

laut & leise

Magazin der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich
Nr. 2, Juni 2006, erscheint dreimal jährlich, Jahresabonnement Fr. 20.–



Tabak

SUCHT BEGINNT IM ALLTAG. PRÄVENTION AUCH.
Die Stellen für **Suchtprävention** im Kanton Zürich



Gedanken eines nichtrauchenden Rauchers

Wer raucht, ist kein Erwachsener, sondern ein in der oralen Phase stehen gebliebener Säugling, der nicht an einer Zigarette, sondern an der Brustwarze saugt, die ihm einst versagt oder vielleicht übermässig gereicht wurde. Wer raucht, raucht, weil die Eltern oder die Kollegen rauchten, weil Rauchen Mode ist, weil die Eltern nicht rauchten, weil Rauchen out ist, etc. Die meisten Rauch-Thesen haben für fast alles eine ziemlich plausible Erklärung, ausser für eines: Wie steht es um die Bedeutung des Feuers und des Rauches selbst. Und warum empfindet man die Vorstellung einer rauchfreien Zigarette als interessant, aber leicht absurd, selbst wenn sie Nikotin enthielte?

Eine der gewagtesten Rauch-Theorien stammt vom französischen Ethnologen Staulté-Bainsratte. In seinem Buch »Il n'y a pas d'fumée sans feu« verbindet er den hoch ritualisierten alltäglichen Akt des Rauchens mit dem animistischen Ritus urmenschlicher Opferverbrennungen. Der Rauch, so Staulté-Bainsratte, ist das eigentliche Fluidum einer Sucht, mit der das Individuum im Grunde nur versucht, dem alltäglichen Horror Vacui zu begegnen. Denn, in jeder Pause lauert die Leere und bei jedem Warten wartet die Angst mit, dass die Bewegung des Lebens nicht mehr weitergehen wird. Rauch macht jede Pause zur Zigarettenpause, verleiht dem banal-vergänglichen Vorgang eine kultische Überhöhung und verwandelt die Mitglieder der rauchenden Gruppe in eine männlich/weibliche Urhorde, die des Todes gedenkt und ihn beschwört. Jede in Rauch aufgehende Zigarette ist ein Memento Mori und deshalb eine Orientierung. Man lese nur, was auf den Packungen steht. Wer Zigarettenrauch inhaliert, unternimmt nach Staulté-Bainsratte den symbolischen Versuch, die kapillare Leere des Thorax – also den – im Prozess der zivilisatorischen Entfremdung entleerten –

einstigen Raum der Seele selbst, mit einer Art existenziellen archaischen Bedeutungs-Äther, also mit Sinn zu füllen.

Ich selbst wurde, soweit mir bekannt ist, normal gestillt. Die wichtigsten erwachsenen Bezugspersonen meiner Kindheit wa-

Die meisten Rauch-Thesen haben für fast alles eine ziemlich plausible Erklärung, ausser für eines: Wie steht es um die Bedeutung des Feuers und des Rauches selbst.

ren meine Mutter und meine Grosseltern. Alle drei rauchten wie ein Schlot. Ich selbst fing mit sechzehn an zu rauchen und zwar Gauloises bleues, meine ältere Schwester zeigte am Rauchen nie das geringste Interesse.

Heute bin ich ein nichtrauchender Raucher. Über die Methode, wie ich vor zwölf Jahren damit aufgehört habe, werde ich vielleicht einmal ein Buch schreiben und darf deshalb nichts davon verraten. Nur soviel: Das mit dem nichtrauchenden Raucher ist ein wichtiger Bestandteil davon und heisst unter anderem, dass man den noch rauchenden Menschen mit einer gewissen melancholischen Empathie begegnet. Und seit ich nicht mehr rauche, mache ich weniger Pausen. Und die Nichtraucher werden nie eine animistisch angetriebene Urhorde sein.

Patrick Frey, Autor, Schauspieler und Verleger.

IMPRESSUM

laut & leise Nr. 2, Juni 2006

Herausgeber: Die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich

Zuschriften: laut & leise, Postfach 7320, 8023 Zürich.

E-Mail: info@suchtpraevention-zh.ch

Redaktions- und Produktionsleitung: Brigitte Müller, www.muellertext.ch

Redaktionsteam: Charlotte Fritz (Vorsitz), Joseph Oggier, Barbara Steiger, Vera Weirich

Mitarbeiter/innen dieser Nummer: Patrick Frey, Rolf Pellegrini, Christian Schwendimann

Fotos: Stephan Rappo, Zürich

Gestaltung: Fabian Brunner, fabian.brunner@bluewin.ch

Druck: Zürichsee Druckereien AG, Stäfa

Bezug von weiteren Exemplaren: Sekretariat Zürichsee Druckereien AG,

Tel.: 044 928 53 24. Unkostenbeitrag: bis 10 Ex. Fr. 5.- / ab 11 Ex. Fr. 10.-

Abonnement: Fr. 20.- jährlich. Bestellen bei: Sekretariat Zürichsee Druckereien AG, Tel. 044 928 53 24

Adressänderung und Abbestellung: Zürichsee Druckereien AG, Seestrasse 86, 8712 Stäfa oder info@suchtpraevention-zh.ch

Die Beiträge und die Fotos in diesem «laut & leise» geben die Meinung der Autorinnen und Autoren wieder. Diese muss nicht mit der Meinung des Herausgebers, der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich, übereinstimmen.

Inhalt

Divieto fumare

Gesetzliches Rauchverbot im Süden Seite 5

Verblasste Rauchzeichen

Interview mit Professor Rainer Hornung Seite 9

Es gibt viel zu tun – packen wir es an

Aktuelle Massnahmen der Tabakprävention Seite 12

Mediothek

Praxisorientiertes Fachwissen Seite 14

Adressen

Das komplette Verzeichnis der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich Seite 15



Divieto fumare

Mit Erstaunen blickt die deutsche Schweiz Richtung Süden. Da wird im Tessin per Abstimmung ein gesetzliches Rauchverbot angenommen, in Italien das Rauchverbot sogar eingehalten. Impressionen rund ums Rauchen südlich des Gotthards von DRS-Italien-Korrespondent Rolf Pellegrini.

Text: Rolf Pellegrini

Die elegante blonde Dame mit dem Hündchen war beladen, Plastiktüte, Ledertäschchen, Schirm. Ihre Hände waren nicht frei. Die Zigarette hatte sie der Not – und der Lust – gehorchend, im Mundwinkel hängen, als sie das Café im Zentrum von Lugano betrat. Als wäre sie eine femme fatale aus einem Film der 50er Jahre. Sie war sich ihrer Wirkung nicht bewusst – diese liegt ja auch in den Augen des Beobachters – und ohnehin haben sich die Zeichen äusserer Schicklichkeit mit den Zeiten verändert. Anything goes. Pflichtbewusst kam ihr die Serviererin entgegen, bewaffnet mit einem Aschenbecher, den sie auf den Tisch stellte, an den sich die Dame setzte. Ordnung muss sein. Sonst hätte die Dame – wer weiss – die Asche auf das Tischtuch, auf die Untertasse oder das Tischtuch gekippt, vielleicht lässig auf den Boden fallen lassen.

Da hörte man ein grimmiges Brummen, ein älterer Mann drehte sich um, mit missbilligendem Blick auf die Dame mit Zigarette, wütend war er, der sonst stets geduldig, ruhige Gemütliche, man sah es, und er schnauzte – nicht die Dame, wohl aber die Serviererin – an, das sei nun wirklich nicht nötig, man brauche ja nicht gleich so eilfertig vor Rauchern zu Kriechen, auch nicht vor Damen mit Zigaretten. Die Tessiner wollten rauchfreie Cafés, sie hätten es ja am Wochenende bewiesen, in der Abstimmung, jetzt habe er genug. Er wolle bezahlen, man werde ihn hier nicht mehr sehen. Legte das Geld hin und verliess das Lokal.

Der Boykott spielte, er kam nicht mehr, der Verärgerte, seine Freunde, mit denen zusammen er lange Stunden im Café verbracht hatte, wählten ebenfalls ein anderes Lokal.

Der Serviererin war es gar nicht recht. Was sollte sie denn tun, fragte sie mich. Das Verbot sei ja noch nicht in Kraft, also habe man ja offiziell noch keine Möglichkeit, die Raucherinnen daran zu hindern, sich am Glimmstengel zu erfreuen. Und sie habe sich nur so verhalten, wie man es ihr empfohlen hatte.

Gewiss, sie selbst sei froh, wenn nicht geraucht werde. Sie habe früher häufig schlecht geschlafen, habe Kopfweh gehabt, ein leichtes Druckgefühl beim Atmen in der Brust, und der Hals war gereizt, wenn an ihrer Arbeitstätte zuviel geraucht wurde. Jetzt – Gott sei Dank! – sei es schon ein bisschen besser.

Die Serviererin musste sich nicht lange Gewissensbisse machen: Der Protest der guten Kunden legte sich nach einigen

Belüftungseinrichtungen müssen genau vorgeschriebenen Normen entsprechen.

Das Ergebnis zugunsten des Rauchverbots, das die ganze Schweiz überraschte, ist selbst im Tessin noch immer Gegenstand verduztter Reaktionen. Die Gegner, die das Referendum lanciert hatten, schweigen sich aus, weil sie damit am besten ihre falsche Einschätzung der Lage vergessen lassen können. Die Befürworter sagen offen, selbst in ihren kühnsten

Die Befürworter sind stolz, dass das Tessiner Stimmvolk sich als so gut informiert zeigte und eine Verniedlichung der Gefahren des – aktiven und passiven – Rauchens nicht mehr akzeptiert.

Tagen. Sie kamen wieder – in der Zwischenzeit waren die Aschenbecher verschwunden, ebenso die Schildchen auf den paar Tischen, an denen Rauchen offiziell zuvor erlaubt war. Der Stammkunde, der sich geärgert hatte, erklärte wieso: Er war Kettenraucher gewesen bis vor drei Jahren. Da fand der Arzt – per Zufall bei einer anderen medizinischen Untersuchung – ein Geschwür auf der Lunge. Er hatte Glück. Ein Teil der Lunge musste ihm zwar herausgeschnitten werden, aber das Karzinom war damit weg, und er hatte ein neues Leben geschenkt bekommen. Er konnte wieder befreit atmen, die Nase roch Geschmäcker, die sie zu riechen zuvor nicht mehr fähig war.

Tessiner Abstimmung

Am 12. März 2006 wurde im Tessin das neue Rauchverbotsgesetz für Restaurants, Bars, Cafés und Diskotheken in einem Referendum von 79,1 Prozent der Stimmenden angenommen. Seit dem 12. April 2006 ist es in Kraft; in einem Jahr, wenn die Anpassungsfrist vorbei ist, gilt es ernst. Geraucht werden darf von dann an nur noch in besonderen abgeschlossenen Raucherräumen, die nicht grösser als ein Drittel der Gesamtfläche des Lokals sein dürfen. Die Abzugsfilter und die

Träumen hätten sie einen solchen Erfolg nicht erwartet. Aber sie sind stolz, dass das Tessiner Stimmvolk sich als so gut informiert zeigte und eine Verniedlichung der Gefahren des – aktiven und passiven – Rauchens nicht mehr akzeptiert. Und auch nicht das Gerede jener, die aus Eigensucht oder aus Gewinnstreben Rauchverbote als eine fundamentale Begrenzung der Freiheits-, ja der Menschenrechte zu bezeichnen pflegen. »Wir haben dieses Ergebnis erreicht«, sagt der Präsident von GastroTicino Claudio Belloli, »weil im Tessin die Diskussion früher begann, und weil wir begriffen, dass ein klar definiertes Gesetz im Interesse aller ist – der Kunden der Lokale wie auch des Personals, das ja auch ein Recht darauf hat, ohne Gefährdung seiner Gesundheit zu arbeiten«. Einige Genugtuung lässt Belloli erkennen, dass das Cliché Lügen gestraft wurde, wonach viele Tessiner als vermeintliche Individualisten und Frohnaturen es besonders schwer fänden, sich Gesetzen und Regeln zu unterwerfen, und seien diese noch so begründet.

Jetzt sei – im Gegenteil – die deutsche Schweiz im Verzug, weil man da, vor allem im Gastgewerbe, noch nicht ausreichend über das Problem gesprochen und sich auf eine »So-nicht-Haltung« festgelegt habe. Man setze da weiterhin darauf,

dass Raucher und Nichtraucher von Fall zu Fall im zivilen Gespräch eine Einigung finden müssten, ob man nun rauchen dürfe oder nicht.

Provokative Rauchringel

Gewiss: Es ist gut, Vertrauen in einen freundlichen Umgang von Klienten mit Gentlemanmanieren zu haben. Unsere Zivilgesellschaft lebt davon, dass die Leu-

trotz einer ausdrücklichen Ermahnung, sich an das Gesetz zu halten, nicht spüren wollten, dann könne man immer noch die Gemeindepolizei zur Hilfe rufen«, sagt Belloli. »Aber normalerweise sei das ja gar nicht nötig. Die Kunden würden von alleine die Raucher an das Gesetz erinnern. Und dann würden jene, welche die Vorschriften vergessen hätten oder ignorierten, sich ins Unvermeidliche schicken, ohne aufzubegehren.« So wie es im Übr-

dämpftes Gemüse, Fleisch und Fisch, Pizze natürlich. Mineralwasser, Weinkaraffen und Bier. Und das was die Tafelfreuden erhöht: echte weisse Leinentischtücher und Servietten.

Da tritt ein jüngerer bell'uomo mit aus der Stirn zurückgekämmten fettglänzenden Haaren, auffälliger grosser Uhr und Gold-Kettchen am Hals und Armgelenken in die Kneipe. Er setzt sich an den Tisch zu seinesgleichen. Der Wirt eilt herbei, grüsst ihn katzebuckelnd-beflissen, nimmt sich Zeit, um ihm die Tagesspezialitäten detailliert anzupreisen. Rasch wird der Goldbehängte bedient. Gäste, die vor ihm da waren, müssen warten. Beim Caffè mit Amaro stecken sich der Privilegierte und seine Kumpane im engen Raum die Zigaretten an und paffen ungeniert. Wenig später verlässt die besondere Klientele die Osteria ohne zu bezahlen. Eine Rechnung wurde ihnen schon gar nicht präsentiert. Sie sind Dauergäste des Hauses – der Goldbehängte offensichtlich ein kleiner Gangster der neapolitanischen Mafia, der Camorra. Die Camorristi sind auf ihren Ganoven-Status stolz, tragen ihre Macht und ihren Reichtum gerne zur Schau.

Doch auch in Neapel – und anderswo in Süditalien – halten sich abgesehen von den Halbweltfürsten normalerweise fast alle ans Rauchverbot. Es wird jedenfalls weit fleissiger befolgt als das Gesetz, das Helmtragen auf Motorrädern vorschreibt. Da sind die Sünder Legion, weil manche Polizisten oft ein Auge zudrücken – aus Sicherheitsüberlegungen: Wer seinen Helm nicht trägt, kann leichter identifiziert werden. Und das ist bei Entreissdiebstählen durch junge Raubritter auf Skootern nicht unwichtig.

Hohe Bussen

Claudio Salluzzo, der Leiter des Provinzverbandes der Mailänder öffentlichen Lokale, ist selber Neapolitaner. Ihm tut es weh, an die Schattenseiten seiner schönen Heimatstadt erinnert zu werden. Umso zufriedener ist er, dass auch die Neapolitaner in ihrer überwiegenden Mehrheit den Nutzen des Rauchverbots begriffen haben. Und sich diszipliniert verhalten. Insofern ist das leicht anarchische Neapel geradezu ein Symbol für die Rauchverbots-Erfolgsstory in Italien. Dazu beigetragen hat vielleicht auch die erste Busse, die eine Minute nach Mitter-

Auch die Neapolitaner haben in ihrer überwiegenden Mehrheit den Nutzen des Rauchverbots begriffen. Insofern ist das leicht anarchische Neapel geradezu ein Symbol für die Rauchverbots-Erfolgsstory in Italien.

te auch ohne Vorschriften zuvorkommend und nett zueinander sind und schonend Rücksicht auf ihre Mitbürger nehmen. »Aber wir leben nicht in der Besten aller Welten«, sagt mir ein Kunde, ein Nichtraucher, in einer Bar in Chiasso. Er sei zwar nicht schüchtern, habe durchaus genug Zivilcourage, um eine unbekannte Person anzusprechen. Aber es habe ihm früher immer einige Überwindung gekostet, um einen unsensiblen Raucher in einem Restaurant zu bitten, auf den Glimmstengel zu verzichten. Und hin und wieder sei er mit scheelen Augen angesehen worden, als sei er ein Fanatiker und Spinner, oder seine Bitte wurde schlicht ignoriert. Einmal gar habe ein Angesprochener sarkastisch lächelnd provokant vor seiner Nase Rauchringel in die Luft geblasen. Mit dem Gesetz im Rücken fühle er sich jetzt befreit und müsse sein Recht nicht begründen.

An das Gesetz erinnern

Dass das neue Verbot vom nächsten Jahr an nach Ablauf der Karenzfrist befolgt werden wird, daran hat der Direktor von GastroTicino Belloli keinen Zweifel. Von Bussen für Zuwiderhandlungen will er nicht sprechen; sie wurden für das Rauchverbot nicht speziell abgeändert. Es gelten die alten Regeln für das Gastgewerbe, von 50 bis 10 000 Franken mit an der oberen Grenze Schwerstverstössen.

Die Zahl von drei Inspektoren des kantonalen Gesundheitsamtes für die Gastbetriebe im Tessin wird also nicht aufgestockt. »Wenn es Schwierigkeiten geben sollte mit renitenten Rauchern, die auch

gen in Italien passiere, das nun seit Anfang 2005 Erfahrungen mit dem eigenen neuen Antirauchergesetz hat. Sie sind fast durchs Band positiv.

Italienische Impressionen

Freilich: Es gibt einige wenige Ausnahmen, die die Regel bestätigen. In Bologna besuche ich abends um 23 Uhr eine Trattoria, deren Küche noch offen ist. Die Tische sind fast alle besetzt. Die Stimmung ist gut. Es riecht angenehm. Die ausgestellten antipasti, der carrello dei dolci sind farbig. Die Speise wirkt trotz später Stunde noch frisch. Eine durch Hunger bedingte optische Täuschung wahrscheinlich. Das Essen entspricht den Erwartungen: delizioso. Noch bevor ich den Hauptgang bekomme, zünden sich die lebhaft dahinparlierenden Nachbarn zum Espresso eine Zigarette an, genüsslich ziehen sie den Rauch ein, paffen und qualmen. Es stinkt ein bisschen, aber ich sage nichts, will kein Besserwisser sein, kein Störenfried, bin ja auch nur ein ausländischer Gast. Wenig später kommen wir ins Gespräch. Da erst, nachdem man sich oberflächlich kennen gelernt hat, fällt es einem der beiden Raucher ein zu fragen, ob die Zigarette störe. Nein, lüge ich. Im Laufe der Konversation stellt sich heraus: der eine ist Carabinieri, der andere Anwalt, der im Strafgericht arbeitet.

Ein anderes bescheidenes Lokal, eine traditionelle Osteria in Neapel, ein paar Monate zuvor: Nachbarschaftskundschaft im quadratischen Esssaal – Angestellte, Arbeiter, Beamte. Es dampft aus der Küche, Berge von Teigwaren, ge-

nacht, eine Minute nach Inkrafttreten des Rauchverbots am 10. Januar 2005 in einer Bar in Neapel verhängt wurde. Ein Rauchsünder musste einem Carabinieri 27 Euro hinblättern. Es folgten strikte Kontrollen in ganz Italien: Nach einer Umfrage soll in den ersten sechs Monaten ein Viertel aller Lokale von der Polizei besucht worden sein.

Auch die Höhe der Strafen wirkte abschreckend: 27 bis 275 Euro für einen Raucher, 220 bis 2200 Euro für die Eigentümer, die in ihrem Lokal entweder das Nichtraucherchild nicht ausgehängt haben oder ihre Kunden bei Zuwiderhandlung nicht an das Verbot erinnern, 330 bis 3300 Euro für jene, die Rauchen für zulässig erklären, aber nicht oder nicht richtig funktionierende Belüftungsanlagen installiert haben. Der Widerstand gegen das Gesetz – zunächst noch von einigen Gruppierungen – Diskothekenbesitzer, Kleingewerbler – wortreich proklamiert, legte sich rasch. Dazu trug auch die Tatsache bei, dass laut einem Entscheid des Verwaltungsgerichtes von Lazio seit August die Wirte nicht mehr gehalten sind, Ersatz-Sheriff zu spielen. Sie müssen im Falle einer Zuwiderhandlung nicht mehr die Polizei rufen. Die Kunden ihrerseits gewöhnten sich schon in den ersten Tagen daran, für ihren Rauchdrang Lokale, Ämter und Büros zu verlassen. Die Trauben von Rauchern vor Bars und Restaurants auf der Strasse gehören mittlerweile zum normalen Gesellschaftsleben. Unerwünschter Nebeneffekt: die

Stummelhäufchen auf den Trottoirs. In Mailand, erzählt mir Claudio Salluzzo, habe daher die Gemeinde zusammen mit dem Provinzverband für öffentliche Lokale in den letzten Monaten Gratis-Pappaschenbecher verteilen lassen, mit einigem Erfolg. Sich als gut erzogen zu zeigen, gehört bei vielen Mailändern zum guten Ton.

Raucherabteile wurden äusserst selten eingerichtet: In Italien besagt das Gesetz, dass maximal 49 Prozent des öffentlich zugänglichen Teils eines Lokals umgewandelt werden kann. »Man könne die Lokale mit Rauchsälen in Mailand an zwei Händen zählen«, sagt Salluzzo. Die bauliche Anpassung ist eben kostspielig: für 40 Quadratmeter müsse man da schon mit 70 000 Euro rechnen.

Umsatzverluste wegen des Rauchverbots werden ausser in den Diskotheken und natürlich von den Tabakhändlern keine mehr beklagt. »Im Gegenteil«, erzählt Salluzzo, »einige Restaurants und Bars hätten ihre Verkaufszahlen erhöht – nicht zuletzt, weil viele rauchgewohnte Gäste wegen des Verbots kribblig werden und weniger lang am Tisch verweilen, sodass neue Gäste bedient werden können«.

Reduzierter Zigarettenkonsum

Salluzzo gehört im Übrigen zu jenen Rauchern, die dank der Erschwernisse durch das Rauchverbot ihren Zigarettenkonsum reduziert haben. Eine halbe Million Italiener hätten im letzten Jahr das

Rauchen komplett eingestellt, meldete das Gesundheitsministerium in Rom frohgemut.

Am erstaunlichsten ist, wie gelassen junge Raucher und Raucherinnen das Verbot hingenommen haben. In Mailand und Neapel fand ich keinen Einzigen, der

Der Cowboy mit dem Duft der weiten Welt wird als attraktive Werbung anerkannt, aber er ist keine Identifikationsfigur mehr.

sich unter Berufung auf hehre Freiheitsprinzipien gegen das Gesetz aussprechen wollte. »Nein, nein – nur unter freiem Himmel zu rauchen, die Nichtraucher zu respektieren, das sei nur gut und recht«, meinen alle. Dass sich diese veränderte Haltung über die Grenze auswirkt, das erhofft man sich auch in der Südschweiz. Alberto Polli, der Präsident der Tessiner Nichtraucherbewegung, betont, »das Verbot in seinem Kanton werde gewiss dazu beitragen, den Jugendlichen klar zu machen, dass sie auch als Nichtraucher von den Gleichaltrigen in ihrer Gruppe akzeptiert werden. Rauchen werde künftig nicht mehr als Eintrittspreis für die Sozialisierung mit den Freunden gesehen werden«, hofft Polli.

In der Tat: In Italien hat die jüngere Generation begriffen, dass Rauchen das Sozialprestige nicht erhöht. Rauchen ist für sie nicht mehr sexy. Die jüngeren Raucher scheuen sich, eine Rauchwand von Scheinargumenten aufzubauen, um ihre Gewohnheit zu verteidigen. Sie sind sich bewusst, dass sie dabei nur das Gesicht verlieren. Harte wissenschaftliche Fakten zu bestreiten, ist kein Zeichen von überlegener Intelligenz. Der Cowboy mit dem Duft der weiten Welt wird von ihnen als attraktive Werbung anerkannt, aber er ist keine Identifikationsfigur mehr. Er ist passé.

■
Rolf Pellegrini, Radiodinosaurier, fasziniert internationale Politik. Er arbeitet seit 1968 für das Auslandressort, war dreimal – in den 70er, 80er und 90er Jahren – DRS-Frankreichkorrespondent und ist seit 10 Jahren als Italienkorrespondent tätig.

Sind Wasserpfeifen harmlos?

Irrtümlicherweise wird das Rauchen einer Wasserpfeife öfters als eine sichere Alternative zum Zigarettenrauchen betrachtet. Für diese Einschätzung fehlen jedoch wissenschaftliche Beweise. Es ist falsch davon auszugehen, dass durch das Wasser die Schadstoffe herausgefiltert werden.

- Der Kohlenmonoxidgehalt im Tabakrauch von Wasserpfeifen ist mindestens so hoch wie im Tabakrauch von Zigaretten.
- Der Tabakrauch einer einzigen Wasserpfeife enthält normalerweise ebenso viel Teer wie der Tabakrauch eines ganzen Päckchens Zigaretten. Teerstoffe verursachen Krebs. Doch verbrennt der Tabak auf einer Wasserpfeife bei rund

halb so hoher Temperatur als in einer Zigarette (450 Grad gegenüber 900 Grad Celsius). Deshalb wirken die Teerstoffe aus einer Wasserpfeife vermutlich weniger und anders als bei einer Zigarette.

- Das Rauchen einer Wasserpfeife liefert ungefähr dieselbe Menge Nikotin wie das Zigarettenrauchen. Folglich kann auch die Wasserpfeife zur Nikotinsucht führen.
- Wer eine Wasserpfeife konsumiert, nimmt wie beim Zigarettenrauchen verschiedene Schwermetalle zu sich, unter anderem Kadmium.
- Ferner besteht beim gemeinsamen Rauchen die Gefahr der Übertragung von Herpes- und Hepatitisviren sowie von Tuberkulosebakterien.



Verblasste Rauchzeichen

Seit November 2000 wird ein regelmässiges Tabakmonitoring in der Schweiz durchgeführt. Ende Mai 2006 veröffentlichte das Bundesamt für Gesundheit die neusten Daten. Über die Methode des Monitoring und die Ergebnisse berichtet Professor Rainer Hornung.

Text: Brigitte Müller

laut & leise: Herr Professor Hornung, in welchem Gebiet arbeiten Sie?

Rainer Hornung: Ich arbeite am Psychologischen Institut der Universität Zürich und beschäftige mich mit der Sozial- und Gesundheitspsychologie. Das bedeutet, ich untersuche das Gesundheitsverhalten, die Prävention und die Gesundheitsförderung. Die Evaluationsforschung ist ein weiteres Tätigkeitsgebiet.

I & I: Sie gehen von der Salutogenese aus, warum?

Hornung: Die Grundperspektive bei der Gesundheitspsychologie ist die Salutogenese, die sich mit den Bedingungen der Gesundheit beschäftigt. Im Gegensatz zur Pathogenese, die ihren Blick auf krankmachende Fakten richtet, interessieren wir uns, wie Menschen auch unter starken Belastungen gesund bleiben können.

I & I: Sie führen ein Tabakmonitoring durch? Was ist das überhaupt?

Hornung: Das Monitoring ist ein modulares Forschungssystem, das den Tabakkonsum der Bevölkerung der gesamten Schweiz repräsentativ und kontinuierlich erfasst. Seit November 2000 werden jedes Vierteljahr 2500 computerunterstützte Telefoninterviews durchgeführt. Pro Jahr befragen wir gesamthaft 10 000 Leute, und zwar die 14- bis 65-jährige ständige Wohnbevölkerung in der Schweiz. Die Stichproben folgen einem zweistufigen Zufallsverfahren. Das Tabakmonitoring besteht aus einem Basismodul sowie aus verschiedenen Zusatzmodulen. Im Basismodul werden Daten über Art und Häufigkeit des Tabakkonsums erhoben.

I & I: Warum noch Zusatzmodule?

Hornung: Die Zusatzmodule werden einmalig oder periodisch eingesetzt. Inhalte sind beispielsweise die Wahrnehmung von BAG-Kampagnen, das Passivrauchen, das Rauchverhalten Jugendlicher oder die Meinung zum Einfluss der Tabakwerbung und zu gesetzlichen Massnahmen. Mit diesen Zusatzmodulen erhalten wir die Möglichkeit, punktuell zu weiteren interessanten Ergebnissen zu

gelangen, die uns die Fragen aus dem Basismodul nicht erbringen.

I & I: Welche Vorteile hat dieses Tabakmonitoring?

Hornung: Das Monitoring-System ist sehr zuverlässig, weil wir über die Jahre

I & I: Welche Schlussfolgerungen haben Sie aus der Studie gezogen?

Hornung: Wir erhalten durch das Monitoring zuverlässige und gültige Daten. Anhand der Studie können Fachleute einerseits wichtige Erkenntnisse gewinnen, und andererseits können die Ergebnisse

Einerseits hat sich der Raucheranteil auf hohem Niveau von 30 Prozent mit einer leichten Tendenz in Richtung Abnahme stabilisiert. Andererseits stellen wir fest, dass Raucher viel mehr bereit sind zum Aufhören.

systematisch immer die gleiche Methode anwenden. Es liefert gültige Ergebnisse und kann damit Veränderungen im Rauchverhalten über die Jahre feststellen. Unsere Ergebnisse stimmen beispielsweise mit der schweizerischen Gesundheitsbefragung überein. Auch die Befragten nennen, korrespondieren mit der Verkaufstatistik. Zurzeit zeigen sich erste Trends bezüglich einer Veränderung des Konsumverhaltens. Wir gehen davon aus, dass sich diese Trends in ein bis zwei Jahren auch statistisch bestätigen lassen.

I & I: Wie lauten die Hauptresultate des Monitoring?

Hornung: Wir machen zwei wesentliche Beobachtungen. Einerseits hat sich der Raucheranteil auf hohem Niveau von 30 Prozent mit einer leichten Tendenz in Richtung Abnahme stabilisiert. Die rückläufige Tendenz ist statistisch noch nicht gesichert.

Andererseits stellen wir fest, dass Raucher viel mehr bereit sind zum Aufhören. Diese Aufhörbereitschaft befragten wir anhand des transtheoretischen Modelles, einem Prozessmodell das Raucher nach dem Grad ihrer Aufhörbereitschaft differenziert. Es zeigt sich, dass diejenigen Raucher, die das Rauchen nicht aufgeben wollen, abnehmen. Im Gegenzug vergrössert sich die Zahl jener Rauchenden kontinuierlich, die innerhalb der nächsten sechs Monate oder dreissig Tage aufhören möchten.

bei der Evaluation von Präventionsmassnahmen behilflich sein, ohne jedoch eigentliche Evaluationsmassnahmen zu ersetzen.

I & I: Können Sie anhand dieser Studie Empfehlungen für die konkrete Umsetzung in der Prävention geben?

Hornung: Die Daten unseres Tabakmonitoring sind jüngeren Datums, deshalb bin ich vorsichtig mit Empfehlungen. Ausländische Studien zeigen aber deutlich, dass die Kombination von Verhaltens- und Verhältnisprävention wirksam ist. Bei der Verhaltensprävention geht es unter anderem um soziale Kompetenzvermittlung, um die Beeinflussung des familiären und schulischen Umfeldes. Bei der Verhältnisprävention zeigen Rauchverbote, Besteuerung und ähnliche Massnahmen ihre Wirkung. Aufgrund unserer Feststellung, dass immer mehr Rauchende wünschen aufzuhören, erachte ich es als sinnvoll, ein verstärktes und vergrössertes Aufhörangebot bereitzustellen.

I & I: Wie können Sie sich den Stimmungswandel zugunsten der Nichtraucher – siehe Abstimmung im Tessin – erklären?

Hornung: Zunächst ist das Wissen, dass Passivrauchen gesundheitlichen Schaden bewirkt, in der Bevölkerung ausgeprägter vorhanden. Einen weiteren Grund sehe ich in den Veränderungen in den umliegenden Ländern. Irland, Frankreich oder Italien haben ein Konsumimage, und wir

konnten uns schlecht vorstellen, dass in diesen Ländern ein Rauchverbot in Restaurants überhaupt erhoben, geschweige denn, dass es beachtet wird. Diese Phantasien haben sich nicht bewahrheitet, und so entsteht für die Schweiz eine Art von Gruppendruck. Wir befinden uns heute

gen bei 29 Prozent, im Vergleich zum Gesamttotal in dieser Altersgruppe von 17 Prozent.

I & I: Ist Rauchen bei Jugendlichen immer noch in? Wenn ja, warum?

Hornung: Ob Rauchen immer noch in ist,

Die Gewohnheit, im Restaurant zu rauchen, wird beim Konsumenten »gelöscht«. Dies bedeutet, dass ein gelernter Mechanismus »Essen gleich Rauchen« entkoppelt wird.

in einer Minderheitsposition, die es nun zu verändern gilt.

I & I: Begrüssen Sie ein Rauchverbot?

Hornung: Ja, denn neben dem Schutz vor Passivrauch ist ein weiterer Punkt wichtig. Die Gewohnheit, im Restaurant zu rauchen, wird beim Konsumenten »gelöscht«. Dies bedeutet, dass ein gelernter Mechanismus »Essen gleich Rauchen« entkoppelt wird. Durch diese strukturelle Massnahme, die in erster Linie dem Schutz des Nichtraucherenden gilt, wird bei der rauchenden Person der erwähnte Konditionierungsprozess wieder verlernt.

I & I: Warum wird eigentlich geraucht?

Hornung: Das ist eine schwierige Frage. Jeder Raucher, jede Raucherin besitzt eine eigene Geschichte und andere Beweggründe. Es gibt aber einige Gründe, die wir aus der Forschung kennen. Unsere Studie bestätigt beispielsweise den erwarteten Zusammenhang zwischen dem Rauchverhalten der Eltern und der Geschwister. Rauchen beide Elternteile ist der Raucherstatus von 14- bis 20-Jähri-

kann ich nicht beurteilen. Was wir feststellen, ist die Tatsache, dass immer noch geraucht wird und das frühe Einstiegsalter. Aus gesetzlichen Gründen dürfen wir Jugendliche zwar erst ab 14 Jahren befragen, aber die von der SFA durchgeführten Schülerbefragungen zeigen, dass bereits 10-, 12-Jährige rauchen.

I & I: Bestehen Unterschiede im Rauchverhalten der Jugendlichen?

Hornung: Bei den 14-Jährigen ist Rauchen noch weitgehend ein Verhalten, das sie probieren und mit dem sie Erfahrungen sammeln. Bei der Gruppe der 14- bis 16-Jährigen findet ein ausgeprägter Wechsel vom Experimentierkonsum zum regelmässigen Konsum statt. Die Zunahme des Rauchens ist in dieser Phase so stark, dass damit bereits das Niveau der Gesamtbevölkerung erreicht wird. Möglicherweise hängt dieser schnelle und markante Konsumanstieg mit einer Unterschätzung des Abhängigkeitspotentials zusammen.

I & I: Warum rauchen Jugendliche?

Hornung: Das Raucherimage ist gemäss

unseren Ergebnissen unter Jugendlichen nicht sehr positiv. Oft steckt hinter dem Rauchen ein Initiationsritus. In unserer Studie stellten wir fest, dass 39 Prozent der jugendlichen Raucher deshalb rauchen, weil es zur Gewohnheit geworden ist, 28 Prozent, um den Geschmack zu geniessen und 27 Prozent, weil das Rauchen bei Stress beruhigt.

I & I: Warum sinkt das Einstiegsalter bei Jugendlichen?

Hornung: Da kann ich nur Vermutungen anstellen. Indizien zeigen, dass Kinder immer schneller und früher in die Erwachsenenwelt eintreten und damit auch das Verhalten Erwachsener übernehmen. Rauchen ist ein Zeichen dafür.

I & I: Warum rauchen immer mehr Frauen?

Hornung: Diese Aussage stimmt nach unseren Befunden heute nicht mehr. Im Jahr 2003 war der Anteil der rauchenden jungen Frauen etwa gleich hoch wie jener der männlichen Jugendlichen. Heute stellen wir rückläufige Zahlen fest. Bei den 20- bis 24-jährigen Frauen und Männern vergrössert sich dieser Unterschied, und zwar um fast 10 Prozent. Möglicherweise reagieren junge Frauen sensibler auf präventive Massnahmen. Ihr Gesundheitsbewusstsein ist ausgeprägter, wahrscheinlich spielt auch eine mögliche künftige Schwangerschaft eine Rolle.

I & I: Warum bleiben Raucher abhängig?

Hornung: Die körperliche Abhängigkeit ist kein einfach zu lösendes Phänomen. Rauchen ist in vielen Fällen eine Sucht. Das Beenden einer Raucherabhängigkeit

Gesetzliche Entwicklung auf Bundes- und Kantonsebene

Politische Massnahmen gegen das Rauchen wirken, brauchen aber oft einen langen Weg, bis sie sich durchsetzen. Schritt für Schritt wird gegen die mächtige Tabak-Lobby angekämpft. Hier drei aktuelle Beispiele.

Schutz vor Passivrauchen

Auf eidgenössischer Ebene verlangt eine von FDP-Nationalrat Felix Gutzwiller eingereichte Initiative einen besseren Schutz vor Passivrauchen in öffentlichen Räumen. Nach der letzten Sitzung der federführenden Parlamentskommission im März 2006 könnte bereits 2007 das Arbeitsgesetz entsprechend angepasst oder dann vom Parlament ein neues »Passivrauchschutzgesetz« verabschiedet werden.

Im Kanton Zürich wurde Anfang 2006 eine Volksinitiative von der Lungenliga

Zürich gestartet, die ein Rauchverbot in Restaurants analog zum Kanton Tessin fordert. Zur Zeit des Redaktionsschlusses dieser »laut & leise«-Ausgabe sind bereits mehr als doppelt so viele wie benötigte 6000 Unterschriften gesammelt worden. Die Unterschriftensammlung dauert bis 7. Juli 2006 (www.lungenzurich.org).

Einschränkung der Werbung für Tabakprodukte

Zurzeit wird das vom Regierungsrat vor einem Jahr vorgelegte neue Gesundheitsgesetz von der kantonalen Kommission für soziale Sicherheit und Gesundheit beraten. Das Gesetz sieht ein Verbot der Tabak- und Alkoholwerbung auf öffentlichem Grund und auf von aussen einsehbarem Privatgrund vor. Ein gleich lautes Gesetz ist im Kanton Genf gültig und

wurde vom Bundesgericht als rechtmässig beurteilt. Das neue Gesetz soll im kommenden Winter verabschiedet werden.

Verkaufsverbot von Tabakprodukten an Jugendliche

Im eben erwähnten Gesundheitsgesetz ist auch ein Verkaufsverbot von Tabakwaren an unter 18-Jährige vorgesehen. Der Kanton Zürich liegt damit auf der Linie der Weltgesundheitsorganisation sowie des Bundesrates, die ebenfalls diese Alterslimite für Verkaufsverbote fordern.

Mit der gesetzlichen Anpassung im Verlauf des nächsten Jahres werden die Voraussetzungen für Massnahmen im Jugendschutz und beim Schutz vor Passivrauchen – auch in Restaurants – durch die Gemeindebehörden griffiger und die Kontrollmöglichkeiten stark verbessert.

kann deshalb langwierig und sehr aufwändig sein. Ich denke, aus diesem Grund braucht es ein breites Angebot an mögli-

Bei der Gruppe der 14- bis 16-Jährigen findet ein starker Wechsel vom Experimentierkonsum zum regelmässigen Konsum statt.

chen Aufhörmethoden. Einerseits über einen allgemeinen Zugang zur gesamten Bevölkerung, andererseits über eine individuelle Ansprache, zum Beispiel mit einem Beratungstelefon.

I & I: Gibt es neue Trends, Neuheiten?

Hornung: Die wichtigsten Trends habe ich bereits erwähnt, der allgemein leicht rückläufige Konsum, dass es weniger Raucherinnen gibt, und die zunehmende

Aufhörbereitschaft von Raucherinnen und Rauchern. Um weitere Trends feststellen zu können, brauchen wir eine entsprechend lange Beobachtungszeit.

I & I: Welche Erkenntnis aus dem Tabakmonitoring ist für Sie speziell wichtig?

Hornung: Prävention ist besonders bei Jugendlichen sehr wichtig und kann sicher viel bewirken. Es gilt, die unterschätzte Abhängigkeit zu thematisieren und möglichst bei vielen Jugendlichen den Übergang von der Experimentierphase in die Phase des regelmässigen Konsums und der Abhängigkeit zu verhindern.



Brigitte Müller, Texterin und Redaktionsleiterin laut & leise, stellte die Fragen.

TABAKMONITORING

Schweizerische Umfrage zum Tabakkonsum

Das Tabakmonitoring wird vom Psychologischen Institut der Universität Zürich und Hans Krebs, Kommunikations- und Publikumsforschung, realisiert. Ziel ist es, den Tabakkonsum der schweizerischen Wohnbevölkerung repräsentativ und kontinuierlich zu erfassen. Die neusten Daten 2005 sind seit Ende Mai 2006 auf der Homepage des BAG verfügbar.

Laufzeit: 1. November 2000 bis 1. Januar 2007

Finanzierung: BAG, Tabakpräventionsfonds

Kontakt: Prof. Dr. Rainer Hornung, Psychologisches Institut der Universität Zürich, Sozial- und Gesundheitspsychologie, Rämistrasse 66, 8001 Zürich, E-Mail: hornung@sozpsy.unizh.ch

Link: www.suchtunddaids.bag.admin.ch



Es gibt viel zu tun – packen wir es an

Die Fachstelle für Tabakprävention Züri Rauchfrei arbeitet bereits im 13. Geschäftsjahr. Vieles ist erreicht worden, vieles will noch erreicht werden. Im Folgenden werden die aktuellen Massnahmen für eine effektive Tabakprävention vorgestellt.

Text: Christian Schwendimann

Wichtig für die aktuelle Einschätzung und den Blick in die Zukunft ist, dass sich das Umfeld seit den 90er Jahren drastisch geändert hat. Galt damals noch die Ansicht, dass Rauchen vor allem ein Problem jeder einzelnen Person ist, akzeptiert man heute, dass Rauchen auch andere schädigt und somit die ganze Gesellschaft betrifft.

Entsprechend beschränken sich die Präventionsmassnahmen heute nicht mehr nur auf das Individuum, mit Aufklärungsbotschaften und Warnhinweisen. Ebenso wichtig sind so genannte strukturelle Massnahmen, von denen man weiss, dass sie in anderen Ländern funktionieren und einen wichtigen Beitrag zur Senkung des Anteils der rauchenden Bevölkerung leisten. Zu nennen ist hier die Erhöhung der Zigarettenpreise, die Verschärfung der Produktebeschriftung – Verbot irreführender Bezeichnungen wie »mild« oder »light« – und neue Gesetze zum Schutz vor dem Passivrauchen. Dass diese Politik von einem Grossteil der Bevölkerung getragen wird, zeigt die Abstimmung im Kanton Tessin vom März 2006, wo beinahe 80 Prozent der Stimmenden das Rauchverbot in Restaurants unterstützt haben.

Weitere strukturelle Massnahmen werden in der Schweiz vor allem auf kantonaler Ebene diskutiert und umgesetzt: das Werbeverbot für Tabakprodukte auf öffentlichem Grund und das Verkaufsverbot solcher Waren an Jugendliche.

Nicht zuletzt fällt jeder Gemeinde eine wichtige Rolle zu. Auf lokaler Ebene entscheidet sich, wie die Massnahmen zur Tabakprävention optimal miteinander verknüpft werden, um die bestmögliche Wirkung zu erzielen.

In den Gemeinden

Den Gemeindebehörden fällt die wichtige Rolle der Führung und Koordination zu. Massnahmen zur Tabakprävention in den Schulhäusern können mit den entsprechenden Bemühungen im Jugendhaus abgestimmt werden. Eine Politik der rauchfreien öffentlichen Gebäude drückt den Willen der Behörden aus, eine fortschrittliche Gesundheitspolitik umzusetzen.

Die Verknüpfung mit der Alkoholpolitik schafft Synergien im besten Sinn. Die Basis dieser Gemeindegarbeit bildet oft ein Gesamtkonzept zur Gesundheitsförderung.

Die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich haben dazu ein hilfreiches Instrument erarbeitet: »Suchtmittelkon-

sen erhältlich ist. Vor allem Lehrpersonen bekommen wertvolle Arbeitsmaterialien und weitergehende Informationen.

Die Schritte zur rauchfreien Schule werden exemplarisch am Setting »Schule« abgehandelt. Das Handbuch kann auch für andere pädagogische Einrichtungen wie etwa Heime hilfreich sein. All-

Wichtig sind so genannte strukturelle Massnahmen, von denen man weiss, dass sie in anderen Ländern funktionieren und einen wichtigen Beitrag zur Senkung des Anteils der rauchenden Bevölkerung leisten.

sum Jugendlicher – die Gemeinden handeln! Ein Leitfaden für EntscheidungsträgerInnen in der Gemeinde«.

Die rauchfreie Schule

Ein wichtiger Pfeiler unserer Gesellschaft ist die Schule. Auch wenn man nicht alle Erziehungsaufgaben an die Schule delegieren sollte, hat die Schule einen zentralen Einfluss auf das Rauchverhalten Jugendlicher. Zwar schreibt das Volksschulgesetz ein Rauchverbot für Jugendliche vor, für Erwachsene – Lehrpersonen, Hauswartinpersonal und Gäste – gibt es noch kein Gesetz. Unglaubliche Massnahmen sind schlechte Massnahmen. Wenn bei Jugendlichen das Rauchverbot durchgesetzt werden will, sollte auch niemand anderes in der Schule rauchen. Die so verstandene rauchfreie Schule ist eine der wirksamsten Massnahmen der Tabakprävention. Basierend auf dem Konzept der gesunden Schule – Jugendliche finden ein optimales Lernumfeld vor und gehen gerne zur Schule – ist auch der Sockel für einen möglichst geringen Suchtmittelkonsum gelegt.

Für die Detailarbeit hat Züri Rauchfrei ein neues Instrument entwickelt. Der neue Leitfaden »Auf dem Weg zur rauchfreien Schule« bietet Hilfestellung für den Umgang mit rauchenden Schülerinnen und Schülern und auf dem Weg zu einer wirkungsvollen Tabakprävention. Er zeigt Wege auf, wie Lehrpersonen, Eltern, Behörden und Jugendliche gemeinsam Ziele entwickeln und umsetzen können und wo Unterstützung von aus-

gemein bindende Regeln zum Nichtrauchen sind eine wirkungsvolle Massnahme der Sucht- und Tabakprävention. Das zeigen wissenschaftliche Untersuchungen: Wo solche Regeln konsequent umgesetzt werden, gibt es deutlich weniger rauchende Jugendliche.

Der Leitfaden ist der erste Teil eines Projekts zur Rauchfreien Schule, das vom Tabakpräventionsfonds unterstützt und im Kanton Zürich in Zusammenarbeit mit den Suchtpräventionsstellen umgesetzt wird. Schulen erhalten im Rahmen dieses Projektes Unterstützung durch Weiterbildung, Begleitung und Erfahrungsaustausch. Interessierte Lehrpersonen wenden sich an Ute Herrmann von der Fachstelle Zürich Rauchfrei (siehe Informationen S. 13).

Rauchfreies Jugendzentrum

Passivrauchen ist für die meisten nicht rauchenden Erwachsenen ein Thema. Viele Jugendliche hingegen stören sich wenig daran. Jedes Jugendhaus muss sich dieser Problematik stellen. Was aber, wenn die rauchenden Jugendlichen bei einem Rauchverbot gar nicht mehr kommen und das Jugendhaus leer bleibt? Eine heikle Aufgabenstellung für Leitungspersonen und Jugendkommissionen. Dennoch gilt auch hier: Klare Regeln für alle und Schutz vor Passivrauch müssen Bestandteil einer glaubwürdigen Jugendpolitik sein. Im Jugendhaus müssen allgemein anerkannte Gesundheitsbestimmungen gelten, sei es beim Passivrauchen, dem Alkoholkonsum, der Lärmbe-

schallung durch Musikanlagen oder den sanitären Einrichtungen. Züri Rauchfrei hat ein Projekt beim Tabakpräventionsfonds eingereicht: Eine Wegleitung für Leitungspersonen von Jugendeinrichtungen soll Massnahmen der Tabakprävention aufzeigen.

Was können Eltern tun?

Es ist eine heute oft vernachlässigte Binsenwahrheit: Die Eltern haben einen wichtigen Einfluss auf den Suchtmittelgebrauch Jugendlicher. Eindeutig ist belegt, dass in nicht rauchenden Haushalten der Anteil rauchender Jugendlicher kleiner ist. Und trotzdem, so einfach ist Erziehung nicht. Viele Eltern fühlen sich unsicher, soll man verbieten, soll man gar wegschauen, ist eine Zigarette schon gefährlich, was passiert im Jugendhaus? Züri Rauchfrei und das Netzwerk der Suchtpräventionsstellen im Kanton Zürich bieten Eltern eine grosse Palette von Hilfsmitteln an: Broschüren, Elternabende und Jugendberatungsstellen sind dabei das Grundgerüst der familienbezogenen Präventionsarbeit. Niemand sollte sich scheuen, bei Bedarf Hilfe anzufordern. Erste Ratschläge gibt die Broschüre

»Rauchen – mit Jugendlichen darüber sprechen«.

Rauchstopp für Jugendliche

Die Faktoren, die jugendliche Personen zum Rauchen führen, sind vielfältig und komplex. Eine zentrale Rolle spielt dabei der Freundeskreis und insbesondere der beste Freund oder die beste Freundin. Wenn eines raucht, raucht meistens das andere auch. Viele Jugendliche hören aber nach wenigen Zigaretten wieder auf. Andere beginnen nach einigen Monaten wieder. Die meisten lassen nach dem ersten Probieren die Hände davon.

Viele Jugendliche werden aber vom Nikotin abhängig. Wenige beanspruchen Hilfe von Fachleuten. Auch hier wird Züri Rauchfrei das bestehende Rauchstopp-Angebot für Jugendliche überarbeiten und den neuesten Erkenntnissen anpassen. Ein entsprechendes Projektgesuch wurde ebenfalls beim Tabakpräventionsfonds eingereicht.



Christian Schwendimann, Geschäftsführer Züri Rauchfrei

Informationen

Zu beziehen bei Züri Rauchfrei oder Ihrer Regionalen Stelle für Suchtprävention, Adressen S. 15:

- »Suchtmittelkonsum Jugendlicher – die Gemeinden handeln! Ein Leitfaden für EntscheidungsträgerInnen in der Gemeinde«, Die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich, Zürich 2003, gratis

- »Auf dem Weg zur rauchfreien Schule – ein Leitfaden für Lehrpersonen«, Züri Rauchfrei, Zürich 2006, Preis: Fr. 18.–

Informationen durch Ute Herrmann (E-Mail: herrmann@zurismokefree.ch, im Internet: www.rauchfreieschule.ch)

- »Rauchen – mit Jugendlichen darüber sprechen«, achtseitige Broschüre, Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme, Lausanne 2004, gratis

- Aktuelle Informationen über neueste Themen und Angebote: www.zurismokefree.ch



Medien zur Tabakprävention

Sämtliche aufgeführten Medien – eine kleine Auswahl! – können Sie ausleihen bei InfoDoc Suchtprävention Radix, Stampfenbachstrasse 161, 8006 Zürich. Tel. 044 360 41 00, Fax 044 360 41 14, E-Mail: infodoc@radix.ch. Im Internet: www.infodoc-radix.ch

Surfen statt rauchen

Im Internet finden sich viele Informationen und Antworten zu den Themen Rauchen und Jugend, Schule, Rauchen am Arbeitsplatz, Passivrauchen, Rauchstopp und so weiter.

Internet-Tipp: www.at-schweiz.ch / www.rauchenschadet.ch / www.zurismokefree.ch

Schamanenpflanze

Kulturgewächs, Ritualpflanze, Räucherstoff, Genussmittel, Medizin oder Zierpflanze? Tabak ist heutzutage die am weitesten verbreitete und am meisten benutzte (ehemalige) Schamanenpflanze der Welt. Von den amerikanischen Tropen ist sie bis in alle Winkel vorgedrungen und hat Anhänger in jeder Kultur gefunden. Die Hintergründe des Tabakgenusses zu sehen, schafft Verständnis dafür, den heutigen missbräuchlichen Umgang in einem anderen Kontext zu sehen.

Buch-Tipp: »Schamanenpflanze Tabak«, Autor: Christian Rättsch, Nachtschatten-Verlag

Rauchzeichen

Tabak ist in den letzten Jahren zur neuen Problemdroge ernannt worden, und Rauchen wird zunehmend zu einer marginalen und sogar geächteten Verhal-

tenweise. Warum diese Droge ins Zentrum der Diskussion gerückt ist und welche gesellschaftlichen Veränderungen diese neue Bewertung des Rauchens indiziert – davon handelt dieser Band in vielen Facetten, von den psychodynamischen Funktionen des Rauchens bis zur Bedeutung von Tabakwerbung.

Buch-Tipp: »Rauchzeichen – Zum modernen Tabakkonsum«, Herausgeber: Aldo Legnaro, Arnold Schmieder, Lit Verlag

Telefonische Beratung

Ab dem 1. Mai 2006 müssen alle Zigarettenspäckchen mit neuen Warnhinweisen versehen werden. Einer lautet: »Hier finden Sie Hilfe, um das Rauchen aufzugeben: 0848 000 181«. Aufhörwillige können sich bei der Rauchstopplinie der Krebsliga Schweiz fachkundig beraten lassen.

Telefon: 0848 000 181.

Tabakkontrolle

Zigaretten sind die einzigen frei verfügbaren Handelsprodukte, die einen Grossteil ihrer Konsumenten süchtig und krank machen. Nach Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sterben weltweit jährlich vier Millionen Menschen an den Folgen des Zigarettenkonsums. Das empfohlene Werk wurde

ursprünglich von der Weltbank in englischer Sprache veröffentlicht und im Auftrag des Deutschen Krebsforschungszentrums übersetzt.

Buch-Tipp: »Der Tabakepidemie Einhalt gebieten«, eine Veröffentlichung der Weltbank

Rauchstopp

In Zürich gibt es ein RauchstoppZentrum für Beratung und Information. Auf der Website findet sich eine handliche Broschüre zum Downloaden: »Gesund. Zufrieden. Nichtraucher.«.

Internet-Tipp: www.rauchstoppzentrum.ch

feelok

Feelok ist ein internetbasiertes multithematisches Computerprogramm, das auf der Grundlage von wissenschaftlichen Kenntnissen entwickelt wurde. Dieses Interventionsprogramm hat als Ziel, die Gesundheit und das Wohlbefinden Jugendlicher zu fördern sowie dem risikoreichen Verhalten und dem Suchtmittelkonsum vorzubeugen. Es werden folgende Themen behandelt: Bewegung, Ernährung, Alkohol, Cannabis, Rauchen, Stress, Selbstvertrauen und Sexualität.

Internet-Tipp: www.feelok.ch

FACHTAGUNG

Alkohol und Moral: Müssen wir umdenken?

Als Fachperson kennen Sie aus der täglichen Arbeit das Problem des übermässigen Alkoholkonsums bei Ihren Klienten. Und Sie wissen aus Erfahrung: Abstinenz ist nur für eine Minderheit die Lösung. Sind risikoarmer Konsum in der Prävention und kontrolliertes Trinken in der Beratung und Behandlung die neuen Trends? Findet hier ein Umdenken statt? An der kantonal zürcherischen Tagung »Alkohol und Moral: Müssen wir umdenken?« geben drei Referenten Impulse:

- Prof. Dr. Jakob Tanner, Universität Zürich
- Michel Graf, SFA Lausanne
- Prof. Dr. Harald Klingemann, Berner Fachhochschule, Soziale Arbeit

Datum/Ort: 14. September 2006, 13.30 bis 17.00 Uhr, Hotel Zürichberg

Konzept: Fachstellenkonferenz der ambulanten Beratungs- und Behandlungsstellen, Foreklinik, Radix Gesundheitsförderung, Zürcher Fachstelle für Alkoholprobleme, ZUFAM

Organisation: ZUFAM, Langstrasse 299, Postfach, 8031 Zürich, Tel. 044 271 87 23, E-Mail: l.jucker@zuefam.ch



Die Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich

Regionale Suchtpräventionsstellen

Die acht regionalen Suchtpräventionsstellen (RSPS) sind zuständig für die präventive Grundversorgung in ihrer klar abgegrenzten Region. Sie initiieren die Basisarbeit und unterstützen und koordinieren bestehende Bestrebungen und Aktivitäten im Bereich Suchtprävention. Dabei orientieren sich die Stellen an den jeweiligen lokalen und regionalen Bedürfnissen. Die Arbeit der RSPS zielt sowohl auf Individuen (persönliches Verhalten) wie auch auf die Beeinflussung von Strukturen und Lebensbereichen (gesellschaftliche Verhältnisse). Die Angebote der Stellen, welche geschlechts- und kulturspezifische Aspekte berücksichtigen, umfassen: Bildung, Information und Beratung von Einzelnen, Gruppen, Gemeinden usw., Öffentlichkeitsarbeit und strukturelle Arbeit in Gemeinden, Stadtteilen, Quartieren und Firmen. Die regionalen Suchtpräventionsstellen sind generalistisch tätig und werden von den acht spezialisierten, kantonsweit tätigen Fachstellen unterstützt. Die RSPS wer-

den hauptsächlich von den Gemeinden finanziert, der Kanton leistet eine finanzielle Unterstützung (in der Regel 30%).

Suchtpräventionsstelle der Bezirke Affoltern und Dietikon

Grabenstr. 9, 8952 Schlieren
Tel. 044 731 13 21
Fax 044 731 13 22
E-Mail: supad@sd-l.ch
Leitung: Cathy Caviezel
Internet: www.supad.ch

Suchtpräventionsstelle des Bezirks Andelfingen

Landstr. 36, 8450 Andelfingen
Tel. 052 304 26 60
Fax 052 304 26 00
E-Mail: suchtpraevention@jsandelfingen.zh.ch
Internet: www.rspas-andelfingen.ch
Leitung: Rahel Finger, Matthias Huber

Suchtpräventionsstelle für den Bezirk Horgen

Samowar, Bahnhofstr. 24, 8800 Thalwil
Tel. 044 723 18 17
Fax 044 723 18 19
E-Mail: info@samowar.ch
Internet: www.samowar.ch
Stellenleiterin: Regula Keller

Suchtpräventionsstelle des Bezirks Meilen

Samowar, Bergstrasse 3
8706 Meilen
Tel. 044 924 40 10
Fax 044 924 40 11
E-Mail: meilen@samowar.ch
Internet: www.samowar.ch
Leitung: Daniel Isenring

Suchtpräventionsstelle Winterthur

Tösstalstr. 16, 8400 Winterthur
Tel. 052 267 63 80, Fax 052 267 63 84
E-Mail: suchtpraevention@win.ch
Stellenleiter: Georges Peterelli, Markus Städler

Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland

Gerichtsstr. 4, Postfach, 8610 Uster
Tel. 043 399 10 80, Fax 043 399 10 81
E-Mail: info@sucht-praevention.ch
Internet: www.sucht-praevention.ch
Stellenleiter: Peter Trauffer
(Bezirke Hinwil, Pfäffikon und Uster)

Suchtpräventionsstelle Zürcher Unterland

Erachfeldstr. 4, 8180 Bülach
Tel. 044 872 77 33, Fax 044 872 77 37
E-Mail: rsps@praevention-zu.ch
Internet: www.praevention-zu.ch
Stellenleiter: Robert Schmid
(Bezirke Bülach und Dielsdorf)

Suchtpräventionsstelle der Stadt Zürich

Röntgenstr. 44, 8005 Zürich
Tel. 044 444 50 44, Fax 044 444 50 33
E-Mail: welcome@sup.stzh.ch
www.suchtpraeventionsstelle.ch
Stellenleiterin: Eveline Winnewisser

Kantonsweit tätige, spezialisierte Fachstellen für Suchtprävention

Die acht kantonsweit tätigen Fachstellen für Suchtprävention (KFSP) sind spezialisiert auf eine Zielgruppe, auf ein Suchtmittel, oder sie nehmen übergreifende Aufgaben wahr. Sie arbeiten mit den regionalen Suchtpräventionsstellen zusammen.

Fachstelle

»Alkohol – am Steuer nie!«
Ottikerstr. 10, 8006 Zürich
Tel. 044 360 26 00, Fax 044 360 26 05
E-Mail: paul.gisin@fachstelle-asn.ch
Internet: www.fachstelle-asn.ch
Stellenleiter: Paul Gisin

Spezialisierte Fachstelle für Alkohol-, Drogen-, und Medikamentenkonsum im Zusammenhang mit Strassenverkehr. Führt verschiedene Animationsinstrumente (z.B. Funky-Bar und Fahrsimulator).

Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung

Ausstellungsstr. 80, 8090 Zürich
Tel. 043 259 77 86, Fax 043 259 77 57
E-Mail: infosuchtpraevention@mba.zh.ch
Internet: www.fs-suchtpraevention.zh.ch
Stellenleiter: Vigeli Venzin

Suchtprävention an Berufs- sowie Mittelschulen: Koordination und Vernetzung, einschliesslich Arbeit mit Behörden, Lehrmeistern und Eltern. Betreibt Lehrer/innenbildung in Suchtprävention, führt Mediodothek und Dokumentationsstelle. Schafft Lehrmittel zur Suchtprävention in der Sekundarstufe II. Hat ein Netz von Kontaktlehrpersonen in den Schulen.

FISP, Fachstelle für interkulturelle Suchtprävention und Gesundheitsförderung

Kehlhofstr. 12, 8003 Zürich
Tel. 043 960 01 60, Fax 043 960 01 61
E-Mail: fisp@bluewin.ch
Internet: www.fisp-zh.ch
Leitung: Mustafa Ideli, Joseph Oggier

Spezialisierte Fachstelle, welche Suchtprävention für die Migrationsbevölkerung im Kanton Zürich betreibt und koordiniert.

Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich, Abteilung Prävention und Gesundheitsförderung

Hirschengraben 84, 8001 Zürich
Tel. 044 634 46 29, Fax 044 634 49 77
E-Mail: praev.gf@ifspm.unizh.ch
Internet: www.gesundheitsfoerderung.zh.ch
Abteilungsleiter: Roland Stähli

Das Institut koordiniert und fördert im Auftrag der Gesundheitsdirektion die Aktivitäten der privaten sowie staatlichen Stellen und Akteure im Bereich der Suchtprävention. Es leistet Beiträge an die Entwicklung der Suchtprävention, ist Ansprechstelle für die Öffentlichkeit und ist antragstellender Träger der gemeinsam mit allen Stellen realisierten Medienkampagne für Suchtprävention.

Pädagogische Hochschule Zürich Fachgruppe Gesundheitsförderung Suchtprävention

Rämistr. 59
8090 Zürich
Tel. 043 305 59 04
E-Mail: barbara.meister@phzh.ch
Stellenleiterin: Barbara Meister

Suchtprävention im Bereich der Volkshochschule. Dies schliesst die Arbeit mit Behörden und Eltern mit ein. Verantwortlich für die Lehrer/innenbildung im Bereich der Suchtprävention. Führt eine Mediodothek und Dokumentationsstelle. Ausarbeitung von Unterrichtshilfen und anderen Projekten für schulische Suchtprävention.

InfoDoc Suchtprävention Radix

Stampfenbachstr. 161
8006 Zürich
Tel. 044 360 41 00
Fax 044 360 41 14
E-Mail: infodoc@radix.ch
Internet: www.infodoc-radix.ch
Stellenleiter: Diego Morosoli

Öffentliche Dokumentationsstelle für alle Belange der Suchtprävention. Dienstleistungsangebot für Ausleihe und Lagerung von Ausstellungsmaterialien für Suchtprävention.

ZüFAM, Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs

Langstr. 229, 8031 Zürich
Tel. 044 271 87 23, Fax 044 271 85 74
E-Mail: info@zuefam.ch
Internet: www.zuefam.ch
Leitung: Cristina Crotti, Erika Haltiner, Laura Jucker, Barbara Steiger

Spezialisierte Fachstelle, die primäre und sekundäre Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs betreibt.

Züri Rauchfrei

Zähringerstr. 32
8001 Zürich
Tel. 044 262 69 66
Fax 044 262 69 67
E-Mail: zurismokefree@swissonline.ch
Internet: www.zurismokefree.ch
Stellenleiter: Christian Schwendemann

Spezialisierte Fachstelle für Tabakprävention. Einzelberatungen (u. a. Auskünfte zu Entwöhnungsmethoden), Beratung von Betrieben. Schaffung von Materialien für Schulen. Expertisen zu Tabakpräventionsprogrammen. Rauchstopp-Programme für Jugendliche.

Im Internet: www.suchtpraevention-zh.ch



PP
8712 Stäfa

laut & leise

Magazin der Stellen für Suchtprävention im Kanton Zürich
Nr. 2, Juni 2006, erscheint dreimal jährlich, Jahresabonnement Fr. 20.-

Was denken Sie, wenn Sie einen Cowboy zusammen mit dem Wort Tabak sehen?

Marken verkaufen sich über starke Bilder, die sich durch die Wiederholung und mit der Zeit in unser (kollektives) Unterbewusstsein einprägen. Oft genügt dann ein angedeutetes Detail, ein kleiner Hinweis und wir wissen genau, was dahintersteckt.

Fotos von Stephan Rappo, Zürich (sterappo@yahoo.com)