

trendmonitor

Der Monitor für aktuelles Gesundheitswissen | Ausgabe 02, Oktober 2020

Vom Raucher zum Nichtraucher: Was kann zum Rauchstopp motivieren?

Rauchstopp bleibt wichtiges Präventionsthema – Ergebnisse der HINTS Germany-Studie zum Tabak- konsum in Deutschland

Ab dem kommenden Jahr wird in Deutschland das Tabakwerbeverbot ausgeweitet und damit ein weiterer Schritt zur Eindämmung des Tabakkonsums gesetzt. Deutschland ist mit diesem Schritt Schlusslicht in Europa. Auch wenn die Prävalenzen des Tabakkonsums bei Jugendlichen seit vielen Jahren sinken, stellt Rauchen nach wie vor ein großes Problem in der erwachsenen Bevölkerung dar. Das bestätigen auch die Daten der HINTS Germany-Studie der Stiftung Gesundheitswissen und des Hanover Center for Health Communication. Und: Rauchen gehört weiterhin zu den größten Risiken für schwere Erkrankungen und frühzeitige Todesfälle.

20 Prozent der Befragten rauchen täglich

Knapp die Hälfte der Befragten (48,9 %) hat in ihrem Leben schon mindestens 100 Zigaretten geraucht und zählt damit

nicht zu den Gelegenheitsraucher*innen, die nur in Ausnahmesituationen rauchen. Der Anteil ist bei Männern mit 56,0 % deutlich höher als bei Frauen mit 41,8 %. Von allen Befragten mit Tabakkonsumerfahrung gaben 42,5 % an, derzeit täglich Zigaretten zu rauchen, dies entspricht 20,8 % aller Befragten. Weitere 10,7 % der Befragten mit Erfahrung mit Tabakkonsum rauchen gelegentlich; fast die Hälfte (46,9 %) hat den Zigarettenkonsum mittlerweile aufgegeben. Bei den Rauchern sind keine Geschlechterunterschiede zu beobachten.

Raucher haben mehr gesundheitliche Beschwerden

Wer raucht, scheint öfter unter gesundheitlichen Problemen zu leiden als Nichtraucher. So gaben 40 % der Raucher*innen an, wegen körperlicher Beschwerden in ärztlicher bzw. therapeutischer Behandlung zu sein. Bei den Nichtrauchern beläuft sich dieser Anteil auf 36,3 %. Auch wenden sich aktiv Rauchende häufiger wegen psychischer Probleme an einen Arzt oder Therapeuten als Menschen, die nicht zur Zigarette greifen (11,2 % vs. 8,3 %).

Abb. 1 Zigarettenkonsum bei Befragten mit Tabakkonsumerfahrung

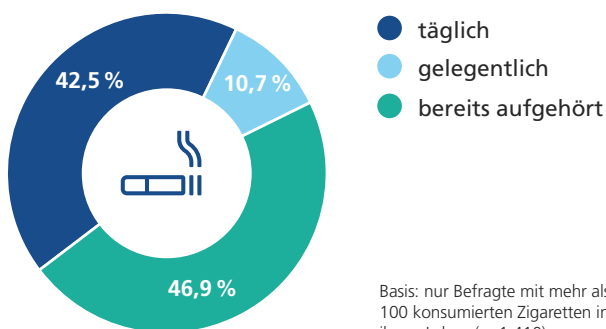
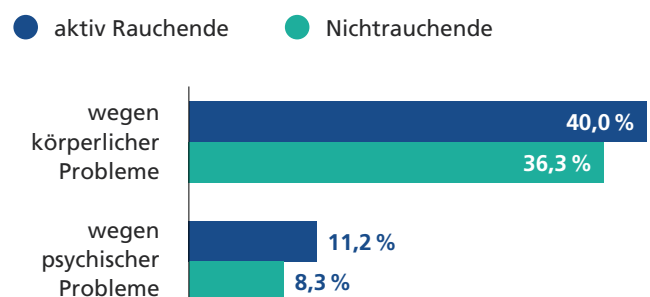


Abb. 2 Anteil der Befragten in ärztlicher/therapeutischer Behandlung



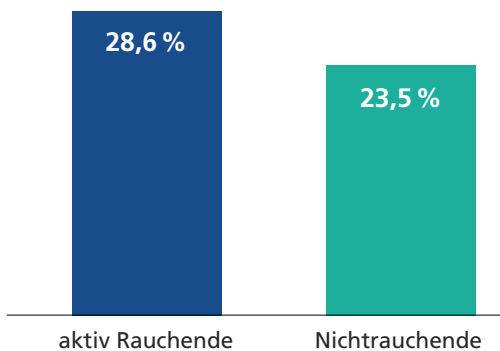
Basis n=2.463 Fälle

→ Unter den Raucher*innen ist der Anteil derer, die ärztliche bzw. therapeutische Unterstützung in Anspruch nehmen, höher als bei Nichtrauchern. Raucher haben demnach eine höhere gesundheitliche Belastung. Diese Belastung gilt für körperliche und psychische Probleme gleichermaßen.

Trotz bekannter Risiken: Nicht mal ein Drittel der Raucher besorgt wegen Krebs

Dass mit dem Rauchen ein erhöhtes Krebsrisiko verbunden ist, wissen die meisten Tabakkonsument*innen. So sind 28,6 % der aktuell rauchenden Befragten mäßig, ziemlich oder sehr besorgt darüber, dass sie an Krebs erkranken könnten. Bei den Nichtrauchenden ist dieser Anteil mit 23,5 % aber nur etwas geringer.

Abb. 3 Anteil der hinsichtlich Krebs mindestens mäßig besorgten Befragten



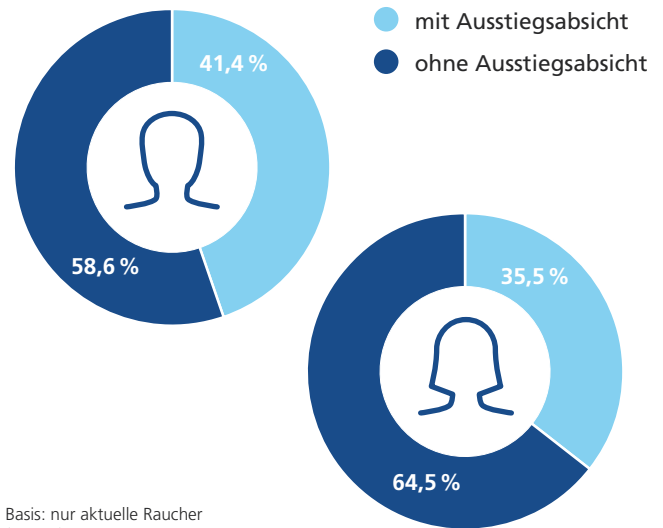
Basis: n=2.579 Fälle

→ Viele aktiv Rauchende sind sich der Gesundheitsrisiken bewusst und haben das Ziel, mit dem Rauchen aufzuhören. Das zeigt sich auch in einer leicht erhöhten Besorgnis, an Krebs zu erkranken. Diese Motivationsgrundlage bietet durchaus Ansatzpunkte für Kommunikationsmaßnahmen in der Sekundärprävention.

Fast 40 Prozent der Raucher möchten mit dem Tabakkonsum aufhören

Von den Befragten, die aktuell rauchen, beabsichtigen 38,8 %, innerhalb der nächsten sechs Monate mit dem Tabakkonsum aufzuhören. Die Ausstiegsabsicht wurde etwas häufiger von Männern geäußert als von Frauen (41,4 % vs. 35,4 %).

Abb. 4 Geschlechterunterschiede bei Absicht des Rauchausstiegs



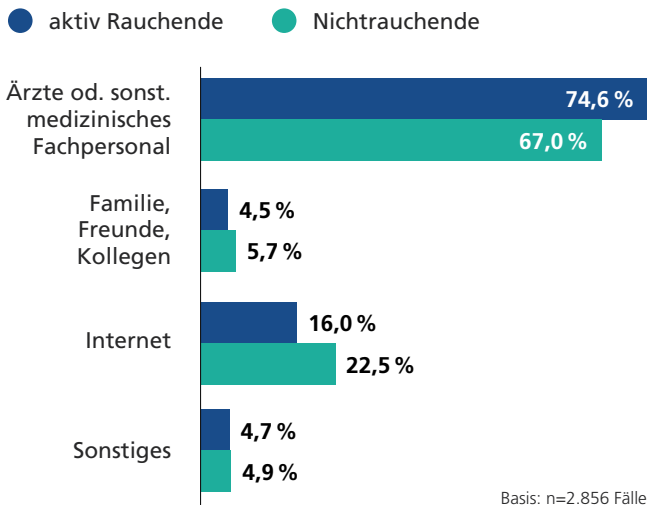
Basis: nur aktuelle Raucher (n=742).

→ In der erwachsenen Bevölkerung greift etwa jede*r Vierte gelegentlich oder täglich zur Zigarette. Da das Rauchen weiterhin eines der größten Gesundheitsrisiken darstellt, sollten Aufklärungskampagnen und Unterstützungsangebote für einen Rauchstopp ausgebaut und weiterentwickelt werden. Bei den Raucherinnen ist der Anteil mit der ernsthaften Absicht eines Rauchstopps geringer als bei den Männern. Offenbar werden Frauen durch bestehende Angebote zur Unterstützung des Ausstiegs schlechter erreicht. Ein Grund hierfür könnte die unterschiedliche Motivation für den Tabakkonsum sein. Bei Frauen spielt hier beispielsweise die Funktion der Gewichtsregulation eine große Rolle. Ein Ausbau von Präventionsprogrammen, die einen Fokus auf weibliche Rauchende und deren Bedürfnisse legen, könnten größere Erfolge beim Rauchstopp dieser Gruppe bringen.

Gesundheitsinformationen: Raucher fragen öfter Ärzte – Nichtraucher nutzen häufiger das Internet

Wenn es um die Suche nach Gesundheitsinformationen geht, zeigen sich Unterschiede zwischen Raucher*innen und Nichtraucher*innen: So wenden sich 74,6 Prozent der Rauchenden auf der Suche nach Gesundheitsinformationen an Ärzt*innen oder medizinisches Fachpersonal. Bei den Nichtrauchenden sind es nur 67,0 Prozent. Gleichzeitig fragen Raucher seltener ihre Familie oder Freunde (4,5 % vs. 5,7 %). Befragte, die nicht rauchen, nutzen dagegen deutlich öfter das Internet (22,5 % vs. 16,0 %) als Raucher*innen. Die klassischen Massenmedien (TV, Radio, Zeitungen und Zeitschriften) spielen keine nennenswerte Rolle.

Abb. 5 **Bevorzugte Informationsquellen zu Gesundheitsfragen**



→ Raucher und Raucherinnen konsultieren Ärzt*innen bei Gesundheitsfragen am stärksten. Da sie damit primäre Informationsquelle sind, kommt Medizinern eine Schlüsselrolle zu, die durch gezielte Ansprache auf eine Ausstiegsabsicht und die Beratung zu Möglichkeiten des Rauchstopps noch intensiver genutzt werden könnte.

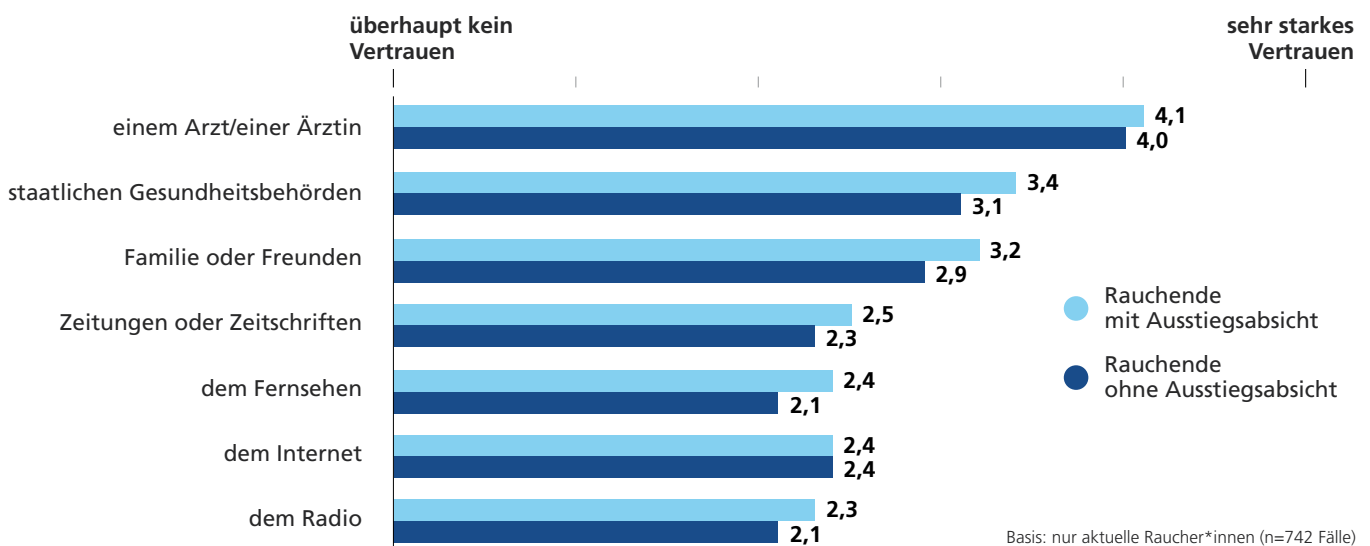
Vertrauen in Informationsquellen: Rauchstoppabsicht macht den Unterschied

Inwieweit die Befragten einer Quelle zu gesundheitlichen oder medizinischen Themen vertrauen, scheint bei Raucher*innen

von der Motivation zum Rauchausstieg abhängig zu sein. Befragte, die in den nächsten sechs Monaten mit dem Rauchen aufhören wollen, haben größeres Vertrauen in Gesundheitsinformationen von der Familie oder Freunden (3,2 % vs. 2,9 %) und von staatlichen Gesundheitsbehörden (3,4 % vs. 3,1 %) als diejenigen ohne Ausstiegsabsicht. Auch bei massenmedialen Informationsquellen wie Zeitungen und Zeitschriften (2,5 % vs. 2,3 %), Radio (2,3 % vs. 2,1 %) und Fernsehen (2,4 % vs. 2,1 %) zeigt sich dieser Vertrauensvorsprung. Für Ärzt*innen, die in beiden Gruppen das höchste Vertrauen genießen, und das Internet, das insgesamt nur ein mittleres Vertrauen genießt, konnten hingegen keine nennenswerten Unterschiede zwischen Befragten mit und ohne Ausstiegsabsicht beobachtet werden.

→ Rauchende wenden sich in Gesundheitsfragen am häufigsten an ihre Ärzte und sie vertrauen ihnen auch am stärksten – ganz unabhängig von der Absicht, das Rauchen aufzugeben. Da Raucher*innen den Informationen von staatlichen Gesundheitsbehörden ebenfalls hohes Vertrauen entgegenbringen, könnten Ärzte auch auf weitere Informations- und Beratungsangebote oder Präventionsprogramme dieser Institutionen verweisen. Zudem zeigt sich, dass Rauchende mit Rauchstoppabsicht Informationen aus dem privaten Umfeld und einigen medialen Quellen eher vertrauen als diejenigen ohne Ausstiegsvorhaben. Werden entsprechende Gesundheitsinformationen auf diesem Weg weitergegeben, kann man davon ausgehen, dass die Betroffenen offen für entsprechende Empfehlungen sind.

Abb. 6 **Vertrauen in Gesundheitsinformationen von/aus...**



Hintergrundinformationen zur Studie HINTS Germany:

→ Der Health Information National Trends Survey Germany (HINTS Germany) ist ein Projekt der Stiftung Gesundheitswissen, das in Zusammenarbeit mit dem Hanover Center for Health Communication der Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover realisiert wird.

→ Die Datenerhebung der ersten Welle von HINTS Germany erfolgte als computergestützte telefonische Befragung im Zeitraum von Oktober 2018 bis Januar 2019.

→ Insgesamt haben N=2.902 Personen an der Befragung teilgenommen und ermöglichen repräsentative Aussagen (in Bezug auf die deutsche Gesamtbevölkerung im Alter von 18 bis 79 Jahren).

→ HINTS Germany ist als Trendstudie konzipiert, soll also in regelmäßigen zeitlichen Abständen wiederholt werden.

→ Die Befragungsdaten der 1. Erhebungswelle sind für wissenschaftliche Zwecke im Open-Access-Prinzip verfügbar unter: <https://www.stiftung-gesundheitswissen.de/projekt-hints-germany/hints-germany-open-access>

Der *trendmonitor* der Stiftung Gesundheitswissen informiert regelmäßig über aktuelle Trends und Entwicklungen zum Gesundheitswissen und berichtet über die Arbeit der Stiftung im Bereich Forschung und Wissenschaft.

Impressum

Herausgeber: Stiftung Gesundheitswissen (SGW)
Verantwortlich: Dr. Ralf Suhr, Vorstandsvorsitzender der SGW
Konzeption & Realisierung – Ausgabe 2:
Prof. Dr. Eva Baumann (Hanover Center for Health Communication)
Una Großmann (Stiftung Gesundheitswissen)

Autor*innen: Prof. Dr. Eva Baumann, Dr. Fabian Czerwinski, Magdalena Rosset M.A., Una Großmann, Katharina Calhoun

www.stiftung-gesundheitswissen.de