

# Die fünfzehn Mitgliedsorganisationen des ABNR



Deutsche Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin e.V.



**DGK.**  
Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung e.V.



Bundesvereinigung Prävention und Gesundheitsförderung e.V.



Deutsche Akademie für Kinder- und Jugendmedizin e.V.

Dachverband der kinder- und jugendmedizinischen Gesellschaften



Deutsche Gesellschaft für Arbeitsmedizin und Umweltmedizin e.V.



**Deutsche Krebshilfe**  
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.



DEUTSCHE LUNGENSTIFTUNG E.V.



BUNDESZAHNÄRZTEKAMMER



Deutsche Gesellschaft für Sozialmedizin und Prävention

# Das ABNR: Konsequente Tabakprävention

**Aktionsbündnis Nichtraucher e.V. (ABNR) |  
Geschäftsstelle Bonn**

c/o Deutsche Krebshilfe

Buschstraße 32 | 53113 Bonn

Telefon 0228 – 7 29 90-610

E-Mail jesinghaus@abnr.de

**Aktionsbündnis Nichtraucher e.V. (ABNR) |  
Büro Berlin**

Schumannstraße 3 | 10117 Berlin

Telefon 030 – 23 45 70 15

Fax 030 – 25 76 20 91

E-Mail kracke@abnr.de

Gefördert durch Deutsche Krebshilfe  
und Deutsche Herzstiftung



© 2019 Aktionsbündnis Nichtraucher e.V. (ABNR)  
V.i.S.d.P.: Dr. med. Martina Pötschke-Langer

www.abnr.de

Art.-Nr. 563 0019

# Weltnichtrauchertag 31. Mai 2019

**DU KANNST DAS RISIKO  
IGNORIEREN.  
DEINE LUNGE NICHT.**



**SAG NEIN ZUM RAUCHEN UND DAMPFEN!**  
Am 31.05. ist Weltnichtrauchertag. Mehr Infos auf [weltnichtrauchertag.de](http://weltnichtrauchertag.de)



**AKTIONSBÜNDNIS NICHTRAUCHEN E.V.**

## Du kannst das Risiko ignorieren. Deine Lunge nicht.

Tabakkonsum hat vielfältige gesundheitliche Auswirkungen – hierzu gehören vor allem Krebserkrankungen, Erkrankungen der Atemwege und der Lunge sowie des Herz-Kreislaufsystems.

Das Motto des diesjährigen Weltnichtrauchertages richtet den Blick auf die Auswirkungen des Rauchens auf Atemwege und Lunge. Zu möglichen Erkrankungen infolge des Rauchens gehören vor allem akute und chronische Erkrankungen der Atemwege, besonders die chronisch obstruktive Lungenerkrankung (chronisch obstruktive Bronchitis und Lungenemphysem, COPD) sowie Lungenkrebs. COPD und Lungenkrebs sind in Deutschland alleine für etwa 46 Prozent aller durch das Rauchen verursachten Todesfälle verantwortlich.

- Das Rauchen führt zu einer Verschlechterung der Lungenfunktion. Insbesondere der Tabakkonsum in der Jugend reduziert das normale Lungenwachstum. Rauchen beschleunigt die altersbedingte natürliche Abnahme der Lungenfunktion – umso mehr, je länger und je stärker geraucht wird. Die gute Nachricht: Nach einem Rauchstopp kann sich die Lunge wieder erholen und die Lungenfunktion verbessert sich bereits innerhalb weniger Wochen.
- Rauchen verursacht eine bronchiale Überempfindlichkeit (gesteigerte Reizbarkeit der Bronchien) und führt damit zur Bronchitis mit »Raucherhusten«. Rauchen ist der Hauptrisikofaktor für die COPD. Neun von zehn COPD-Erkrankungen sind auf Tabakkonsum zurückzuführen.
- Rauchen ist zudem der Hauptrisikofaktor für Lungenkrebs, in Deutschland die führende Krebstodesursache. Rund 85 Prozent der Lungenkrebsfälle (89 Prozent bei Männern und 83 Prozent bei Frauen) sind durch das Rauchen bedingt.
- Auch Passivrauchen erhöht das Risiko für rauchbedingte Erkrankungen der Atemwege und der Lunge.
- Erste Studien deuten darauf hin, dass E-Zigaretten und Tabakerhitzer ebenfalls die Atemwege schädigen könnten.

## Sag nein zum Rauchen und Dampfen.

E-Zigaretten und Tabakerhitzer werden derzeit als weniger schädliche Alternative zu herkömmlichen Tabakprodukten beworben. Auch wenn diese Produkte im Vergleich zu Tabakrauch erheblich weniger Schadstoffe enthalten, bedeuten sie für ihre Konsumenten eindeutig eine Gesundheitsgefährdung. Die gesundheitlichen Risiken – insbesondere bei langfristigem Gebrauch – sind aktuell nicht abschätzbar. Insbesondere Menschen mit Vorerkrankungen (vor allem an der Lunge) gehen vor diesem Hintergrund ein – derzeit unbekanntes – Gesundheitsrisiko ein. Zudem kann der Konsum von E-Zigaretten und Tabakerhitzen in eine Nikotinabhängigkeit führen oder eine bereits bestehende Abhängigkeit aufrechterhalten. Nichtraucherinnen und Nichtraucherern wird daher vom Konsum abgeraten. Insbesondere bei Jugendlichen, für die die Aromenvielfalt ein wichtiges Motiv für den Konsum ist, können mögliche gesundheitliche Gefahren gravierender sein, da sich Atemwege und Lunge noch entwickeln.

### Die Forderungen des ABNR zum Weltnichtrauchertag 2019

Das ABNR fordert daher, dass Deutschland endlich wirksame regulatorische Maßnahmen ergreift, um die Bevölkerung vor den Gefahren des Rauchens und Dampfens zu schützen und das Nichtrauchen zu fördern. Hierzu gehören vor allem:

- ein lückenloser Nichtraucherschutz, einschließlich eines Konsumverbots von E-Zigaretten in Nichtraucherbereichen
- ein Konsumverbot in Autos, wenn Kinder oder Schwangere mitfahren – für Tabakprodukte und E-Zigaretten
- ein Verbot der Außenwerbung für Tabakprodukte und E-Zigaretten
- deutliche und spürbare Steuererhöhungen für Tabakprodukte, höhere Besteuerung von Tabakerhitzen, Einführung einer Besteuerung von E-Zigaretten

## Werden Sie aktiv.

Sie können selbst dazu beitragen, auf die Gefahren des Rauchens aufmerksam zu machen. Es gibt viele Möglichkeiten, sich zum Weltnichtrauchertag und darüber hinaus zu engagieren:

- Schützen Sie Ihre Kinder, indem Sie in Ihrem häuslichen Umfeld sowie im Auto für eine rauchfreie Umgebung sorgen.
- Ob als Schüler/innen, Lehrer/innen oder Eltern: Schlagen Sie in Ihrer Schule Projekte und Projektstage vor, um die Schädlichkeit sowie die Kosten des Rauchens für das Individuum und die Allgemeinheit deutlich zu machen.
- Bieten Sie in Ihrer Firma, Ihrem Unternehmen, Ihrer Behörde etc. Informationsstände und -veranstaltungen zur Tabakprävention an und regen Sie Gesundheitstage und Rauchentwöhnungskurse an.
- Treten Sie an Ihrer Arbeitsstätte für einen strikten Nichtraucherschutz ein, der auch den Schutz vor Emissionen von E-Zigaretten und Tabakerhitzen einschließt.
- Motivieren Sie Ihre Landtags- und Bundestagsabgeordneten, sich für eine konsequente Tabakprävention in Deutschland einzusetzen: durch einen lückenlosen Nichtraucherschutz, ein konsequentes Verbot der Außenwerbung für Tabakprodukte und E-Zigaretten sowie eine deutliche Erhöhung von Tabaksteuern und Einführung einer Steuer auf E-Zigaretten.
- Werben Sie über soziale Netzwerke für die Vorzüge eines rauchfreien Lebens und machen Sie auch auf die Schädlichkeit von Tabakprodukten und E-Zigaretten aufmerksam.

Kostenlose Informationsmaterialien finden Sie unter:

[www.weltnichtrauchertag.de](http://www.weltnichtrauchertag.de)