

„Raucher leben sehr eingeschränkt“

Suchtexperten hoffen auf neuen Anlauf zu generellem Rauchverbot.

FRASTANZ Rechtzeitig zum Welt Nichtrauchertag, der morgen, Freitag, begangen wird, erhielt das Suchtzentrum Maria Ebene in Frastanz für sein Bemühen um ein „Rauchfreies Krankenhaus“ nach Silber nun die Zertifizierung in Gold. Gleichzeitig ist die Präventionsarbeit mehr denn je gefordert, denn die Zahl der Raucher steigt in Österreich wieder, warnen Primar Michael Willis und Wolfgang Grabher, Leiter des Clean in Bregenz.

Vor einem Jahr ist das geplante generelle Rauchverbot gekippt worden. Welche Auswirkungen hatte diese Entscheidung?

GRABHER Es ist sehr ärgerlich, dass dieses Gesetz nicht gekommen ist, weil es auf vielen Ebenen einen Vorteil gebracht hätte, besonders für die Jugendlichen, die ausgehen und quasi immer noch Anschauungsunterricht bei den Älteren bekommen. Auch für solche, die mit dem Rauchen aufgehört haben, ist die Rückfallgefahr deutlich höher, wenn um sie herum geraucht wird.

Eine Partei hat angekündigt, nochmals einen Vorstoß zu unternehmen. Was halten Sie davon?

GRABHER Ich denke, ein generelles Rauchverbot wäre auf jeden Fall immer noch sinnvoll.

WILLIS Österreich ist eines der letzten Länder in Europa, das noch kein generelles Rauchverbot in der Gastronomie hat. Es wäre ein großer Unfug, das noch länger hinauszuzögern.

Nun gibt es inzwischen viele Alternativen zur herkömmlichen Zigarette. Viel gesünder sind die ja auch nicht, oder?

GRABHER Die E-Zigaretten oder E-Shisas sind ebenso wenig zu empfehlen wie Zigaretten. Es sind auch da Wirkstoffe enthalten, die beispielsweise Atemwegsreizungen und Krebs verursachen können. Es handelt sich um keine Alternative zum Rauchstopp. Oft passiert nur eine Suchtverlagerung, man hört mit den Zigaretten auf und nutzt E-Zigaretten oder Kautabak, bleibt aber am Nikotin hängen.

WILLIS Die negativen Auswirkungen des Rauchens sind zahlreich: Herz-Kreislauf-Erkrankungen mit



„Es wäre ein großer Unfug, ein generelles Rauchverbot noch länger hinauszuzögern.“

Michael Willis
Primar Maria Ebene

erhöhtem Schlaganfall- und Herzinfarktrisiko, Lungenerkrankungen und der Schaden, der Passivrauchern zugeführt wird, sind nur ein paar Beispiele.

Worin liegt das Suchtpotenzial von Nikotin?

WILLIS Nikotin flutet sehr schnell an. Da es in die Lunge inhaliert

wird, gelangt Nikotin innerhalb von Sekunden auch ins Gehirn, zudem wird das Belohnungssystem aktiviert. Menschen, die rauchen, haben ein gutes Gefühl, und dieses möchten sie immer wieder abrufen.

Was kann außer der Vorbildwirkung dem Rauchen entgegengesetzt werden?

WILLIS Die Vorbildwirkung ist das Wichtigste überhaupt, seien es die Eltern oder die Lehrer. Auch vorhandene Gesetze müssen eingehalten und exekutiert werden.

GRABHER Ganz wichtig ist auch die Suchtprävention. Da gibt es inzwischen sehr gute Programme.

Maria Ebene bietet ambulante und stationäre Raucherentwöhnung an. Wie erfolgreich sind die Maßnahmen?

WILLIS Die Erfolgsquote lässt sich sehr gut am Zuspruch in der Ambulanz messen. Jeder dritte Patient kommt wegen einer Raucherentwöhnung, das sind über 300 Personen pro Jahr. Die Erfolgsquote bei den ambulanten Therapien liegt bei über 30 Prozent. Bei der stationären Raucherentwöhnung beträgt die Quote zwischen 40 und 50 Prozent. Mittlerweile hören auch immer mehr Patienten, die wegen



„Der Zahl an Rauchern stehen zu wenig Tabakkontrollmaßnahmen gegenüber.“

Wolfgang Grabher
Leiter Beratungsstelle Clean

ihrer Alkoholkrankheit bei uns sind, freiwillig mit dem Rauchen auf. Das ist deshalb erfreulich, weil man sich viele zusätzliche Medikamente dadurch spart.

Was macht das Aufhören schwierig?

WILLIS Der Entzug ist relativ leicht zu handhaben, schwierig wird es bei der Rückfallprophylaxe. Da-

bei handelt es sich primär um ein psychologisches Problem. Es geht darum, mit Außenreizen und Ritualen, die sich über Jahre verfestigt haben, entsprechend umzugehen. Man kann aber auch sagen, dass die sogenannten Hardliner unter den Rauchern deutlich weniger werden.

Wie viele gesunde Lebensjahre lassen sich durch Nichtrauchen noch lukrieren?

WILLIS Was in erster Linie zählt, ist das Hier und Jetzt und nicht das, was in zwanzig Jahren passiert. Wenn ich heute mit dem Rauchen aufhöre, führe ich ein Leben, in dem ich nicht jeden Tag 20 Zigaretten nachlaufen oder eine Möglichkeit suchen muss, wo ich rauchen kann. Das Leben eines Rauchers ist sehr eingeschränkt.

Wie wichtig ist der Welt Nichtrauchertag immer noch?

WILLIS Er wird wahrscheinlich von Jahr zu Jahr wichtiger werden, weil er für jeden Raucher ein Ansporn sein kann, sich zu überlegen, ob das Rauchen wirklich sein muss.

GRABHER Außerdem geht es darum, auf die Angebote der Raucherentwöhnung hinzuweisen, etwa das Rauchfreitelefon, dessen Nummer auf den Zigarettenpackungen unterhalb der Schockbilder steht, die aber kaum noch gelesen wird. Leider steigt auch die Zahl der Raucher in Österreich wieder, dem gegenüber stehen zu wenig Tabakkontrollmaßnahmen. Wie abgeschlagen Österreich dasteht, zeigt der Tobacco Control Scale, eine internationale Studie, in der die Maßnahmen, die in 35 europäischen Ländern staatlicherseits zur Tabakkontrolle getroffen wurden, bewertet werden. Zu den Kriterien zählen steuerpolitische Maßnahmen, Rauchverbote, Information und Aufklärung zum Thema Rauchen und anderes. Österreich landete hier auf dem letzten Platz.

Warum schockieren die Schockbilder nicht mehr?

GRABHER Weil die Verdrängung immer noch gut funktioniert.



Je weniger Möglichkeiten es zum Rauchen gibt, umso geringer der Anreiz, schlussfolgern Fachleute.