Zeitschrift: SuchtMagazin
Herausgeber: Infodrog
Band: 27 (2001)
Heft: 2

Artikel: Tabakprävention im dritten Jahrtausend
Autor: Steinmann, Karin
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-799970

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Tabakprävention im dritten Jahrtausend

Nicht zuletzt auf Grund der Tabakwerbung gesteht man rauchenden Frauen einen Hauch Erotik, Schritte in Richtung Emanzipation und eine Portion Verruchtheit zu. Wenn Rauchen gesellschaftlich zum Ausdruck eines bestimmten Lebensstils erhoben wird, kann sich die moderne Prävention nicht auf Informationsvermittlung beschränken, sondern muss ihrerseits versuchen, Lifestyle-Aspekte für ihre Anliegen zu nutzen.

KARIN STEINMANN*

Seit 1995 ist der langjährige Rückgang der Zahl der Rauchenden unter der Schweizer Bevölkerung gestoppt. Der Grund für diesen Trendwechsel ist die Zunahme des Tabakkonsums bei den Jugendlichen. Am meisten zugenommen hat das Rauchen bei den jungen Frauen: rauchten 1992 noch 18.3 Prozent der 15- bis 19-jährigen, so sind es heute 38.5 Prozent (vgl. Tab. 1). Auch bei den Männern sieht es nicht besser aus: 1992 rauchten 28.7 Prozent der 15- bis-19 jährigen, heute sind es 41.6 Prozent.[1]

TAB. 1: ENTWICKLUNG DES TABAKKONSUMS VON FRAUEN UND MÄDCHEN

	92/93		2000	
	R	NR	R	NR
Frauen allgemein	24.1	75.9	27.8	72.2
Frauen 15 bis 19	18.3	81.7	38.5	61.5
Männer allgemein	36.5	63.5	39.1	60.9
Männer 15 bis 19	28.7	71.3	41.6	58.4

Quelle: Berner Gesundheitsbericht, Dezember 2000

Bewusstseinsänderung aber keine Verhaltensänderung

Nahezu alle RaucherInnen wissen um die Gefährlichkeit des Tabakkonsums mehr oder weniger genau Bescheid. 77 Prozent der Jugendlichen berichten, Tabakprävention sei Gegenstand des Unterrichts gewesen[2]. Durch die vielen Aufklärungskampagnen und gesundheitspolitischen Massnahmen der letzten Jahrzehnte ist dieses Wissen zum Allgemeingut geworden.

Die Gefährlichkeit des Rauchens ist jedoch meist nicht rechtzeitig spürbar und kann nur durch Informationsaufnahme, also kognitiv erfasst werden. Nicht vergessen werden darf dabei der subjektive Nutzen, den die Jugendlichen – und nicht nur sie – dem Rauchen zuschreiben (siehe Kasten).

Die stille Selbstschädigung und die Tatsache, dass das Ausmass des individuellen Risikos nur als verallgemeinerter Wahrscheinlichkeitswert begreifbar ist, machen das Rauchen so gefährlich. Sie beeinträchtigen die Motivation zur rechtzeitigen Abstinenz und der Zeitpunkt des Rauchstopps wird immer wieder auf «bald» verschoben. Die Aufklärungsarbeit der letzten Jahre hat sich somit eher in einer Bewusstseinsänderung niedergeschlagen, als in einem Rückgang des Rauchens.

RAUCHEN IST «IN»: AUSSAGEN VON JUGENDLICHEN

- «Ich hätte stundenlange Sitzungen nie so konzentriert und mühelos durchhalten können ohne Zigaretten. Besonders wenn die Sitzungen unangenehm waren – und das sind die meisten – erwies sich die Zigarette als sanfter Tröster, ein wortlos beruhigender Freund, ein Schutzgeist der angespannten Nerven»
- «Das Anstecken einer Zigarette bringt mir ein Teil meiner Identität und Ruhe zurück.»
- «Rauchen ist Wohlbefinden. Rauchen ist ein gutes Buch und ein bequemer Sessel. Rauchen ist ein leiser Flirt. Rauchen ist ein hitziger Streit. Rauchen ist Freizeit, Rauchen ist das, was du tust, wenn du aufhörst, das zu tun, was du musst, und damit anfängst, das zu tun, was du willst. Der Lebensfunke.»
- «Es ist eine ganz andere Aussage für mich, wenn jemand einfach nur so rumsteht, als wenn jemand eine Zigarette in der Hand hat. Rauchende Menschen sind für mich irgendwie cooler»
- «Wenn ich in Gruppen reingehe, wo vielleicht einige rauchen, und ich neu dazukomme... Ah, meine Zigarette! Das ist erst mal so ein Beschäftigungsteil. Ich fühle mich dann sicherer.»

* Karin Steinmann, Dr. pharm., Fachmitarbeiterin des Fachbereichs Tabak der Berner Gesundheit, Eigerstrasse 80, 3007 Bern, Tel. 031 370 70 84, Fax 031 370 70 61, E-Mail: karin.steinmann@beges.ch
Der Text basiert auf dem Referat «‹Sie rauchen wie ein Mann, Madame!› – Tabakprävention im dritten Jahrtausend», welches die Autorin anlässlich der 3. Nationalen Fachmesse für Suchtprävention in Biel (14.-16. März 2001) hielt. Die redaktionelle Bearbeitung machte Martin Hafen.

Rauchen oder Nichtrauchen – das ist die Frage

Immer mehr Jugendliche sehen die Zukunft mehrheitlich pessimistisch. Die Lösung ist: möglichst viel Spass haben. Wir leben heute in einer absoluten Fun-Gesellschaft. Die Freiheit zum Genuss wiegt schwerer als alle erst in der Zukunft feststellbaren möglichen Schäden. Gut ist, was Spass macht und zwar hier und jetzt. Rauchen erweist sich da – wie viele andere Problemverhalten auch – als Reaktion auf schwierige Lebensbedingungen.

Wenn der Entscheidung zwischen weiterrauchen und aufhören allein die freie Entscheidung des einzelnen Menschen zu Grunde liegen würde, könnten alle wohl informierten RaucherInnen rational abwägen zwischen dem persönlichen Gewinn, den sie aus dem Rauchen ziehen, und den Nachteilen und Gefahren, die sie dabei in Kauf nehmen.

Tabakkonsum hat jedoch noch einen Aspekt, der diese scheinbar rationale Wahl aus dem Gleichgewicht wirft: Rauchen macht abhängig. Die dafür hauptsächlich verantwortliche Substanz ist das Nikotin. Es gibt jedoch keine allgemein gültige Regel, ab welcher Tabakkonsummenge pro Tag von einer Nikotinabhängigkeit gesprochen werden kann. In Zahlen ausgedrückt, gilt als ungefähre Faustregel ein längerfristiger Tabakkonsum von 5 bis 9 Zigaretten täglich[3].

Sucht bezieht sich jedoch nicht nur auf die Substanz Nikotin, sondern auch auf Verhaltensweisen. Rauchende gelten als umso süchtiger, je weniger sie in der Lage sind, das Rauchen zu kontrollieren. Sie decken in diesem Sinn das ganze Spektrum von nicht abhängig, über leicht abhängig bis schwer abhängig ab.

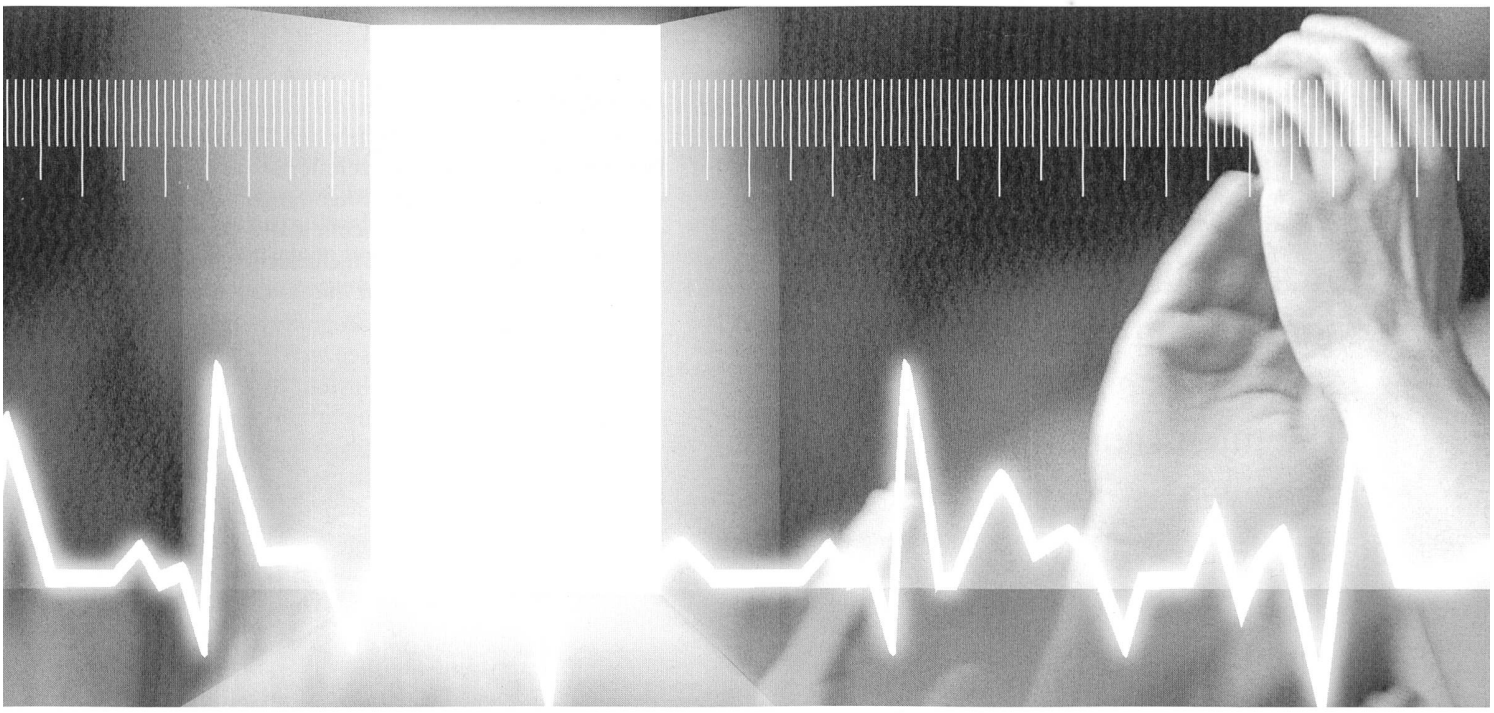
Für einzelne Funktionen, welche die Zigarette erfüllen kann, liessen sich Äquivalente finden. Nikotinabhängigkeit kann man zum Beispiel mit Nikotinpflastern behandeln und die Verhaltensweise des «Hand zum Mund» Rituals lässt sich mit Lollipops ersetzen. Doch eine wirklich adäquate Alternative für das eigentümliche und breite Wirkungsspektrum des Rauchens ist nicht vorstellbar. Welches andere Produkt hat schon alle diese durch die Jugendlichen erwähnten «Vorteile»? (siehe Kasten)

«Rauchen gehört sich nicht für eine Frau»

Die eingangs beschriebene Zunahme der Rauchenden unter den Mädchen und jungen Frauen legt nahe, die Geschichte des weiblichen Rauchens genauer anzuschauen; an dieser Geschichte lässt nämlich exemplarisch darlegen, welche Rolle das Image des Rauchens auf den Tabakgebrauch hat – ein Thema, welches uns in der Folge dieser Ausführungen beschäftigen wird.

«Rauchen war jahrhundertlang Männersache.»

«Das Rauchen war historisch in Europa ein Herren-Zeichen; der Zugang zu diesen Genüssen war Frauen und Jüngeren versperrt.»



«Tabak- und Kaffeekonsum waren bis in das späte 19. Jahrhundert uneingeschränktes Privileg der Männer.»

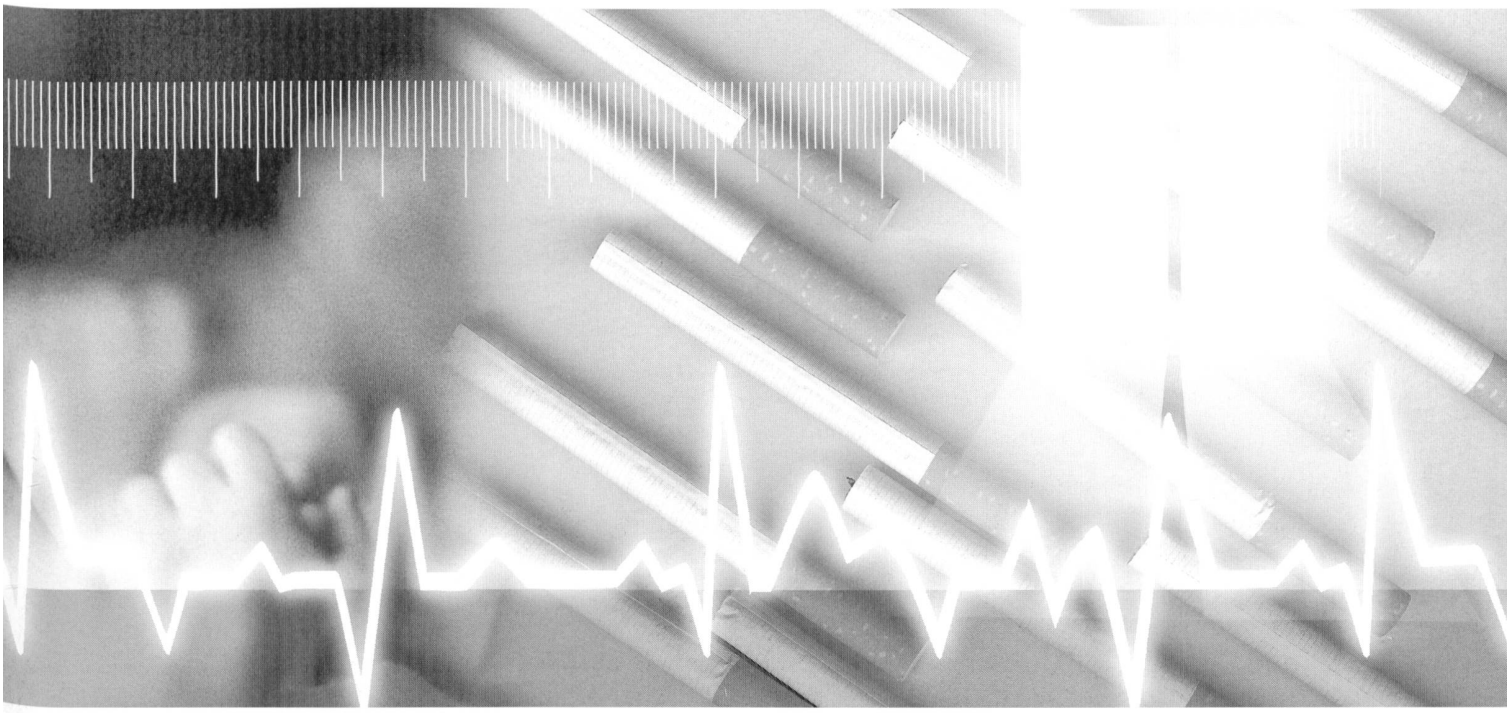
Dies sind einige Zitate aus der einschlägigen Literatur[4]. Sie belegen, dass der Tabakkonsum ein männliches Attribut war und auch als solches kultiviert wurde. Die Gesellschaft betrachtete Tabakkonsum von Frauen lange Zeit als höchst ungehörig, und Raucherinnen wurde mit grosser Missbilligung und mit Spott begegnet.

Auf der verhängnisvollen Überfahrt der Titanic 1912 wurde im Raucherzimmer eines Abends diskutiert, ob sich Rauchen für Frauen gehört oder nicht. An der Diskussion beteiligt waren selbstverständlich nur Männer, und diese wussten ganz genau, was sie wollten. Die rauchende Frau wurde als existenzielle Bedrohung empfunden. «Emanzipierte» Frauen erschienen durchwegs als lächerlich oder

gefährlich: Sie vernachlässigten ihre Pflichten und imitierten männliche Verhaltensweisen und Tätigkeiten, ohne etwas davon zu verstehen[5].

Der Imagewechsel des Rauchens

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts breitete sich in der bürgerlichen Oberschicht und in KünstlerInnenkreisen eine neue Mode aus: Die Damen der gehobenen Gesellschaft – und nicht etwa die Frauenrechtlerinnen – experimentierten als erstes in grösserem Umfang mit dem Zigarettenrauchen.
«Zuerst und zuvorderst gehörte die Zigarette in die Lebewelt der Literaten, Künstler und Schauspieler. Sie gehört zum Sekt, zu Hasardspiel und Liebe, zum Leichtsinn, zur Sünde, zur Poesie des Geniessens...»[6]
Die Zigarette erhielt in diesen weltläufigen Kreisen ein neues Image: Leichtigkeit und elegante Lebenskunst, verbunden mit einem Hauch Verruchtheit. Die Zigarette galt als Aufforderungssignal und Accessoire zum Flirt. Rauchende Frauen wurden nun zunehmend als reizvoll und verführerisch dargestellt, die Zigarette in ihrer Hand symbolisierte für den Mann Ermunterung und erotische Verheissung.
Auf die bekannt gewordenen Gesundheitsrisiken des Rauchens reagierte die Tabakindustrie mit Filtern und teerarmen Zigaretten; zudem appellierte sie an den emanzipatorischen Symbolgehalt der Zigarette, indem sie zum Beispiel den Slogan der Frauenbewegung «You've come a long way, baby» missbrauchten.
Die Frauen ihrerseits reagierten auf die «schlanken» und «leichten» Zigaretten, und die damit verbundenen Utensilien wie Etuis, Zigarettenspitzen, Feuerzeugen wurden zu Statussymbolen und Medien der Selbstinszenierung.



Die rauchende Frau heute

«Die Hornbrillenträgerin und Kettenraucherin Marguerite Duras ist tot.» (Schlagzeile)
«Isabelle Adjani fällt pittoresk in Ohnmacht. Sharon Stone raucht, plant, entscheidet. Es ist ihr Film.» (Kommentar zu einer Neuverfilmung)
«Mit Margarethe besitzt das kleine Land die wahrscheinlich sympathischste Königin der Welt, die dafür bekannt ist, dass sie den ganzen Tag mit einer Kippe im Mundwinkel herumläuft und für eine Zigarette auf ein Staatsbankett mit allen aufgetragenen Leckereien gerne verzichtet.» (zum 25. Thronjubiläum der dänischen Königin)
Diese Beispiele machen deutlich, dass das emanzipatorische Image der rauchenden Frau seine Gültigkeit nicht verloren hat. Das Attribut des Rauchens, des starken Rauchens, beziehungsweise des Kettenrauchens, dient als ein Merkmal dafür, dass sich diese Frauen in auffälliger Weise in Charakter und Verhalten über die vorherrschenden Rollenerwartungen hinwegsetzen. Eigenwillig, unkonventionell, stark, mutig, handfest, zupackend, lebensklug und gewitzt, politisch aktiv, nüchtern, aufrichtig, souverän, unabhängig, leidenschaftlich, geniesserisch – dies ist das Bild, dass die Gesellschaft von einer modernen Frau hat. Dieser Zusammenhang wird auch durch folgenden Zahlen von 20- bis 45-jährigen Frauen verdeutlicht, die mehr als 11 Zigaretten pro Tag rauchen[7]:

- ledig, berufstätig: 36 Prozent
- verheiratet, berufstätig: 29 Prozent
- verheiratet, berufstätig und Mutter: 24 Prozent
- verheiratet, Hausfrau und Mutter: 20 Prozent

Rauchen verbindet sich offenbar vor allem mit dem Bild der erwerbstätigen, emanzipierten Frau; «nur» Hausfrauen und Mütter rauchen hingegen weniger.
Diesen notwendigerweise kurz gehaltenen Ausführungen zum weiblichen Tabakkonsum sollen nun einige Abschnitte folgen, welche sich mit der praktischen Tabakprävention auseinandersetzen. Zuerst wird es um ein paar grundsätzliche Gedanken zur Prävention gehen; als nächstes sollen ei-

nige Ansatzpunkte für Tabakprävention aufgeführt werden, und als Drittes geht es darum, die gängigsten Methoden der zeitgenössischen Tabakprävention zu beschreiben. Diese Ausführungen haben zum Ziel, den Schlussteil des Artikels vorzubereiten, in welchem gezeigt werden soll, welche andern, zeitgemässen Wege die Prävention noch einschlagen könnte.

Grundsätzliche Überlegungen zur Tabakprävention

Die Tabakprävention ist geprägt durch die mangelhaften gesetzlichen Grundlagen – etwa in Bezug auf die Zugänglichkeit und den Preis von Zigaretten oder hinsichtlich der Werbung, die immer raffinierter und listiger wird. In der Schule wird Tabakprävention oft nicht präventiv eingesetzt, sondern erst reaktiv, also wenn das Rauchen als Problem wahrgenommen worden ist. Die Tabakprävention wurde in den letzten Jahren ganz genau unter die Lupe genommen. Man glaubt unterdessen zu wissen, was wirkt und was nicht, und es liegt eine Vielzahl von – allerdings mehrheitlich ausländischen – Studien vor, die zeigen, welche Ansätze der Tabakerziehung am ehesten Erfolg versprechen. Dabei ist zu bemerken, dass diese Erfolge in ihrem Ausmass nicht gerade überwältigend sind. Generell ist der Wirksamkeitsgrad dieser Programme nicht hoch, das heisst, es dürfen keine Wunder erwartet werden.

Einige Beispiele, wo Prävention ansetzen kann

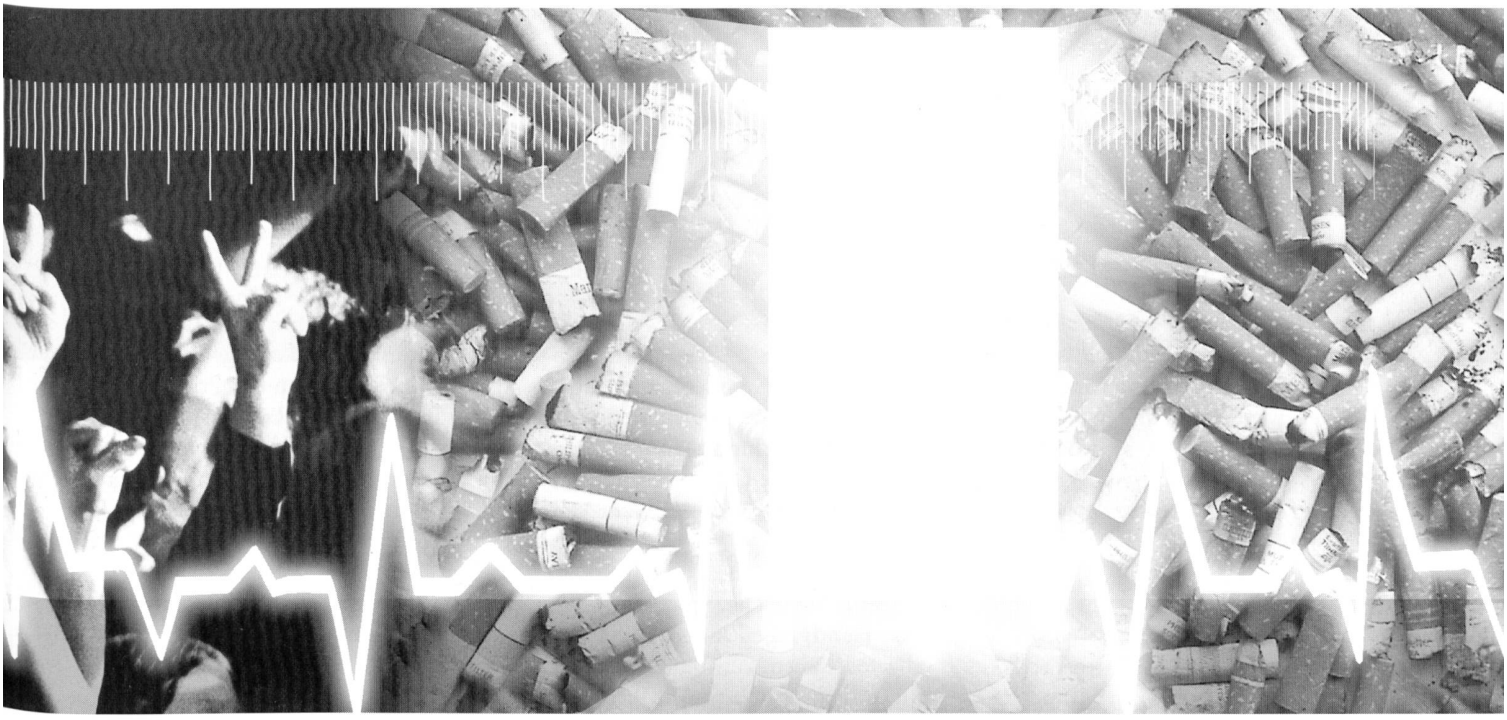
Wichtig ist, dass sich die Tabakprävention nach dem Rauchstatus ausrichtet. Präventionsarbeit ist für NichtraucherInnen, GelegenheitsraucherInnen und RaucherInnen immer anders zu gestalten. Auch sonst können in der epidemiologischen Forschung Hinweise darauf gefunden werden, wo die Prävention ansetzen kann und soll. Nachfolgend sind einige dieser Beispiele aufgeführt:

- **Rauchende Erziehende:** Wie man weiss, beginnen Kinder, deren Eltern rauchen, doppelt so häufig mit Rauchen[8]. Die Prävention muss in diesem Fall die Frage zu beantworten versuchen, rauchende Eltern und andere Erziehende (wie etwa Lehrkräfte, SportleiterInnen etc.) trotz des Tabakkonsum ein Vorbild sein könnten und welche Strukturen (in der Familie, im Schulhaus etc.) dies erleichtern.
- **Rauchbeginn:** Die Prävention sollte dem Umstand Rechnung tragen, dass die Gefahr zur Suchtbildung umso grösser ist, je früher die Jugendlichen mit Rauchen anfangen.
- **Reduktion des Tabakkonsums:** Die Forschung zeigt, dass Jugendliche, welche ihre «Tagesration» um fünf Zigaretten reduzieren, ihre Chance verdoppeln, mit Rauchen aufzuhören.[9] Die Prävention muss Wege finden, die Heranwachsenden zu einer solchen Reduktion zu motivieren.
- **Familiengründung als Motiv für Rauchstopp:** Die Phase um das 30. Altersjahr scheint in Bezug auf das Rauchen einen Wendepunkt darzustellen: Familien werden gegründet und die Kinder werden zu einem häufigen Grund für einen Rauchstopp. Dieser Umstand wäre von der Prävention aufzugreifen und weiter zu unterstützen.
- **Image-Wechsel des Rauchens bei den 30-jährigen:** Ausserdem hat in dieser Altersgruppe die Trendwende schon stattgefunden. In einer Beilage der Zeitschrift «Annabelle» lächelten den Leserinnen kürzlich elf gut aussehende Männer zum «Bestellen» entgegen. In jedem Steckbrief wurde auch kurz der Rauchstatus angesprochen. – Keiner der elf Kandidaten hat sich als «Raucher» geoutet; lediglich 3 gaben an, «Gelegenheitsraucher» zu sein. Hier ist offenbar klar, dass ein richtiger Raucher weniger Chancen hat auf ein verheissungsvolles Blind date.

Gängige Präventionsmethoden

In der Folge geht es darum, in aller Kürze einige der wichtigsten Arten (und manchmal: Unarten) von Prävention zu beschreiben – Ansätze, die auch in der Tabakprävention immer wieder genutzt werden:

- **Abschreckung**: Ein Beispiel ist der Film mit dem wohl klingenden Titel «Komm ins Land der Leichen». Hässliche Bilder haben zwar durchaus einen kurzfristigen Effekt, sind aber erwiesenermassen ohne nachhaltigen Wirkung. Abschreckung hat allenfalls in einem kleinen Teilbereich seine Berechtigung: die «Wiederentdeckung des Ekels» ist trendig.
- **Reine Sachinformationen**: Jugendliche sind mit Krankheiten, die «dreissig Jahre später mit erhöhter Wahrscheinlichkeit auftreten», nur schwerlich zu beeindrucken. Fast ist man versucht zu sagen «wenn nur die Folgen eher spürbar wären!» Dies würde auch nichts nützen, sobwohl man immer und immer wieder von Toten in Lawinen liest, setzten sich immer mehr Jugendliche den damit verbundenen Gefahren aus.
- **Handlungsanleitungen an Stelle von negativen Aussagen**: Es hat keinen Sinn, immer wieder darauf hinzuweisen, was man nicht tun soll! Sagt man einem kleinen Kind «Fall nicht vom Baum!», so weiss es nicht, was nun zu tun ist. Indem es hört, was es nicht tun soll, wird ihm erst richtig klar, welche Möglichkeiten da sind. Viel einfacher zu befolgen ist der Ratschlag «Halt dich am Ast fest!».
- **Erhobener Zeigefinger**: Kommen nun Erwachsene mit erhobenem Zeigefinger daher, dann tun manche Kids erst recht Dinge, die Moralpredigern die Haare zu Berge stehen lassen. Bis zum 20. Lebensjahr gehört die Neigung zu riskantem Verhalten zur Existenz. Jugendliche wollen in diesem Alter bewusst Grenzen überschreiten, die von einer stark normierten Erwachsenenwelt gesetzt werden. Die Auflehnung gegen Eltern und Establishment ist zeitlich befristet und wird mit der fixen Einbindung in starre Berufswelten gebremst. Im Laufe des Erwachsen-Werdens paart sich das Rebellische jedoch mit Suchtverhalten verschiedenster Preis- und Qualitätsklassen: eben auch Rauchen. Lebensqualität besteht für die Jugendlichen in dieser Hinsicht auch darin, dass sie in eigener Verantwortung sündigen können.
- **Drohen**: Wer raucht, soll nicht mehr operiert werden, verlangten australische Ärzte vor einigen Wochen. Die Chirurgen wurden aufgefordert, allen Rauchenden die Behandlung zu verweigern. In einigen grösseren Spitälern ist es bereits Praxis, dass Lungentransplantationen nicht mehr durchgeführt werden, falls sich die PatientInnen weigerten, mit Rauchen aufzuhören. Eine solche Haltung ist ethisch nur schwer verständlich. Wenn man Raucher anders behandelt, was müsste man dann mit Alkoholabhängigen, Autorasern etc. tun?
- **Suchtmittel unspezifische Prävention**: Die Werkzeuge der Tabakprävention unterscheiden sich nicht erheblich von der allgemeinen Suchtprävention. Oft ist Rauchen allerdings die erste Abhängigkeit, die bei Jugendlichen sichtbar wird, und gilt daher als Risikofaktor für weitere Suchterkrankungen.
- **Jugendliche stärken**: Wenn es gelingt, die Begabungen und Interessen der Kinder fördern, dann werden Kinder zu starken Persönlichkeiten. Die Pubertät ist wohl die



bald der Kick des Risikos selbst zum Suchtfaktor wird. Zu denken ist dabei zum Beispiel an das Freeriding (Variantenfahren), welches im Moment einen eigentlichen Boom erlebt. Obschon die Situation bei dieser Sportart in Sekundenschnelle lebensgefährlich werden kann und

stressreichste Zeit im Leben eines Menschen; Körper und Denken sind in dieser Entwicklungsphase riesigen Umwälzungen unterworfen. Daher ist es wichtig, dass Jugendliche über die nötigen inneren Ressourcen verfügen, um mit Angst, Verlegenheit, Unsicherheit und Konflikten umgehen und dem Gruppendruck und der Versuchung widerstehen zu können. Die grösste erzieherische Herausforderung ist, die richtige Balance zu finden zwischen dem Gewähren von Freiheiten und dem Setzen von Grenzen. Die Basis dafür ist, genügend Zuneigung und Anerkennung zu geben.

- **Ausstieg unterstützen:** Durchschnittlich werden in der Schweiz sechs Rauchstopp-Versuche unternommen, bis das Ziel «Nichtrauchen» erreicht ist. Entscheidend sind der richtige Zeitpunkt, die richtige Motivation und die richtigen Hilfsmittel. In Fachkreisen streitet man sich immer wieder über Allan Carr und sein «Endlich Nichtraucher!»[10] und ärgert sich, dass ausgerechnet dieses seltsame Buch jahrelang auf der Bestsellerliste ist und als einzige Anti-Tabakmassnahme der letzten Jahre wirklich die Massen zu bewegen vermochte. «Endlich Nichtraucher!» wird propagiert als «*...Buch, das den Rauchenden Wege zeigt, die eigene Sucht bewusst und selbstkritisch zu hinterfragen und ihr schliesslich den Rücken zu kehren.*»
  Insgesamt kann sicher gesagt werden, dass es keine einzig richtige Wahrheit gibt und eine «Ei des Kolumbus»-Methode noch nicht gefunden worden ist und wohl auch nie gefunden werden wird. Was besteht, ist eine ganz grosse, kreative Lücke für neue Ideen in der Tabakprävention.

Trend und Lifestyle

Wie am Beispiel des weiblichen Tabakkonsums gezeigt wurde, ist Rauchen immer auch Ausdruck eines Lebensstils. Das ist natürlich auch bei den Männern nicht anders – man denke nur an die Marlboro-Cowboys oder die rauchenden Männer in den Filmen mit ihrem Ausdruck von Macht, Männlichkeit und Coolness.
Hier zeigt sich ein Ansatz, mit welchem der oben erwähnten kreativen Lücke der Prävention nachhaltig entgegengewirkt werden könnte. Tabakprävention muss sich des Lifestyles bedienen; sie muss genauso trendig und cool daherkommen wie die Werbung der Tabakindustrie. Die Zigarettenindustrie spricht explizit die Werte der Jugendlichen an: Freiheit, Abenteuer und Nichtkonformität – kann die Prävention darauf verzichten, diese und ähnliche Werte aufzugreifen? Ich denke, das kann sie nicht, wenn sie das Image des Nichtrauchens verbessern und den Verzicht auf Tabakkonsum zu Trend machen will.

Trendforschung

Wenn die Tabakprävention Nichtrauchen zum Trend machen will, tut sie gut daran, die Trendforschung zu konsultieren. Einige Faktoren, welche die Entstehung eines Trends beeinflussen, sind:

- Der allgemeine Zeitgeist, welcher Trends längerfristig bestimmt; Gesundheit muss in diesem Sinn zu einem Wert werden, der für die Jugendlichen eine höhere Bedeutung erhalten soll.
- Moden und Stimmungen, welche die Trends eher kurzfristig beeinflussen.
- Politisch-gesellschaftliche Veränderungen wie der abnehmende Einfluss der USA (was der Tabakprävention eher schadet, da die Vereinigten Staaten ein Nichtraucherparadies sind).
- Die Konjunkturentwicklung, welche die Geldmenge beeinflusst, die Jugendliche für Zigaretten zur Verfügung haben. Andererseits muss man auch sagen, dass die konjunkturelle Entwicklung ebenfalls einen Einfluss auf die Geldmittel hat, die der Prävention für Projekte zur Verfügung stehen.
- Der technologische Fortschritt: So hat eine britische Studie gezeigt, dass Handys die Zigarette zum Teil abgelöst haben. Vermutet wird, dass Jugendliche für beide In-Produkte nicht genügend Geld haben und deshalb auf die Zigaretten verzichten.
- Die steigende Lebenserwartung: Wenn die durchschnittliche Lebenserwartung 90 statt 75 Jahre beträgt, machen die viel beschriebenen acht Jahre, die man mit Rauchen laut Statistik im Durchschnitt verschenkt, den Jugendlichen noch weniger Eindruck.

Marketingstrategien: Wie verkauft man Unsichtbares?

Die Prävention sieht sich immer mit dem Umstand konfrontiert, dass sie ein Produkt verkauft, das selbst nicht physisch greifbar ist und dessen Wirkungen sich nur schwer nachweisen lassen. Sie ist daher mindestens genau so auf Marketing-Strategien angewiesen, wie kommerzielle Produkte. Ihre Strategie muss sich am Kunden und nicht am Produkt orientieren (was Allan Carr offenbar begriffen hat). Dazu gehört eine gründliche Marktanalyse, welche die folgenden Fragen beantwortet:

- Wer sind meine KundInnen?
- Warum sollten sie mein Produkt kaufen?
- Wie und wo erreiche ich sie?

Da die Prävention nicht auf die gleichen Geldmittel zugreifen kann wie etwa die Tabakindustrie, muss sie andere Wege der Kommunikation finden. Ganz wichtig ist dabei, dass eine positive Medienarbeit glaubwürdiger und billiger als Werbung ist. Da der Wiedererkennungseffekt eine grosse Rolle spielt und die Medien der Prävention nicht unbeschränkt Raum zur Verfügung stellen, müssen zusätzliche Wege für die Vermittlung von präventiven Botschaften gefunden werden.

EMOX

Diese Überlegungen waren die Grundlage für das SMS-Projekt EMOX der Berner Gesundheit: Aufhörwillige

Aktuelle und künftige Trends und ihr möglicher Nutzen für die Prävention

- Computer und Internet: die neuen Medien gewinnen auch in der Prävention an Bedeutung
- Beratungsmarkt: die zunehmende Bedeutung der Beratung in allen Lebenslagen wird sich auch auf die Nachfrage von Beratung durch Präventionsfachleuten auswirken.
- Fun- und Freizeitmarkt inkl. ausgefallene Nahrungs- und Genussmittel: die Prävention tut gut daran, die Alternativen aufzugreifen und den Jugendlichen anzubieten, die spannender und weniger schädlich sind als Zigaretten.

RaucherInnen schicken das Stichwort «EMOX» an die Kurznummer 258 und erhalten Sekunden später ebenfalls per SMS Tipps, Tricks und Ablenkungen zum Rauchstopp. Einige Beispiele:

- Der gute Tipp: vermeide Wartezeiten, in denen du früher immer geraucht hast. Komme lieber konsequent 5 Minuten zu spät.
- Nachdenken statt rauchen – Patient zum Arzt: «Aber Sie hören ja selber auch nicht mit Rauchen auf!» Arzt zum Patienten: «Ein Wegweiser geht ja auch nicht mit auf die Wanderung».
- Was sagte Brooke Shields in einem Interview über das Rauchen? «Rauchen tötet. Und wenn du tot bist, verlierst du einen wichtigen Teil deines Lebens».

So wird häppchenweise Ablenkung vermittelt – genau in dem Moment, wo man sie braucht. Dabei ist das Ziel jedoch nicht nur, möglichst viele RaucherInnen beim Rauchstopp zu unterstützen; vielmehr soll auch eine Imagekampage für das Nichtrauchen lanciert werden. Die Neugierde auf die Kampagne liess denn auch nicht lange auf sich warten: Bereits nach einem Monat war «EMOX» der zweitbest genutzte SMS-Service der Schweiz.

Ein positiver Nebeneffekt lag darin, dass dem Thema «Rauchstopp» dank EMOX in über 25 Berichterstattungen in den verschiedensten Medien in der Schweiz und in Deutschland zu Publizität verholfen wurde. Das ist angesichts der Schwierigkeit, die Massenmedien für derartige Themen zu mobilisieren, ein beachtlicher Erfolg.

Schlusswort

EMOX ist ein Beispiel dafür, wie die gesellschaftlichen Entwicklungen aufgenommen und auch für die Prävention genutzt werden können. Die Entwicklung des Tabakkonsums bei Jugendlichen und insbesondere bei den weiblichen Jugendlichen weist darauf hin, welche Rolle der sozial vermittelte Zusatznutzen beim Rauchen spielt – etwa das Cool-Sein, welches die Gruppen-Integration erhöht . Die Prävention muss diesen Aspekten von Trend und Lifestyle mehr Beachtung schenken. Nichtrauchen muss ein neues Image bekommen. Nichtrauchen muss nicht nur die Norm sein, sondern auch die Form, die «in» ist.

In diesem Sinn ist zu hoffen, dass die Organisationen der Prävention in Zukunft immer mehr neue, schräge Projekte und Produkte entwickeln werden. ■

Quellenangaben

- **Carr, Allen, 1998**: Endlich Nichtraucher! Der einfache Weg, mit dem Rauchen Schluss zu machen. München
- GEO, Nr. 7, Juli 1995: Rauchen verboten?
- **Koppenhöfer, E., 2000**: Frauen und Zigaretten. Über das Ambivalente am Rauchen und seine Ausprägungen in weiblichen Lebenszusammenhängen. Herbolzheim
- **Krebs, H., 1999**: Motivstudie Rauchen. Die Rauchgewohnheiten und deren Hintergründe bei 13- bis 19jährigen Jugendlichen in der Deutsch- und Westschweiz. Zürich
- **Müller, R.; Meyer, M.; Gmel, G. (Hrsg.), 1997**: Alkohol, Tabak und illegale Drogen in der Schweiz 1994-1996. Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme SFA/ISPA, Lausanne
- **Schmid, H., 1999**: Predictors of cigarette smoking by young adults and readiness to change. In: Substance Use & Misuse
- **Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme SFA/ISPA, 1999**: Tabakkonsum in der Schweiz: Zahlen, Fakten Trends & Hilfe, Lausanne
- **Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme SFA/ISPA, 1999**: Zahlen und Fakten zu Alkohol und anderen Drogen, Lausanne
- **Suchtmagazin, 2001**: Tabakkonsum von Jugendlichen. 27. Jg., Nr.1, Februar 2001
- **Weiss, Walter (Hrsg.), 2000**: Zweiter Berner Gesundheitsbericht. Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern, Dezember 2000

1 Weiss, 2000
2 Krebs, 1999
3 SuchtMagazin, 2001
4 Koppenhöfer, 2000
5 ebda.
6 ebda.
7 ebda.
8 Müller et. al., 1997
9 SuchtMagazin, 2001
10 Carr, 1998