

Presseinformation

Landeskoordinierungsstelle
Suchtvorbeugung NRW

Mülheim an der Ruhr, Mai 2021

Kaiserstraße 90
45468 Mülheim an der Ruhr
Fon: 0208 | 30069-31
Fax: 0208 | 30069-49
E-Mail: info@ginko-stiftung.de

31. Mai: Weltnichtrauchertag

Rauchen: Zeig was Du weißt!

Unter diesem Motto lädt die NRW-Initiative "Leben ohne Qualm" anlässlich des Weltnichtrauchertages zu einer Aktion für das Nichtrauchen ein. Da schulische Gruppenaktionen zurzeit wegen der Corona-Maßnahmen entfallen, will die Initiative Kinder und Jugendliche mit einem digitalen Gewinnspiel für die Folgen des Tabakrauchens sensibilisieren. Wer das „Tabak-Quiz“ erfolgreich absolviert, kann sich über kleine Überraschungspreise freuen.

Am Gewinnspiel teilnehmen kann man **vom 27. bis 31. Mai 2021** [hier](#).



Die WHO hat ihre diesjährige Kampagne unter dem Motto „Commit to Quit“ (Sag ja zum Rauchverzicht) gestartet. Ziel der Kampagne ist es, 100 Mio. Menschen weltweit in ihrem Bestreben zu unterstützen, mit dem Rauchen aufzuhören. Hierzu seien vielfältige Ausstiegsangebote nötig, aber auch gesündere Umfelder, die für den Rauchverzicht förderlich sind. Die Deutsche Krebshilfe und das Aktionsbündnis Nichtrauchen e.V. haben sich mit „Qualmst Du noch? Ich hör auf!“ dem Motto angeschlossen.

Die COVID-19-Pandemie hat Millionen von Tabakkonsumenten dazu angeregt, das Rauchen aufzugeben. Denn unter dem Vorzeichen des neuartigen Corona Virus SARS-CoV-2 steigt das Risiko eines schweren Infektionsverlaufs durch das lungenschädigende Rauchen und Dampfen.

Insbesondere für Kinder und Jugendliche ist es förderlich, in einem rauchfreien häuslichen Umfeld aufzuwachsen. Denn die elterlichen Vorbilder prägen das spätere Gesundheits- und Rauchverhalten ihrer Kinder. Erwachsene Vorbilder in Kitas, Schulen und Jugendeinrichtungen tragen dazu bei, dass Rauchfreiheit die Norm ist. Rauchfreie Kitas, Schulen und Jugendeinrichtungen tragen maßgeblich zu einem gesunden Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen bei.

Auch wenn die Zahl der jugendlichen Raucherinnen und Raucher in den letzten Jahren rapide gesunken ist, bleibt das Thema „Rauchen“ für die Prävention aktuell.

Tabak bzw. Nikotin ist in der Regel das erste Suchtmittel im Leben von Jugendlichen.

Um eine kritische Haltung gegenüber Tabak- bzw. Nikotinprodukten zu fördern, lädt die Suchtprävention in Nordrhein-Westfalen jährlich mit landesweiten Aktionen Jugendliche zum Mitmachen ein.

Hierzu gehören das Gewinnspiel und weitere Aktionen zum Welt Nichtrauchertag sowie ein HipHop-Wettbewerb zum Thema „Nichtrauchen“. In NRW unterstützen über 100 Fachkräfte für Suchtprävention Schulen und Jugendeinrichtungen durch regelmäßige Projekte und Aktionen, mit denen sie aufklären und die positive Haltung zum Nichtrauchen stärken.

Die örtlichen Fachkräfte für Suchtprävention bieten neben Unterrichtseinheiten auch Klassenwettbewerbe und Projektstage mit dem "LoQ-Mitmach-Parcours" an. Auch eine „Shisha-Station“ und eine große "Schadstoffzigarette" sind im Einsatz. Jugendliche lernen damit einen Teil der über 5000 chemischen Stoffe kennen, die im Tabak enthalten sind. Zu ihnen gehören gefährliche Stoffe wie Blei, Cadmium und Ammoniak. Aber auch Schokolade, Lakritze und Zucker setzt die Industrie ein, um das Rauchen angenehmer zu machen und das Suchtpotential zu steigern.

Aktuell, wo die Zusammenarbeit mit Jugendlichen durch die Corona-Pandemie erschwert ist, werden vermehrt digitale Mitmachmöglichkeiten und Unterrichtsprojekte zur Tabakprävention angeboten und genutzt: Hierzu gehören u.a. der Sprüche-Wettbewerb zum WNT 2020, der HipHop-Wettbewerb und ein spezielles Tutorial, eine virtuelle Rallye „Actionbound“, ein Tabak-Wissensquiz und ein Lern-Parcours für Daheim.

Zahlen und Fakten

Der Anteil rauchender Jugendlicher befindet sich aktuell auf einem Tiefstand. Rauchten im Jahr 2001 noch 27,6 Prozent der 12- bis 17-Jährigen, so sind es 2019 nur noch 5,6 Prozent. Der Anteil der Rauchenden unter den 18- bis 25-jährigen Erwachsenen sank ebenfalls von 44,5 Prozent (2001) auf 21,2 Prozent (2019).

Das Shisha-Rauchen wird dagegen unter Jugendlichen immer beliebter. Bei den 18- bis 25-jährigen Erwachsenen stieg der Konsum von Wasserpfeifen im Zeitraum von 2008 bis 2018 deutlich an. So haben 19,1 Prozent der 18- bis 25-Jährigen in den vergangenen 30 Tagen vor der Befragung Wasserpfeife geraucht. Im Jahr 2008 waren es noch 7,8 Prozent.

Auch elektronische Zigaretten (E-Zigaretten) wie die Shisha ToGo, eine Art elektronische Einwegzigarette und sogenannte „Pod-Produkte“ gewinnen an Attraktivität. Pods sind kleine Kartuschen mit aromatisierten Flüssigkeiten (Liquids), die auf eine schmale, längliche E-Zigarette in Form eines USB-Sticks aufgesteckt werden. Sie bilden gleichzeitig das Mundstück. Bekannt sind diese Systeme in den USA als „Juul“, in Deutschland u.a. als „MyBlue“, beides produziert mit Unterstützung großer Tabakunternehmen. Nutzerzahlen für Pod-Systeme sind noch nicht erhoben.

Aktuell geben 6,6 Prozent der jungen Erwachsenen und 4,2 Prozent der Jugendlichen an, innerhalb der letzten 30 Tage vor der Befragung E-Zigaretten konsumiert zu haben im Vergleich zu 3,9 Prozent bzw. 2,5 Prozent im Jahr 2012.

Beim Rauchen zeichnen sich soziale Unterschiede ab: Jugendliche aus Familien mit niedrigem Sozialstatus zählen häufiger zu den regelmäßig oder täglich Rauchenden als Gleichaltrige aus Familien mit hohem Sozialstatus. Auch die Schulform hat Einfluss auf das Rauchverhalten: Gymnasiastinnen und Gymnasiasten rauchen seltener als Gesamt-, Haupt- und Realschüler/innen.

Quellen

Journal of Health Monitoring 2018 3(1) DOI 10.17886/RKI-GBE-2018-003, Robert Koch-Institut, Berlin; KiGGS Welle 1 und KiGGS Basiserhebung;

BZgA, Drogenaffinitätsstudie 2019 (Infoblatt 01.Juli 2020);

Sucht- und Drogenbericht der Bundesregierung 2020



Weltnichtrauchertag

Seit 1987 wird der Weltnichtrauchertag von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) genutzt, um weltweit auf die Gefahren des Rauchens und die Machenschaften der Tabakindustrie aufmerksam zu machen.

Das Motto zum diesjährigen Weltnichtrauchertag der WHO 2021 lautet:

“Commit to Quit” - Sag ja zum Rauchverzicht

Ziel der Kampagne ist es, 100 Mio. Menschen weltweit in ihrem Bestreben zu unterstützen, mit dem Rauchen aufzuhören, und zwar mithilfe verschiedener Initiativen und digitaler Lösungen. Die Kampagne soll zur Schaffung gesünderer Umfelder beitragen, die für den Rauchverzicht förderlich sind, und zwar durch:

- das Eintreten für starke Handlungskonzepte zur Förderung des Rauchverzichts
- die Förderung eines besseren Zugangs zu Raucherentwöhnungsangeboten
- die Schärfung des Bewusstseins für die Taktiken der Tabakindustrie
- die Befähigung von Rauchern, erfolgreich mit dem Rauchen aufzuhören, und zwar durch sogenannte „Quit and Win“-Initiativen, bei denen die Chance auf einen Preis als Anreiz für den erfolgreichen Rauchverzicht dient.

Die COVID-19-Pandemie hat Millionen von Tabakkonsumenten dazu angeregt, das Rauchen aufzugeben. Der Rauchverzicht ist jedoch für viele eine große Herausforderung, insbesondere angesichts der durch die Pandemie verursachten zusätzlichen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Stressfaktoren.

Weltweit geben rund 780 Mio. Menschen an, dass sie gerne mit dem Rauchen aufhören würden, doch nur 30% von ihnen haben Zugang zu Instrumenten, die ihnen helfen können, die körperliche wie auch psychische Tabakabhängigkeit zu überwinden. Gemeinsam mit Partnerorganisationen wird die WHO entsprechende Instrumente und Ressourcen anbieten, die helfen können, erfolgreich das Rauchen aufzugeben.

Der Verzicht auf das Rauchen wirkt sich unmittelbar und langfristig positiv auf die Gesundheit aus:

Nur 20 Minuten nach der Aufgabe des Rauchens sinkt die Herzfrequenz. Innerhalb von 12 Stunden sinkt der Kohlenmonoxid-Spiegel im Blut auf einen Normalwert. Innerhalb von 2 bis 12 Wochen verbessern sich die Durchblutung und die Lungenfunktion. Innerhalb von 1 bis 9 Monaten lassen Hustenanfälle und Atemnot nach. Innerhalb von 5 bis 15 Jahren liegt das Risiko für einen Schlaganfall bei dem eines Nichtrauchers. Innerhalb von 10 Jahren ist die Sterberate aufgrund von Lungenkrebs nur noch in etwa halb so hoch wie die eines Rauchers. Innerhalb von 15 Jahren liegt das Risiko für ein Herzleiden bei dem eines Nichtrauchenden.

[Weitere Informationen zum WHO-Weltnichtrauchertag](#)

Weitere Informationen unter:

ginko Stiftung für Prävention - NRW Initiative „Leben ohne Qualm“, Karin Franke 0208/30069-32.

www.loq.nrw.de