

## Pressemitteilung zum Weltnichtrauchertag am 31. Mai

---

### Weltnichtrauchertag 2023: Zukünftig rauchfrei? So gelingt es!

Rauchen stellt das **höchste vermeidbare Gesundheitsrisiko** in Deutschland dar. Deutschlandweit **sterben** jährlich **über 127.000 Menschen** an den Folgen des Tabakkonsums (vgl. Bundesministerium für Gesundheit 2021: <https://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/begriffe-von-a-z/r/rauchen.html> ).

**Zum Weltnichtrauchertag am 31. Mai macht die Thüringer Fachstelle Suchtprävention daher auf Präventions- und Hilfsangebote für ein rauchfreies Leben aufmerksam.** Die Wirksamkeit dieser Angebote kann mit Blick auf die aktuellen Zahlen belegt werden. So ist der Pro-Kopf-Verbrauch an Zigaretten in den letzten Jahren rückläufig. 2022 sank der Verbrauch auf 791 Zigaretten je Einwohner:in, während dieser 2021 noch bei 863 Zigaretten lag.

Die Daten der DEBRA-Studie von Dezember 2022 zeigen jedoch einen **deutlichen Anstieg der rauchenden Jugendlichen** zwischen 14-17 Jahren. Die Zahl erhöhte sich von **8,7%** im Jahr **2021 auf 15,9%** in **2022**. Zudem stellt der Konsum von E-Zigaretten einen weit verbreiteten Trend dar.

**Ein Rauchstopp lohnt sich!** Die inneren Organe werden dann nicht mehr massiv geschädigt und die eingesparten finanziellen Mittel können für gesunde Lebensmittel ausgegeben werden. So, wie auch das Motto des diesjährigen Weltnichtrauchertag anregt: „#NahrungStattTabak“.

Es ist wichtig, tabakbedingte Krankheiten langfristig zu verhindern, Kinder und Jugendliche zu schützen und suchtpreventive Programme umzusetzen. Zu den Angeboten der Suchtprävention für **Kinder und Jugendliche** gehört z. B. das Programm „**Be Smart – don't start!**“, welches von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) entwickelt wurde. **Informationen hierzu und weitere Präventionsprogramme zu Tabak, welche u. a. in Thüringen zur Verfügung stehen, können Sie auf der Homepage der Thüringer Fachstelle Suchtprävention** innerhalb des Projektkatalogs einsehen unter <https://thueringer-suchtpraevention.info/projektkatalog-2/>.

**Angebote und Informationen zum Rauchstopp** für Erwachsene können zudem auch auf der Online-Plattform <https://www.rauchfrei-info.de/> der BZgA und unter <https://www.nutzedei-nechance.de/>, dem Online-Angebot des Beauftragten der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen abgerufen werden.

Die BZgA hat darüber hinaus eine **kostenlose Beratungshotline** zum Rauchstopp eingerichtet: **0 800 8 31 31 31** (montags bis donnerstags von 10 bis 22 Uhr, freitags bis sonntags von 10 bis 18 Uhr).

Diese Angebote unterstützen sowohl erwachsene Raucher:innen als auch Kinder und Jugendliche bei einem rauchfreien Leben. Aber auch die Angebotsseite muss noch intensiver in den Fokus gerückt werden: durch Maßnahmen wie z. B. Werbeverbote, Preiserhöhungen und weitere Verkaufsbeschränkungen von Tabakprodukten. Das würde die Präventionsprogramme für Kinder und Jugendliche sowie die Hilfsangebote zum Rauchstopp effektiv komplettieren.

**Nutzen sie die Möglichkeiten und Hilfestellungen – warum nicht den Weltnichtrauchertag hierfür als Chance ergreifen? Der Rauchverzicht ist eine Herausforderung, die Sie meistern können – im Sinne Ihrer Gesundheit und der Erhöhung Ihrer Lebensqualität!**

Erfurt, 24.05.2023

Thüringer Fachstelle Suchtprävention

---

### Ressourcen und Angebote auf einen Blick

- + Online-Portal zum Rauchstopp der BZgA: <https://www.rauchfrei-info.de/>
- + Informationen zur Beratungshotline der BZgA: <https://www.rauchfrei-info.de/aufhoren/unterstuetzung-beim-rauchstopp/telefonberatung/>
- + Online-Angebot zum Rauchstopp der Drogenbeauftragten der Bundesregierung: <https://www.nutzedeinechance.de/>
- + Daten und Zahlen zum Tabakkonsum in Thüringen: <https://thueringer-suchtpraevention.info/fakten-tabak/> (08.05.2023)
- + Präventionsprogramme Tabak in Thüringen: <https://thueringer-suchtpraevention.info/projekt-katalog-2/> (08.05.2023)
- + Plakat (pdf) AKTIONSBÜNDNIS NICHTRAUCHEN E.V.: [https://www.abnr.de/media/wnrt2023\\_plakat\\_a2\\_web.pdf](https://www.abnr.de/media/wnrt2023_plakat_a2_web.pdf) (08.05.2023)