

Die Mär vom ungefährlichen Rauchen

Morgen ist Weltnichtrauchertag. Ein guter Tag, um sich wieder einmal die Fakten anzusehen: Rauchen ist und bleibt ungesund. Daran ändern auch vermeintlich harmlose Tabakprodukte wie Wasserpfeifen nichts. Ein schwacher Trost: Wenigstens wird der AHV geholfen.

STEPHAN AGNOLAZZA

VADUZ. Seit die Weltgesundheitsorganisation 1987 den Weltnichtrauchertag einführt, wird er jährlich am 31. Mai durchgeführt. Neben all den politischen Massnahmen, Präventionskampagnen, Plakaten und Spruchbändern auf Zigarettenpackchen soll der Tag vor allem ein Zeichen sein. Ein Tag, um (wieder einmal) auf die Gefahren vor dem Rauchen hinzuweisen. Aber vielleicht auch ein guter Tag, um den eigenen Tabakkonsum zu überdenken.

25 Tote täglich

In der Schweiz raucht jeder dritte Mann und jede vierte Frau. In Liechtenstein sehen die Zahlen leider nur ganz leicht besser aus. Obwohl der Tabakkonsum im Schnitt seit Jahren leicht rückläufig ist, bleiben die Zahlen der durch Tabakkonsum verursachten Todesfälle immer noch hoch. Zu hoch. Die durch das Rauchen verursachten Krankheiten sind sowohl in der Schweiz als auch weltweit der häufigste Grund für selbst verursachte Todesfälle. Dabei sind Gelegen-

heits- und Passivraucher noch nicht mal eingerechnet.

In der Schweiz sterben im Schnitt 25 Menschen täglich, das sind über 9000 Personen jährlich. Trotz dieser alarmierenden Zahlen, trotz Millionenkampagnen zum Nichtrauchererschutz, trotz erweiterten Rauchverbots und massiv verteuerten Zigarettenpackungen: Das Rauchen ist immer noch allgegenwärtig. Dabei gibt es auch eine «positive» Seite, wenn auch eine traurige.

Rauchen hilft der AHV

Jeder Raucher weiss, dass er sich und seinem Körper keinen Gefallen tut. Und trotz der Stigmatisierung des Rauchens gibt es auch, zumindest auf der empirischen Seite, einen positiven Nutzen: Wer ein Päckchen Zigaretten kauft, zahlt darauf über 50 Prozent Steuern. Diese fliessen praktisch vollumfänglich in die AHV und machen heute in der Schweiz bereits sechs Prozent der gesamten Finanzierung der AHV aus. In Liechtenstein ist die Tabaksteuer nicht zweckgebunden und fliesst daher in den allgemeinen Staatshaushalt. Trotz-



Bild: Daniel Ospelt/Archiv

Rauchen, egal ob als Zigarette oder Wasserpfeife, birgt hohe Gefahren für die Gesundheit.

dem: Die Einnahmen aus der Tabaksteuer kommen klar der Allgemeinheit zugute. Zusätzlicher Effekt: Durch die im Schnitt verkürzte Lebensdauer können Raucher auch weniger lang Leistungen aus der AHV beziehen als Nichtraucher. Wie Wirtschaftsprofessor Reiner Eichenberger vor zwei Jahren zu «20 Minuten» sagte, werden die sozialen Kosten des Rauchens in der Schweiz auf gut 11 Milliarden Franken geschätzt. Diese werden von den

Rauchern alleine durch die Tabaksteuer getragen. Eichenberger kommt zum Schluss, dass «auf lange Sicht Raucher für die Gesellschaft rein finanziell rentabler sind». Rauchen hat also auch Vorteile? Mitnichten. Man ist – empirisch gesehen – einzig der Goldesel für die anderen.

Achtung Wasserpfeife

Weg von den nackten Zahlen, hin zur traurigen Wirklichkeit: Der Tabakkonsum beschränkt

sich heute nicht mehr nur auf den Konsum traditioneller Produkte wie Zigaretten, Zigarren und Pfeifen. Gerade bei Jungen sehr beliebt sind Wasserpfeifen oder E-Zigaretten. Der Vorteil: Es lässt sich zwischen verschiedenen Geschmacksrichtungen auswählen und spricht deshalb auch solche an, welche den «normalen» Zigaretten ablehnend gegenüberstehen. Ob Mango, Kirsche, Apfel oder Cola: Die Geschmacksvielfalt bei Was-

serpfeifen und E-Zigaretten ist gross.

Doch wo es einen Vorteil gibt, ist der Nachteil nicht weit. Wasserpfeifen und E-Zigaretten gelten in der allgemeinen Wahrnehmung «gesünder» als herkömmliche Zigaretten. Ein – im schlimmsten Fall – tödlicher Fehlschluss. Das Lungenkrebsrisiko ist fast genau gleich hoch wie bei normalen Zigaretten, das Risiko von Herzkrankheiten ist ebenfalls gleich hoch wie beim «normalen» Raucher. Wie eine Studie der Universität Florida zeigt, birgt der Tabak in Wasserpfeifen genau die gleichen Gefahren wie Zigaretten. Die Wasserpfeife sei zwar gesellschaftlich eher akzeptiert als der Konsum von Zigaretten, eine ungefährliche Alternative ist sie deshalb jedoch nicht.

Auch wenn die Werbung gerne etwas anderes suggeriert: So etwas wie «gesundes» oder «ungefährliches» Rauchen ist und bleibt eine Illusion. Und gefährdet damit Lebensqualität, Gesundheit und Lebensjahre. Morgen, Sonntag, hat man genügend Zeit, um sich über all das einmal Gedanken zu machen.

Tabakprävention Tapfer durchgehalten

SCHAAN. Ende 2014 traten zwei Lernende an das Amt für Soziale Dienste heran und unterbreiteten Plakatvorschläge zu den Themen Alkohol und Tabak. Die Kommission für Suchtfragen beschloss daraufhin, die erfreuliche Initiative der beiden Jugendlichen zu unterstützen und ein Plakat zum Thema Tabak weiterbearbeiten zu lassen. Da bereits im Vorfeld mit der Firma Neuland Schaan zusammengearbeitet wurde, wurden diese angefragt, erneut mit dem Amt für Soziale Dienste und den Jugendlichen zusammenzuarbeiten.

Das Thema Tabak wurde deshalb ausgewählt, da zum Thema Alkohol aus früheren Contests gute Plakate bestehen und das Thema Tabak bei den Jugendlichen in Liechtenstein an Bedeutung zugenommen hat. Im Rah-

men des Suchtpräventionsprogramms «freelance», welches sich mit Alkohol, Tabak, Cannabis, Glücksspiel und Neuen Medien beschäftigt, findet alle drei Jahre ein Plakatgestaltungswettbewerb statt. Das Erstellen dieser Bild-Text-Kombinationen ist ein Mittel zur Lernzielsicherung sowie zur Förderung der Nachhaltigkeit: Die Jugendlichen beschäftigen sich intensiver mit den Themen und entwickeln gleichzeitig auch Botschaften für Gleichaltrige.

Die prämierten Ideen werden in Liechtenstein als Plakate und Karten sowie als flexibel einsetzbare Pull-ups verwendet. Im Jahr 2014 wurde beispielsweise der Vorschlag zum Thema Cannabis unter dem Titel «It's not as colorful as you think» umgesetzt. (pd/jgr)

VADUZ/BERN. 2500 Klassen aus der Schweiz und Liechtenstein haben sich für eine Teilnahme am Tabakpräventionsprojekt «Experiment Nichtrauchen» entschieden. Der Wettbewerb ist offen für alle Klassen des 6. bis 9. Schuljahres. Die am Wettbewerb teilnehmenden Klassen verpflichten sich, während der Wettbewerbsdauer nicht zu rauchen. Jede Art von rauchenden Handlungen oder des Konsums von Tabakwaren (z. B. Wasserpfeife, Schnupftabak, elektronische Zigarette) führt zum Ausschluss aus dem Wettbewerb. Unter allen erfolgreich rauchfreien Klassen wurden insgesamt hundert Reisegutscheine verlost. In verschiedenen Kantonen wie auch in Liechtenstein darüber hinaus Zusatzpreise.

24 erfolgreiche Schulklassen

In Liechtenstein gewann die Klasse 1b der Realschule Balzers einen Hauptpreis in Form eines Reisegutscheins im Wert von 500 Franken. Weitere neun Zusatzpreise wurden von der Gewinnerklasse während der Preisverleihung ausgelost. Im Schuljahr 2014/15 hatten sich in Liechtenstein 32 Schulklassen angemel-

det. Drei Schulklassen gelang der Tabakverzicht nicht, fünf weitere bestätigten am Ende des Wettbewerbs nicht, dass sie während des Schuljahres nicht geraucht haben, weshalb sie nicht an der Verlosung teilnahmen. Somit schlossen 24 Schulklassen den Wettbewerb erfolgreich ab.

Liechtenstein führte im Schuljahr 2007/08 einen Tabakfrei-Wettbewerb für Schulklassen durch und nahm ab dem darauffolgenden Schuljahr 2008/09 beim Schweizerischen Experiment Nichtrauchen teil. Die Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention führt den Wettbewerb zusammen mit dem Amt für Soziale Dienste, den kantonalen Tabak- und Suchtpräventionsstellen sowie den kantonalen Krebs- und Lungenligen durch. Experiment Nichtrauchen wird grösstenteils vom Tabakpräventionsfonds finanziert.

Mit Thema auseinandersetzen

Im Rahmen von Experiment Nichtrauchen setzen sich die Lehrpersonen während des Unterrichts mit ihren Klassen mit dem Thema Tabak auseinander. Materialien hierzu werden von Experiment Nichtrauchen und

einem weiteren Tabakpräventionsprogramm namens «freelance» angeboten. Information hilft Jugendlichen, gar nicht erst mit dem Rauchen zu beginnen. Noch nach Jahren sagen ehemalige Teilnehmer, die als Schüler am Wettbewerb mitgemacht haben, dass bei ihnen in der Schule das Rauchen häufiger behandelt worden sei und ihnen geholfen habe, gar nicht erst mit dem Rauchen zu beginnen. Auch auf die Information der Eltern wird bei Experiment Nichtrauchen grossen Wert gelegt. Jugendliche, die

zwar schon begonnen haben zu rauchen, sich aber für einen Rauchstopp entscheiden, haben die Möglichkeit, eine Rauchstoppberatung in Anspruch zu nehmen. Ferner erhalten die Schüler während des Wettbewerbs dreimal das Magazin OXY.

Der nächste Wettbewerb Experiment Nichtrauchen startet im November 2015. Allen Klassen, die in diesem Schuljahr teilgenommen haben, werden die Anmeldeunterlagen automatisch zugestellt. Ab September sind Anmeldungen online möglich. (pd)

Erfolgreich Gewinner der weiteren Preise ausgelost

Die Klasse 1b der Realschule Balzers durfte an der Preisverleihung die Gewinner der weiteren Preise per Los bestimmen:

50 Franken für Klassenkasse:

- Oberschule Eschen, Klasse 2c
- Oberschule Eschen, Klasse 4b
- Realschule Eschen, Klasse 2a RSE
- Oberschule Vaduz, Klasse 1a
- Realschule Triesen, Klasse 4a
- Weiterführende Schulen Triesen, Klasse 1c OST

100 Franken für Klassenkasse:

- Liechtensteinisches Gymnasium, Vac Klasse 2a
- Liechtensteinisches Gymnasium, Klasse 3a
- Liechtensteinisches Gymnasium, Vac Klasse 4Ws

JEDE Zigarette schadet!

Weitere Informationen unter www.duseschtwia.li

netzwerk

Verein für Gesundheitsförderung
Telefon +423 399 20 82
www.netzwerk.li

Pssst! Schönheitsgeheimnis: Rauchstopp statt Botox!



Bild: Elma Korac

In Liechtenstein gewann die Klasse 1b der Realschule Balzers einen Hauptpreis in Form eines Reisegutscheins im Wert von 500 Franken.