

17.07.2001 - 09:57 Uhr

Rauchstopp bei Schulkindern: Was tun?

Lausanne (ots) -

Steigende Raucherraten bei Schweizer Jugendlichen verlangen nach einer wirksamen Vorbeugung jugendlichen Tabakkonsums. Eine Dreijahres-Studie der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA) in Lausanne hat die Entwicklung der Rauchmuster 16- bis 20-Jähriger untersucht. Die zentrale Erleichterungs- und Entspannungsfunktion des Rauchens im Jugendalter sollte Ansatzpunkt für einen Rauchstopp sein. Wer statt des Tabakdampfes der Antistress-Zigarette andere Mittel und Wege findet, sich zu entspannen, kommt besser weg vom Glimmstengel.

Die Schweiz sieht sich gegenwärtig mit einem bedrohlichen Anstieg des Rauchens bei Jugendlichen konfrontiert. Die Raten regelmässiger Raucher und Raucherinnen bei 11- bis 16-Jährigen hat sich zwischen Mitte der achtziger und Ende der neunziger Jahre verdoppelt. Eine Studie der SFA zur Entwicklung des Rauchstatus untersuchte die Faktoren, die Jugendliche über einen Zeitraum von 3 Jahren einerseits an der Zigarette kleben lassen, andererseits den Absprung in eine tabakfreie Lebensweise finden lassen. Wer im Alter von 16/17 Jahren täglich raucht, wird dies zu 80% auch mit 20 Jahren tun. Umgekehrt werden aus 16/17-jährigen Nichtraucher nur zu 20% gelegentliche oder regelmässige Tabakkonsumenten. Gelegentliches Rauchen im Teenageralter legt das Rauchmuster der Twens nicht fest: nach 3 Jahren werden gleich viele Nichtraucher, Gelegenheitsraucher und täglich Rauchende festgestellt.

Tannenduft statt Tabakdampf

Die SFA-Studie unter Leitung des Psychologen Holger Schmid gibt weiterhin Auskunft über die Faktoren, die das Rauchen fördern oder aber zum Rauchstopp beitragen können. So haben täglich Rauchende mehr negative Gefühle, körperliche Symptome und ein geringeres Wohlbefinden als Gelegenheitsraucher oder Nichtraucher. Das Rauchen dient deutlich der Abschwächung derartiger Befindlichkeiten, schafft Entspannung und kurzfristiges Wohlbefinden. Umgekehrt erweist sich diese Erleichterungsfunktion als wesentlich für den Einstieg in den Ausstieg aus dem Rauchverhalten. Dessen Vorbeugung - so zeigt die Analyse der Rauchstoppmotive - sollte somit nicht nur auf die Verringerung der Zahl der gerauchten Zigaretten hinarbeiten, sondern die Rauchenden zudem von der Überzeugung befreien, dass sie sich nur über Zigarettenkonsum entspannen und wohlfühlen können. Statt Tabakdampf Tannenduft bei einem entspannten Waldspaziergang wäre da ein Anfang.

Quelle: R. Müller, H. Schmid: Rauchverhalten von Schulkindern - ein Trend zur Katastrophe? SuchtMagazin 1/2001, 14-18

Kontakt:

Dr. Holger Schmid, Tel. +41 21 321 29 53

SFA Lausanne

Sekretariat Prävention und Information, Tel. +41 21 321 29 76

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000980/100009115> abgerufen werden.