesregierung, Berlin 2008
Arnstädter Str. 50
99096 Erfurt

In Thüringen bieten Psychosoziale Beratungs- und Behandlungsstellen ein **Kursangebot für Raucher**, die den Tabakkonsum einstellen wollen. In der Gruppe fällt es vielen leichter, hier kann man sich gegenseitig motivieren, Probleme beim Rauchstopp besprechen und Tipps und Tricks austauschen.

Das Angebot der Beratungsstellen basiert auf dem weiterentwickelten „**Rauchfrei-Programm**“ des Instituts für Therapieforschung in München. Es handelt sich um ein Gruppenprogramm mit verhaltenstherapeutischem Ansatz. Im Rahmen einer Evaluation konnte die Wirksamkeit dieses Programms nachgewiesen werden, auch im Vergleich mit anderen Methoden hält das Kursangebot stand. Die Teilnehmer können einen Grossteil der **Kosten für den Kurs** von ihren Krankenkassen mit bis zu 80% **zurückerstattet** bekommen. Eine Liste der **Ansprechpartner** und Einrichtungen finden Sie auf unserer Homepage www.tls-suchtfragen.de.

Dieses Kursangebot ist auch für Jugendliche und junge Erwachsene geeignet. Mit einer Stärkung und spezialisierten **Angeboten für Jugendliche könnte ein wichtiger Beitrag zur Senkung der Raucherquote** in Thüringen langfristig geleistet werden.

Um die Zielgruppe der jungen Raucher/innen zu erreichen, ist eine spezielle Weiterentwicklung der Konzepte notwendig. Kursangebote für Jugendliche müssen kostenneutral und kontinuierlich vorgehalten werden können. Hierzu bedarf es neben dem Engagement von Beratungsstellenmitarbeiter/innen weitere Unterstützung über Entscheidungsträger.

Thüringer Landesstelle für Suchtfragen e.V.

Arnstädter Str. 50, 99096 Erfurt

www.tls-suchtfragen.de

Ansprechpartner/in:

Kompass gGmbH Suchtberatung und Suchtprävention
Ansprechpartner Hr. Böhm Tel. 03691/75610

Büro „impuls“

Ansprechpartner Frau K. Otto Tel 0361-2128080

Anlagen:

- Liste der verschiedenen Aktivitäten zum Aktionstag in Thüringen
- Drogenaffinitätsstudie der BzGA – Verbreitung des Tabakkonsums bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen
- Faltblatt mit Ansprechpartnern in Thüringen zum „Rauchfrei-Programm“