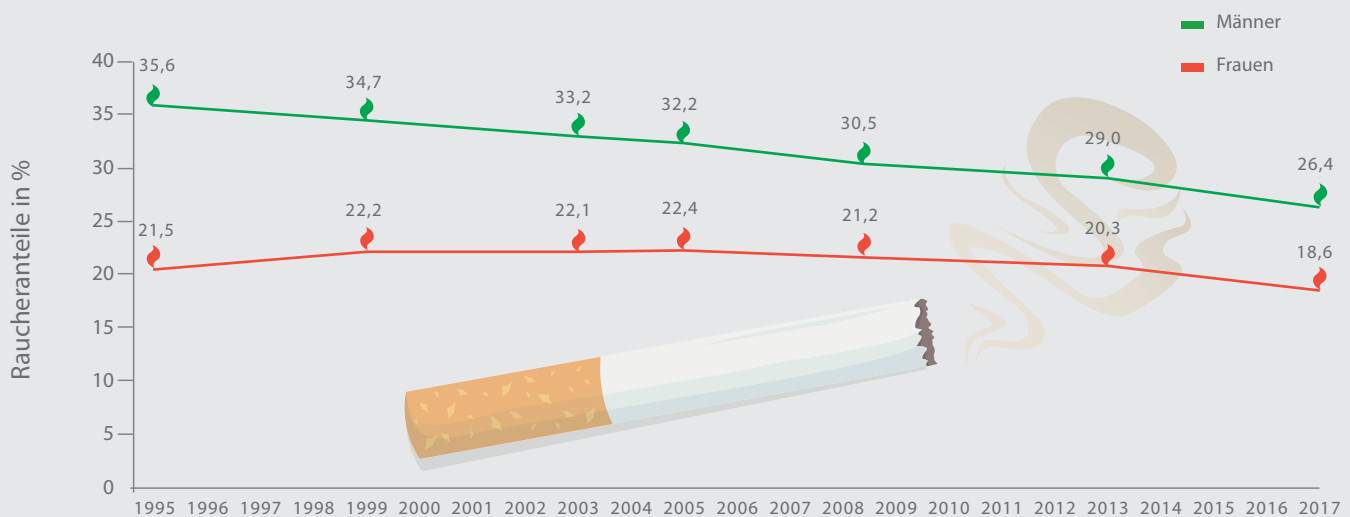


Rauchfrei in das neue Jahr starten: Wagen Sie jetzt den Ausstieg!

„Tabakkonsum in der Bevölkerung weiter leicht rückläufig“ meldete das Statistische Bundesamt im Jahr 2018. Eine positive Entwicklung, die vor allem darauf zurückzuführen ist, dass immer weniger junge Menschen mit dem Rauchen beginnen. Das Rauchverbot an Schulen hatte dabei einen maßgeblichen Anteil. Aber auch die Nichtrauchererschutzgesetze des Bundes und der Länder und die Tabakwerbebeschränkungen zeigen Wirkung.

Außerdem wird in den meisten Betrieben der Nichtrauchererschutz mittlerweile groß geschrieben, und trotzdem ist das Rauchen noch immer Krebsrisikofaktor Nr. 1. Mehr als 19 Prozent aller Krebsfälle in Deutschland sind auf den Konsum von Tabakwaren zurückzuführen und damit vermeidbar. Der Lungenkrebs wird zu 88 Prozent durchs Rauchen verursacht, aber auch Karzinome an den vom Rauch benetzten Körperteilen wie z. B. Lippen, Mund-

Entwicklung der Raucheranteile im Alter von 15 Jahren und älter (Daten: Mikrozensus)



höhle, Luft- und Speiseröhre wären zu mehr als 30 Prozent vermeidbar, wenn nicht geraucht würde.

Inwieweit das Inhalieren von Aerosolen in E-Zigaretten die Gesundheit schädigt, dazu liegen noch keine Daten vor. Und ob diese Produkte hilfreich zum Ausstieg vom Rauchen sind, ist nicht nachgewiesen, noch gibt es nur wenige Dauerkonsumenten, die nur E-Produkte rauchen.

Viele gute Gründe um im neuen Jahr endlich zum Nichtraucher zu werden

Das BGF-Institut unterstützt Ihre Beschäftigten mit Einzelberatungen, Kleingruppencoachings und Nichtrauchertrainings rund um das Thema Nichtrauchererschutz.



Petra Meisel, Dipl. Sozialwirtin und Fachberaterin des AOK-Instituts für Betriebliche Gesundheitsförderung, unterstützt Sie rund um das Thema Nichtrauchererschutz im Unternehmen.

Petra Meisel

Tel. 040 2390873-13 · petra.meisel@bgf-institut.de

Institut für Betriebliche Gesundheitsförderung BGF GmbH

Niederlassung Hamburg · www.bgf-institut.de