

Maßnahmen gegen das Rauchen: Was wirklich hilft

Wohler Preise, strikte Verbote und Schutz der Jugend: Zuletzt aktualisiert: **09.01.2015 um 06:01 Uhr**
Wohler Preise, strikte Verbote und Schutz der Jugend: Internationale Erfahrungen zeigen, was in der Tabakprävention wirklich hilft. Und: So funktioniert das Aufhören.



Schluss mit Rauch: Diese Maßnahmen sind effektiv Foto © ra3rn - Fotolia

Es geht nicht um Einzelmaßnahmen, sondern um ein gebündeltes Vorgehen, um einen Rückgang des Rauchens zu bewirken: Das ist nicht nur die Botschaft von Suchtexperten, das unterstreicht auch die Weltgesundheitsorganisation (WHO). Dazu zählen strikte Werbe- und Rauchverbote ebenso wie rauchfreie Arbeitsplätze und ein verstärkter Jugendschutz.

Doch um das Nichtrauchen zu forcieren, müsse die ganze Gesellschaft mit eingebunden werden: "Erwachsene sind Vorbilder für Kinder und Jugendliche", sagt Claudia Kahr von Vivid, der Fachstelle für Suchtprävention. "Wird insgesamt in der Bevölkerung weniger geraucht, fangen auch weniger damit an."

Und dafür ist es in Österreich höchste Zeit: Laut Statistik Austria sind Erkrankungen, die mit dem Rauchen zusammenhängen, in Österreich Todesursache Nummer eins: Im Jahr 2013 gingen 43 Prozent

der Todesfälle auf Herz-Kreislaufkrankungen zurück und 25 Prozent auf Krebs. Besonders Herzinfarkt im jungen und mittleren Lebensalter hängt häufig mit dem Rauchen zusammen: 76 Prozent derer, die bis zum 55. Lebensjahr einen Herzinfarkt erleiden, sind Rauchende.

Hier finden Sie Hilfe

Rauchertelefon: Unter der Nummer 0 810 810 013 bieten Psychologen von Montag bis Freitag, 10 bis 18 Uhr telefonische Beratung beim Rauchstopp.

Ambulante Entwöhnung: Die Gebietskrankenkassen bieten die Seminare "Rauchfrei in 6 Wochen" an. Info: www.endlich-aufatmen.at [Link <http://www.endlich-aufatmen.at>]

Mehr aus dem Web

Liebeskummer: Darüber sprechen hilft!

(www.gesund.at)

Frauen: Herzinfarkt durch Lebensstil vermeidbar

(www.gesund.at)

Schwanger: So sagen Sie es den Kindern

(typischich.at)

Body in Bestform: Der 5-Wochen-Plan

(typischich.at)

Der erste Zahnarztbesuch

(www.gesund.at)



3.000 Euro pro Woche?

"Deutscher Banker packt aus und veröffentlicht Trick, wie er 6.000 - 19.000 im Monat verdient...!" [mehr](#)



Gratis: Excel Vorlagen

Excel-Vorlagen zum Sofort-Download! Geeignet für Excel 2003-2013. [mehr](#)

powered by [plista](#)

Porsche sucht dich!

Bewirb dich jetzt bei Porsche und beginne 2015 deine Traumlehre!
Mehr Informationen »

Stromanbieter wechseln

Jetzt 5 Minuten vergleichen, Stromanbieter wechseln & bis zu € 290,- sparen!
Mehr Informationen »

DriveNow Carsharing Wien

Jetzt für nur 19€ statt 29€ anmelden + 30 Minuten geschenkt. >> Hier anmelden!
Mehr Informationen »

- AGB

- [Impressum & Kontakt](#)
- [Über uns](#)
- [Aboangebote](#)
- [Tarif & Mediendaten](#)

[Zur mobilen Version](#)

Angebote der Styria Media Group:

- [Börse Express](#)
- [Die Presse](#)
- [ichkoche.at](#)
- [Kleine Zeitung](#)
- [sport10.at](#)
- [typischich.at](#)
- [willhaben](#)
- [WIENER](#)
- [WirtschaftsBlatt](#)

- [wogibtswas.at](#)