

Tabak

Impressum

Regina Bulgheroni, Silvia Loosli, Marianne Steiner, Christoph Meier,
Jürg Siegrist, Beat Meier (Lektorat)

1. Aufl. April 2005, aktualisiert und überarbeitet Oktober 2008

Wissenswertes

- **Herkunft und Geschichte**
- **Tabakanbau und -produktion in der Schweiz**
- **Wirkungsweise und Abhängigkeit**
- **Schädigung**
- **Rauchen und soziale Ungleichheit**
- **Passivrauchen**
- **Die Situation in der Schweiz**
- **Jugendschutz**
- **Wasserpfeife**
- **Lexikon**

Rechtliches

- **Einleitung**
- **Bundesgesetz über Radio und Fernsehen**
- **Verordnung zum Arbeitsgesetz**

Tipps und Ideen

- **Einleitung**
- **Handlungsebenen : Gemeinde, Schule, Eltern, Vereine, Verkaufsstellen, Fachstellen**

Tabak

Wissenswertes

- **Herkunft und Geschichte**
- **Tabakanbau und -produktion in der Schweiz**
- **Wirkungsweise und Abhängigkeit**
- **Schädigung**
- **Rauchen und soziale Ungleichheit**
- **Passivrauchen**
- **Die Situation in der Schweiz**
- **Jugendschutz**
- **Wasserpfeife**
- **Lexikon**

Herkunft und Geschichte

Die Tabakpflanze «*Nicotiana tabacum* L.» und ihre Verwendung haben den Ursprung in Südamerika. Durch die **Mayas** wurde das Rauchen von Tabak zu anderen Stämmen gebracht. Die Ureinwohner Amerikas verwendeten Tabak vor allem für religiöse und medizinische Zwecke. Sie glaubten, im aufsteigenden Rauch der Pfeifen ihren Gott zu erkennen.

Gegen Ende des 15. Jahrhunderts brachte **Columbus** die Tabakpflanze von einer seiner Entdeckungsfahrten mit nach Europa. Jean Nicot de Vellemain, französischer Botschafter am portugiesischen Hof, beschrieb den Tabak Mitte des 16. Jahrhunderts als Wundermittel und führte die Pflanze in Frankreich ein. Nach ihm wurde der Wirkstoff Nikotin benannt. Dieses wurde zum Heilen von Wunden, gegen verstopfte Nasen sowie Kopfschmerzen verwendet. Durch die Seefahrer wurde die Tabakpflanze in alle Welt verbreitet. Zunehmend wurden die getrockneten Tabakblätter auch geraucht, gekaut oder geschnupft. Die Europäer bauten in Kuba die ersten Tabakkulturen an.

Schon zu Beginn des 17. Jahrhunderts wurde festgestellt, dass Tabak eine gesundheitsschädigende Wirkung und ein Suchtpotenzial aufweist. Der englische König **James I.** machte darauf aufmerksam, dass Tabak das Hirn sowie die Lunge schädigt. In mehreren Ländern wurde das Rauchen allgemein oder das Rauchen in der Öffentlichkeit immer wieder verboten. 1657 wurde in der **Schweiz** ein Rauchverbot erlassen. Wurde jemand beim Rauchen erwischt, erhielt er dieselbe Strafe wie ein Ehebrecher. Diese Verbote konnten aber nicht verhindern, dass sich der Konsum weltweit immer mehr ausbreitete. Im 18. Jahrhundert wurde zum ersten Mal der **Lungenkrebs** beschrieben. Über mehrere Jahre hinweg verwendeten zahlreiche Länder den Tabak sogar als Zahlungsmittel.

Im 19. Jahrhundert gab es eine grosse Neuerung auf dem Tabakmarkt: das industrielle Herstellen von Zigarren und Zigaretten. Mit der rasch ansteigenden Anzahl von Produktionsstätten sowie Verkaufsstellen wurde der Tabak immer leichter zugänglich. Er galt bald als relativ billiges Genussmittel und Accessoire des modernen Lebens, hauptsächlich für Männer. Nationale Werbekampagnen gegen Ende des 19. Jahrhunderts verhalfen der **Tabakindustrie** zu einem weiteren Boom. Dadurch wurden auch immer mehr Frauen und Jugendliche in den Bann des Zigarettenrauchens gezogen. Die Anzahl an Lungenkrebspatienten und an anderen Lungenkrankheiten erkrankten Personen stieg stetig an. Obwohl immer wieder auf die Schädlichkeit des Tabakkonsums hingewiesen wurde, gewann die Anti-Tabak-Lobby erst Mitte des 20. Jahrhunderts an Bedeutung.

Tabakanbau und -produktion in der Schweiz

www.bag.admin.ch -> Themen -> Alkohol, Tabak, Drogen -> Tabak -> Zahlen und Fakten -> Tabakanbau in der Schweiz

Im 17. Jahrhundert nahm der Tabakanbau in der Schweiz seinen Anfang und erreichte während dem **2. Weltkrieg** seinen Höhepunkt. Zu dieser Zeit wurden 1450 Hektaren mit Tabak bepflanzt. Heute spielt der Tabakanbau in der Schweizer Landwirtschaft eine untergeordnete Rolle. Von knapp 400 landwirtschaftlichen Betrieben werden 6500 ha angebaut, 80 Prozent davon im freiburgischen und waadtländischen Broyetal. Die restlichen Anbauflächen befinden sich in den Kantonen Luzern und Aargau, in der Ostschweiz sowie im Rhonetal. Der heimische Anbau deckt **heute** weniger als 5 Prozent des Schweizer Tabakbedarfs. Im Jahr 2007 wurden in der Schweiz 54 Milliarden Zigaretten produziert und davon rund 12 Milliarden im Inland verkauft. Der Rest wurde exportiert.

Wirkungsweise und Abhängigkeit

Nikotin ist der Stoff, welcher die Rauchenden stimuliert und süchtig macht. In den Wurzeln der Tabakpflanze wird **Nikotin** produziert und wandert beim Reifen der Pflanze in die Blätter. Durch das Verbrennen der Tabakblätter wird Nikotin freigesetzt. Es gelangt dann – gebunden an die Teerteilchen im Rauch – über die Lunge ins Blut. Es dauert nur 10 bis 16 Sekunden, bis das Hirn erreicht ist. Dort haftet sich Nikotin an die nikotinergen Acetylcholin-Rezeptoren, wodurch **Dopamin** ausgeschüttet wird. Anfänglich wird damit die Reaktions- und Konzentrationsfähigkeit gesteigert, eine Stimmungsaufhellung sowie Angst-, Schmerz- und Appetithemmung erzeugt. Bald schon setzt die **Abhängigkeit** ein. Fällt der Nikotingehalt im Blut, was die Freigabe von Dopamin reduziert, treten bei Süchtigen Entzugerscheinungen wie Kopfschmerzen, Stimmungsschwankungen, Konzentrations- und Schlafstörungen usw. auf. Nikotin hat ein sehr hohes Suchtpotenzial, vergleichbar mit jenem von Kokain.

Bei Untersuchungen konnte festgestellt werden, dass Rauchende, welche bei der Arbeit gestresst und überfordert sind, häufiger zur Zigarette greifen. Problematisch ist dies nicht nur in Bezug auf die eigene Gesundheit, sondern auch bei **Berufen mit Vorbildfunktion**. Gerade

Kinder und Jugendliche ahmen oft Rollen nach. Dies hat einen entscheidenden Einfluss auf ihr Rauchverhalten sowie ihre Haltung gegenüber dem Passivrauchen. Im Gegensatz zur Abhängigkeit von anderen Suchtmitteln verursacht die Nikotinabhängigkeit keinen Persönlichkeitszerfall oder sozial abweichendes Verhalten. Dies ist mit ein Grund, weshalb das Rauchen lange Zeit und oft noch heute von der Gesellschaft relativ breit akzeptiert wird. Nicht alle Rauchenden rauchen aus derselben Motivation. Will jemand mit dem Rauchen aufhören, sollte er/sie sich bewusst sein, weshalb er/sie überhaupt zur Zigarette gegriffen hat. Nicht alle sprechen auf dieselben Entwöhnungsmethoden im gleichen Masse an.

Schädigung

www.at-schweiz.ch -> Fakten -> Rauchen und Gesundheit

Es ist unbestritten, dass Rauchen schadet. Rauchen ist die **wichtigste vermeidbare Ursache eines vorzeitigen Todes**. Es wurde ermittelt, dass die Hälfte der Rauchenden an den Folgen ihrer Sucht stirbt. Ein Viertel aller regelmässig Rauchenden stirbt sogar vor dem Pensionsalter. Wird Tabak geraucht, werden neben Nikotin zahlreiche andere Stoffe aufgenommen. 4000 Stoffe sind bis heute identifiziert worden. Dies macht nur gerade 1 Prozent aller Stoffe im Tabakrauch aus. Von 40 Stoffen ist bekannt, dass sie das **Krebsrisiko** deutlich erhöhen. Von den restlichen Stoffen hat man noch keine genauen Angaben über deren Toxizität.

Rauchen ist eine der Hauptursachen von Lungenkrebs und vielen Atemwegserkrankungen. Es trägt wesentlich zu Herz-Kreislauf-Störungen und zerebralen Durchblutungsstörungen («Raucherbein») bei. Rauchende leiden häufiger unter **chronischen Krankheiten**. Sie tragen allgemein ein höheres Krankheitsrisiko als Nichtraucher (Grippe, Husten, Schnupfen usw.). Rauchen schadet Männern und Frauen in etwa gleichem Masse, obwohl heute immer noch mehr Männer an durch Rauchen verursachten Krankheiten leiden. Dies ist darauf zurück zu führen, dass zu Beginn des 20. Jahrhunderts praktisch keine Frauen geraucht haben und sich somit die Auswirkungen erst langsam zeigen.

Rauchen und soziale Ungleichheit

Im **Rauchverhalten** ist ein klares **soziales Gefälle** feststellbar. Die Wahrscheinlichkeit, dass Personen mit geringer Bildung und tiefem Einkommen sowie Arbeitssuchende und Sozialhilfeempfänger rauchen, ist fast doppelt so gross wie bei den übrigen Mitmenschen. Dieser Unterschied ist am deutlichsten bei jungen Erwachsenen und Personen mittleren Alters. Auch bei der Tabakentwöhnung spielen soziodemographische Merkmale eine grosse Rolle. Personen mit günstigen soziodemographischen Merkmalen (verheiratet, hohe Bildung, hoher beruflicher Status) haben eine bis zu achtfach höhere Ausstiegsquote.

Passivrauchen

www.at-schweiz.ch -> Fakten -> Passivrauchen)

Wird in einem geschlossenen Raum geraucht, entsteht Passivrauch, auch «**Environmental Tobacco Smoke**» (ETS) genannt. Die Nichtraucherinnen und Nichtraucher kommen vor allem am Arbeitsplatz und im privaten Bereich mit ETS in Kontakt. Diesem sind sie mehr oder weniger freiwillig in Bars, Pubs, Restaurants und Ähnlichem ausgesetzt.

Ein Viertel der Nichtraucherenden sind täglich während mehr als einer Stunde Zigarettenrauch passiv ausgesetzt. ETS setzt sich aus zwei Komponenten zusammen: einerseits dem **Hauptstromrauch**, welcher vom Rauchenden ein- und wieder ausgeatmet wird; andererseits dem **Nebenstromrauch**, welcher von der brennenden Zigarette direkt an die Umgebungsluft abgegeben wird. Messungen ergaben, dass im Nebenstromrauch viele Stoffe eine mehrfach höhere Konzentration aufweisen als im Hauptstromrauch. Die ETS-Konzentration hängt stark von der Grösse des Raumes, der Anzahl gerauchter Zigaretten und der Art der Belüftung ab. Während sich die Raucherinnen und Raucher wenig am ETS stören, können sich die Nichtraucherenden nur selten daran gewöhnen. Erste körperliche Reaktionen darauf sind die Reizung der Augen und oberen Atemwege (Husten, Kurzatmigkeit) sowie Kopfschmerzen und Müdigkeit. Kommen Nichtraucherende über eine längere Zeitspanne hinweg immer wieder mit ETS in Kontakt, können sie dieselben chronischen Krankheiten wie Raucherinnen und Raucher aufweisen. In der Schweiz sterben täglich drei Menschen an den Folgen des Passivrauchens.

Die Situation in der Schweiz

www.bag.admin.ch -> Themen -> Alkohol, Tabak, Drogen -> Tabak -> Forschung -> Tabakmonitoring;

www.at-schweiz.ch -> Fakten -> Tabakkonsum und Volkswirtschaft

Die Umfrage zum Tabakkonsum in der Schweiz (Tabakmonitoring 2007) hat ergeben, dass 29 Prozent der 14- bis 65-Jährigen rauchen, 20 Prozent davon täglich. Bei den Männern rauchen etwas mehr als bei den Frauen (33 Prozent bzw. 24 Prozent). Weitaus am Meisten rauchen in der Altersgruppe der 20 bis 24-Jährigen. 45% der Männer und 35% der Frauen greifen regelmässig oder täglich zur Zigarette.

In der Schweiz sterben jährlich rund 8000 Personen an den Folgen ihres Tabakkonsums. Die meisten sterben an tabakbedingten Herz-Kreislaufkrankungen, Lungenkrebs oder Atemwegserkrankungen. Rauchen verursacht Kosten, die von der gesamten Bevölkerung getragen werden müssen. Diese so genannten sozialen Kosten wurden für das Jahr 1995 berechnet und beliefen sich in der Schweiz auf 10 Milliarden Franken. Die Sozialkosten setzen sich zusammen aus:

Direkte ökonomische Kosten: 1.3 Mia Fr.

- Arztbesuche
- Behandlungen
- Spitalaufenthalte

Indirekte ökonomische Kosten Produktivitätsverluste durch: 3.8 Mia Fr.

- Rauchpausen
- Krankheit
- frühzeitigem Tod

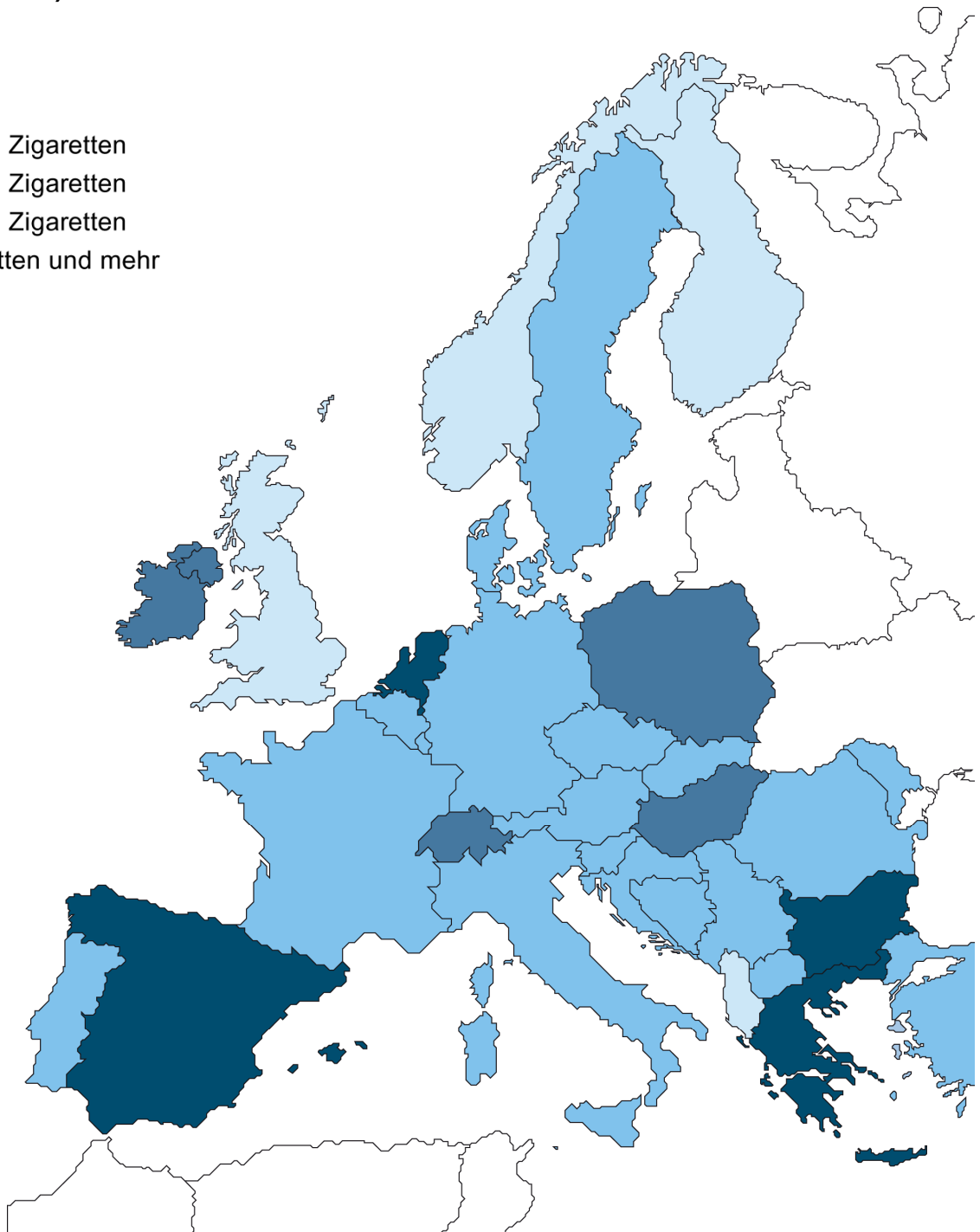
Immaterielle Kosten: 5.0 Mia Fr.

- Schmerzen durch Krankheit
- Lebensqualitätseinbussen
- Leid

Die Reineinnahmen aus der Tabaksondersteuer und den Tabakzöllen decken etwa 20 Prozent des Bundesbeitrages an die AHV/IV, machen aber insgesamt weniger als 5 Prozent der Gesamteinnahmen aus.

Täglicher Pro-Kopf-Tabakkonsum der Bevölkerung ab 15 Jahren im internationalen Vergleich (2002)

- 2 bis 3,9 Zigaretten
- 4 bis 5,9 Zigaretten
- 6 bis 7,9 Zigaretten
- 8 Zigaretten und mehr



Quelle: Webseite der World Health Organisation (2004) Tobacco control country profiles (2002)

Jugendschutz

<http://www.bravo.ch/topic5418.html>

Die Länge der **Raucherkarriere** bestimmt wesentlich das Ausmass der Schädlichkeit. Je früher mit Rauchen begonnen wird, desto länger dauert die Abhängigkeit und umso schädlicher ist diese. Deshalb ist ein gezielter Jugendschutz und somit die Verhinderung oder zumindest die Verzögerung des Einstieges unerlässlich. Die **Aufklärung** der Jugendlichen sowie das Thematisieren und Auseinandersetzen mit Süchten gehören zum Jugendschutz. Diese Massnahmen sollten durch **gesetzliche Bestimmungen** unterstützt werden. Ein erster Schritt wurde mit der Unterzeichnung der Anti-Tabak-Konvention der WHO gemacht, welche unter anderem das Verbot von Tabakwerbung und Sponsoring sowie die Abgabe von Tabak an Minderjährige fordert. Diese Konvention bedingt Veränderungen auf gesetzlicher Ebene (siehe Teil «Rechtliches»). Zigaretten gehören in der Schweiz zu den Konsumgütern, welche am leichtesten erhältlich sind. In der Schweiz ermöglichen 18'000 **Automaten** den Kauf von Tabakprodukten. Auch Kinder und Jugendliche haben meist unkontrollierten Zugang. Ein Abgabeverbot bei den Verkaufsstellen von Tabakprodukten (ca. 12'000 in der Schweiz) macht deshalb nur Sinn, wenn gleichzeitig der Zugang zu Zigarettenautomaten eingeschränkt wird. In mehreren Kantonen wie auch auf Bundesebene werden Gesetze erarbeitet, welche das Mindestalter für den Verkauf von Zigaretten festlegen.

Lexikon

Alkaloid: Alkalisch reagierende Wirkungssubstanzen vieler Pflanzen. Sie sind in den meisten Mohn- und Nachtschattengewächsen enthalten. Alkaloide sind meistens sehr giftig und werden oft als Rauschgifte verwendet. Beispiele sind Kokain, Heroin, Morphin und Nikotin.

ETS : Environmental Tobacco Smoke. Oft verwendete Bezeichnung für Passivrauch, welcher sich aus dem ausgeatmeten Hauptstromrauch und dem Nebenstromrauch zusammensetzt.

Hauptstromrauch: Der durch die Rauchenden direkt über die brennende Zigarette eingeatmete Tabakrauch.

Kohlenmonoxid (CO): Geruchloses Atemgift, welches bei der Verbrennung des Tabaks entsteht. CO bindet sich in der Lunge an die roten Blutkörperchen und verhindert so, dass der Sauerstoff daran haften kann. Starke Raucherinnen und Raucher haben dadurch bis zu 15 Prozent weniger Sauerstoff im Blut. Dies führt dazu, dass die Organe ständig mit Sauerstoff unterversorgt sind.

Nebenstromrauch: Tabakrauch, welcher von der glühenden Zigarette an die Umgebungsluft abgegeben wird. Im Nebenstromrauch ist die Konzentration vieler Schadstoffe um ein Vielfaches höher als im Hauptstromrauch.

Nikotin: Nikotin ist ein Alkaloid, welches in der Tabakpflanze und in anderen Nachtschattengewächsen vorkommt. Es ist verantwortlich für die Stimulation sowie die Sucht der Rauchenden.

Passivrauchen: Einatmen des Tabakrauchs (zusammengesetzt aus ausgeatmetem Hauptstromrauch und Nebenstromrauch) aus der Umgebungsluft.

Raucherbein: «Raucherbein» ist die allgemein gebräuchliche Bezeichnung für eine periphere arterielle Verschlusskrankheit (paVK). Veränderungen an den Arterienwänden führen zu einem Gefässverschluss der mittelgrossen und kleinen Arterien in den Extremitäten. Diese Blutunterversorgung kann bis zum Absterben des betroffenen Gewebes führen. Rauchen ist die häufigste Ursache für paVK.

Rezeptor: Stelle an der Zelloberfläche, an die ein Botenstoff andocken kann. Passt der Botenstoff wie ein Schlüssel zum Schloss, wird eine Reaktion ausgelöst.

Schnupftabak: Feingemahlene Mischung aus einer oder mehreren Sorten Tabak, welche durch Einsaugen in die Nase konsumiert wird. Im Unterschied zum gerauchten Tabak entstehen keine Verbrennungsprodukte. Beim Schnupfen können Nase und Nasenschleimhäute geschädigt werden.

Shisha: Siehe Wasserpfeife.

Snus: Feingemahlener Tabak, welcher unter die Lippen geschoben wird. Dabei können Zahnfleisch, Halsschleimhaut und Kehlkopf geschädigt werden. Atemwege und Lunge bleiben beim Snusen verschont. Der Verkauf von Snus ist in der Schweiz verboten, nicht aber das Konsumieren.

Teer : Setzt sich aus verschiedenen Chemikalien zusammen und ist ein Sammelbegriff für die festen Bestandteile des Hauptstromrauchs. Der Teer ist hauptverantwortlich für die hohe Schädlichkeit des Rauchens, da die meisten krebserregenden Stoffe darin enthalten sind. Die Giftstoffe des Teers wechseln in der Lunge in den Blutkreislauf und gelangen so in den gesamten Körper.

Wasserpfeife: Bei der Wasserpfeife wird der Tabakrauch in einem Wasserbad gefiltert. Das Nikotin und die übrigen Tabakschadstoffe werden dadurch nicht entfernt und gelangen trotzdem in die Lunge.

Die Wasserpfeife

www.at-schweiz.ch -> Fakten -> Tabak, auf jede Art tödlich

Immer mehr Jugendliche greifen nach einem stressigen Tag zur Beruhigung gerne mal zur Wasserpfeife. Gemeinsam mit Freunden geniessen sie die Entspannung und fühlen sich dabei wie in «Tausendundeiner Nacht». Ihren Ursprung hat die Wasserpfeife (Shisha) in Indien. Sie gewann in den arabischen Ländern vor 600 Jahren an Popularität. In der Schweiz kommt diese Art von Gruppenerlebnis immer mehr in Mode. Auch viele Nichtraucher sind nicht abgeneigt, eine Shisha zu rauchen. Die Shisha kratzt nicht im Hals, führt nicht zu Hustenreizen und schmeckt oft angenehm nach Apfel, Kirsche oder Cappuccino. Ist das nicht Genuss pur? Die Wasserpfeife kann als **«Alcopop des Tabaks»** bezeichnet werden. Obwohl es noch nicht viele Berichte über die Schädlichkeit gibt, wird immer klarer, dass das Rauchen der Wasserpfeife nicht ungefährlich ist. Häufig wird von den Konsumierenden behauptet, dass der Tabakrauch durch das Wasser gefiltert wird. **Jüngste Erkenntnisse** zeigen aber klar auf, dass sowohl die Teerstoffe mit all den krebserregenden Schadstoffen als auch das Nikotin das kühlende Wasser ungefiltert passieren. Aus diesem Grund macht das Rauchen der Wasserpfeife ebenfalls süchtig. Resultate einer deutschen Studie haben sogar ergeben, dass beim Rauchen einer Wasserpfeife gleich viel Nikotin aufgenommen wird, deutlich mehr Kohlenmonoxid und bis zu 20 Mal mehr krebserregende Teerstoffe. Die beigefügten Aromastoffe können zusätzlich gesundheitsschädigende Wirkungen haben. Es ist problematisch, dass der Rauch meist tiefer inhaliert wird, da er kälter als der Zigarettenrauch ist. Oft dauert dieses Ritual inklusive Einatmen der entsprechenden Schadstoffe mehr als eine Stunde. In Drittweltländern besteht zudem die Gefahr der Übertragung von Tuberkulose. Das Rauchen der Shisha ist somit weit gefährlicher als bisher angenommen. Jeder Raucher und jede Raucherin sollte sich deshalb lieber zweimal überlegen, ob er bzw. sie den eigenen Körper diesen Gefahren aussetzen will.

Tabak

Rechtliches

- Einleitung
- Bundesgesetz über Radio und Fernsehen
- Verordnung zum Arbeitsgesetz

Einleitung

Die gesetzlichen Grundlagen für den Nichtraucherschutz in der Schweiz ändert sich laufend. In einigen Kantonen sind bereits Gesetze erlassen worden, in anderen wird noch darüber diskutiert. Die aktuellen Bestimmungen finden Sie unter diesem Link:

<http://www.bravo.ch/m/mandanten/179/topic5767/story12663.html>

www.bravo.ch -> Politik -> Schweiz;

www.bag.admin.ch -> Themen -> Alkohol, Tabak, Drogen -> Tabak -> Rechtliche Grundlagen)

Bundesgesetz über Radio und Fernsehen (RTVG)

Art. 18 Werbung Absatz 5

Religiöse und politische Werbung ist verboten, ebenso die Werbung für alkoholische Getränke und Tabak. Der Bundesrat kann zum Schutz der Jugend und der Umwelt weitere Werbeverbote erlassen.

Verordnung 3 zum Arbeitsgesetz (ArGV 3)

Art. 18 Luftverunreinigung

1. Luft, die durch Gerüche, ... , Rauch, ... und dergleichen in einer die Gesundheit beeinträchtigenden Weise verunreinigt wird, ist so nahe wie möglich an der Stelle, wo sie verunreinigt wird, wirksam abzusaugen. Nötigenfalls ist die Verunreinigungsquelle räumlich abzutrennen.

Art. 19 Nichtraucherschutz

Der Arbeitgeber hat im Rahmen der betrieblichen Möglichkeiten dafür zu sorgen, dass die Nichtraucher nicht durch das Rauchen anderer Personen belästigt werden.

Tabak

Tipps und Ideen

- **Einleitung**
- **Handlungsebenen : Gemeinde, Schule, Eltern, Vereine, Verkaufsstellen, Fachstellen**

Einleitung

Die Sucht zu Rauchen ist ein Problem, welches alle Altersgruppen von den Kindern im Oberstufenalter bis zu den Senioren betrifft. Bei den **Erwachsenen** geht es vor allem darum, Rauchenden beim Ausstieg zu helfen oder einen Wiedereinstieg zu verhindern. **Unterstützung** finden sie dabei bei den kantonalen oder den Fachstellen in den Bezirken. Bei Kindern und jungen Erwachsenen braucht es jedoch Massnahmen, damit sie mit dem Rauchen gar nicht erst beginnen. Hier ist ein ganzes **Netzwerk** von Personen gefordert. Neben den Eltern, Schulen und Vereinen sind es die Behörden, welche durch entsprechende Massnahmen den Kontakt von Kindern und Jugendlichen mit Zigarettenrauch gering halten und die **Gefahr** des Einstieges verringern. Die Sucht betrifft aber nicht nur Rauchende, sondern auch Nichtraucher. Allzu oft kommen sie unfreiwillig in Kontakt mit Zigarettenrauch, was auch ihrer Gesundheit schadet. Es gilt daher, das Passivrauchen so weit wie möglich zu verhindern.

Die Erfahrung zeigt, dass mit der Einführung von öffentlichen Rauchverböten nur wenig Widerstand entsteht. Rauchverböte werden heute von einer grossen Mehrheit der Bevölkerung akzeptiert und sogar begrüsst. Die Gemeinde muss im Bereich der rauchfreien, öffentlich zugänglichen Räume eine **Vorbildfunktion** einnehmen. Aus diesem Grund ist es notwendig, das Gemeindehaus/Stadthaus offiziell als rauchfrei zu erklären. Dies muss öffentlich kommuniziert und begründet werden.

Die Handlungsebene der Gemeinde

In Bezug auf das Rauchen in öffentlich zugänglichen Räumen spielt die Gemeinde eine entscheidende Rolle. Sie hat einen entsprechend grossen Einfluss darüber, wie oft Jugendliche und Nichtraucher mit Zigarettenrauch in Kontakt kommen. Oft liegt es in der **Kompetenz des Gemeinderates**, öffentlich zugängliche Räume als rauchfrei zu erklären.

Obwohl für die Tabakindustrie gesetzliche Einschränkungen im Bereich Werbung und Sponsoring bestehen, gibt es noch in vielen Kantonen genügend Möglichkeiten, Zigarettenmarken öffentlich anzupreisen. Meistens sind die Kantone und Gemeinden dafür verantwortlich, wo die Tabakindustrie konkret Werbung betreiben darf. Ihr stehen grundsätzlich folgende Werbemöglichkeiten offen (z.T. auf Grund eigener Gesetze nicht mehr in allen Kantonen erlaubt: siehe Teil «Rechtliches»):

- **Der öffentliche Raum (Strassen und Plätze) für Plakatwerbung. Sofern es sich um öffentliches Strassenareal handelt, sind Kantone und/oder Gemeinden dafür zuständig (Plakataushangmonopol)**
- **Die Kinos für Werbespots, die ab 19 Uhr ausgestrahlt werden (die so genannte «Tabakrolle»)**
- **Anzeigenteil der Zeitungen**
- **Das Sponsoring von Kultur- und Sportveranstaltungen, der Verkauf von Markenartikeln mit dem Logo/Namen der Zigarettenmarke sowie direkte Promotion über Stände, Hostessen etc.**
- **Grössere, nationale Wettbewerbe**

Idee

Die Gemeindebehörden verbieten **Werbeplakate** der Tabakindustrie sowie das Aufstellen von **Zigarettenautomaten** auf Gemeindegebiet. Mit dieser Handlung wird der Kontakt von Jugendlichen mit Tabak stark reduziert und der Kauf von Zigaretten einer grösseren Kontrolle unterstellt. Es ist erstrebenswert, öffentlich zugängliche **Räume rauchfrei** zu halten. Rauchfrei sollen insbesondere Räume sein, in welchen sich oft Jugendliche freiwillig wie auch unfreiwillig aufhalten. Diese Massnahmen werden von der Gemeinde klar kommuniziert, konsequent durchgeführt und kontrolliert. Wird ein Rauchverbot eingeführt, muss dies für alle gut sichtbar signalisiert werden.

Im Weiteren unterstützt und fördert die Gemeinde **rauchfreie Anlässe**. Dies kann in Form einer Defizitgarantie, von Sponsoring oder durch ermässigte Mietgebühren erfolgen. Mit diesen konkreten Handlungen zeigen die Gemeindebehörden ihren klaren politischen Willen zu Gunsten des Nichtraucherschutzes und von rauchfreien, öffentlich zugänglichen Räumen. Die Gemeinde nimmt Kontakt mit den Besitzern von öffentlich zugänglichen Räumen auf, welche nicht in der Zuständigkeit der Gemeindebehörden liegen (Restaurants, Cafés, Shopping Center, Sport Center usw.). Die Gemeinde **informiert** diese privaten Besitzer über die Schädlichkeit des Passivrauchens, die möglichen Massnahmen für den Jugendschutz sowie über die Notwendigkeit, dass sie das politische Ziel der rauchfreien, öffentlich zugänglichen Räume unterstützen. Zudem informieren die Gemeindebehörden die privaten Betreiber bzw. Besitzer über die bevorstehenden Veränderungen auf gesetzlicher Ebene (FCTC, NPTP: siehe Teil «Rechtliches»).

Die Handlungsebene der Schule

Die Schule spielt eine sehr wichtige Rolle in der Tabakprävention. Oft haben die Lehrkräfte für die Schülerinnen und Schüler eine **Vorbildfunktion**, welche nicht zu unterschätzen ist. Die Kinder und Jugendlichen beobachten die Verhaltensweisen ihrer Lehrkräfte und imitieren diese. Dazu gehören auch der Umgang mit Suchtmitteln und die persönliche Einstellung gegenüber dem Passivrauchen. Gemäss dem Schulgesetz im Kanton Aargau ist die Schulpflege in **Zusammenarbeit** mit der Lehrerschaft dazu verpflichtet, eine Hausordnung zu erarbeiten, welche unter anderem das Verbot des Rauchens und des Genusses von Alkohol und anderen Drogen regelt (siehe Teil «Rechtliches»).

Idee

Die Schule wird von der Schulleitung, Schulpflege und Lehrerschaft als rauchfrei erklärt. Es ist den Lernenden in allen Gebäuden und auf dem ganzen Schulgelände untersagt zu rauchen. Im Idealfall wird sogar der Schulweg zur rauchfreien Zone erklärt. Die Gebäude sollen jederzeit und auch bei der Verwendung für andere Zwecke (Vereinsanlässe in Turnhallen/Mehrzweckhallen usw.) rauchfrei bleiben. Es wird klar definiert, ob überhaupt und wo rauchende Lehrkräfte während der Pause ihrem Verlangen nachgehen dürfen. Es wird abgeklärt, ob es für die rauchenden Mitglieder der Lehrerschaft keine anderen Möglichkeiten gibt wie zum Beispiel das Benutzen von Nikotinersatz während der Unterrichtszeit. Die dezidierte Haltung gegenüber dem Rauchen, die Regelungen der Schule sowie die Massnahmen bei einem Verstoss gegen die Regeln werden auch den Eltern mitgeteilt. Massnahmen können Arbeitseinsätze, das Gespräch mit der Schulleitung, den Eltern und/oder der Fachstelle für Tabakprävention sein. Ziel der Schule ist es, die Kriterien der Charta «Rauchfreie Schule» zu erfüllen, um dem Label **«gesundheitsfördernde Schule»** einen Schritt näher zu rücken. Weitere Informationen finden Sie unter www.gesunde-schulen.ch. Neben dem Rauchverbot in der Schule ist es wichtig, das Thema Rauchen mit den Schülerinnen und Schülern im Unterricht zu behandeln. Insbesondere die folgenden Punkte sollen im alltäglichen Unterricht, in Studienwochen oder in Lagern behandelt werden:

- gesundheitliche Risiken und andere Gefahren des Rauchens
- Nachteile des Rauchens
- Wieso wird mit dem Rauchen begonnen?
- vermeintliche Vorteile des Rauchens
- Stärkung der kritischen Haltung gegenüber dem Rauchen
- Was tun, wenn die Kolleginnen und Kollegen rauchen?

Unterrichtsmaterialien und Broschüren zum Thema können bei der Fachstelle für Tabakprävention bezogen werden. Gibt es rauchende Mitschüler und Mitschülerinnen, soll mit ihnen das **Gespräch** gesucht werden. Wichtig ist es, dass mit ihnen nach einer Lösung gesucht wird. Wenn sie bereits abhängig vom Tabak sind, soll nach geeigneten Orten gesucht werden, wo sie rauchen dürfen und zugleich kontrolliert werden können.

Die Handlungsebene der Eltern

Eltern haben in Bezug auf die Suchtproblematik ihrer Kinder einen entscheidenden **Einfluss**. Schon von klein auf imitieren die Kinder ihre Eltern. Rauchen die Eltern, ist das Risiko, dass die Kinder mit Rauchen beginnen, viel höher. Um sie vor gesundheitlichen Risiken zu schützen, sollten es die Eltern unbedingt vermeiden, dass die Kinder ihrem Zigarettenrauch ausgesetzt sind. Die **klare Einstellung** der Eltern gegenüber dem Rauchen ist für die Kinder eine wichtige Orientierungshilfe. Gemeinsame Gespräche und die Auseinandersetzung mit dem Thema können schon mit kleinen Kindern geführt und somit ihre natürliche Abwehrhaltung gegenüber dem Rauchen gestärkt werden. Es ist wichtig, das Rauchen und seine Konsequenzen immer wieder in der Familie zu thematisieren. Eltern können Anreize schaffen, dass ihre Kinder nicht mit dem Rauchen beginnen. Zum Beispiel wird zwischen den Eltern und ihren Kindern ein Vertrag abgeschlossen, in welchem festgelegt wird, dass die Kinder bis zum 18. Lebensjahr nicht rauchen und dafür als Belohnung von den Eltern ein Geschenk erhalten werden. Geschenkideen sind unter anderem:

- Sprachaufenthalt
- Autofahrlektionen
- Ferien
- Kamera
- Büchergutscheine

Eltern dürfen in ihren Anstrengungen, ihre Kinder vor Süchten abzuhalten, nicht alleine gelassen werden. Informationsveranstaltungen und die Diskussion mit anderen Eltern sind eine wichtige Stütze. Die Gemeindebehörden, Schulen, Familienvereine sowie Fachstellen helfen gerne, solche gemeinsamen Treffen zu organisieren.

Die Handlungsebene der Vereine

Viele Kinder und Jugendliche verbringen einen grossen Teil ihrer Freizeit in Vereinen. Leiterinnen und Leiter sind oft wichtige **Bezugspersonen** und nehmen bei den Jugendlichen eine Vorbildfunktion ein. Lange Zeit galt die Annahme, dass Jugendliche, welche in Sportvereinen aktiv sind, in geringerem Masse zu rauchen beginnen. Dies wurde aber in wissenschaftlichen Studien widerlegt. Sportlich aktive jugendliche Männer (Teamsport) neigen mit 19/20 Jahren vermehrt dazu, Alkohol, Tabak und Cannabis zu konsumieren. Die **soziale Funktion des Sports** scheint somit bei den Männern auch den Umgang mit Suchtmitteln mitzubestimmen. Gerade aus diesem Grund müssen Rauchen und Sucht immer wieder thematisiert und klare Abmachungen getroffen werden, wie im Verein mit dem Rauchen umgegangen werden soll.

Idee

Der Verein setzt sich für eine rauchfreie Umgebung ein. Der Ort, wo sich die Mitglieder regelmässig treffen (Turnhalle, Vereinslokal usw.) ist **eine rauchfreie Zone**. Dies ist mit Schildern klar gekennzeichnet. Es gilt die Abmachung, dass während den Treffen,

Vereinsanlässen, dem Training oder dem Wettkampf niemand raucht, auch nicht die Zuschauenden. Der Verein lässt sich nicht von der Tabakindustrie sponsern und duldet keine Werbung. Die Haltung des Vereins wird den Mitgliedern mitgeteilt und das Rauchen bzw. Passivrauchen wird regelmässig an Vereinstreffen thematisiert. Sportvereine unterzeichnen die **Charta «Sport rauchfrei»** und halten diese ein. Informationen dazu finden Sie unter www.sportrauchfrei.ch.

Die Handlungsebene der Verkaufsstellen

Zur Zeit gibt es noch keine gesetzlichen Bestimmungen, welche das Verkaufen von Tabak an Minderjährige verbieten. Zigaretten gehören in der Schweiz zu den am leichtesten erhältlichen Artikeln. Bezüglich Jugendschutz ist vor allem der unbeaufsichtigte Verkauf über die vielen Automaten problematisch.

Gesetzliche Bestimmungen werden erarbeitet.

Quellen:

- Health Effects of Exposure to Environmental Tobacco Smoke. In: California Environmental Protection Agency. Office of Environmental Health Hazard Assessment (OEHHA). 1997.
- Jarvis, M. J. Why people smoke. *Bmj* 328: 277 – 279. 2004.
- Krebs, H., Keller, R., Hornung, R. Schweizerische Umfrage zum Tabakkonsum (Tabakmonitoring). Universität Zürich, im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit (BAG). Zürich 2008.
- Priez, F., Jeanrenaud, C., Vitale, S., Voillat, F., Vannotti, M. The social cost of tobacco in Switzerland. University of Neuchâtel. Neuchâtel 1999.
- Rauchen schadet. Mit dem Tabakrauch werden mehr als 40 krebserregende Stoffe eingeatmet. BAG-Factsheet. Bern 2003.
- Rauchen und soziale Ungleichheit – Konsequenzen für die Tabakpolitik. Hrsg. vom Deutschen Krebsforschungszentrum. Heidelberg 2004.
- Rauchfreie Arbeitsplätze. Zur Verbesserung von Gesundheit und Wohlbefinden von Arbeitnehmern. Europäischer Statusbericht. European Networking for Smoking (ENSP). Brüssel 2001.
- Zahlen und Fakten zu Alkohol und anderen Drogen. Hrsg. von der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA). Lausanne 2004.