

MEDIENMITTEILUNG

Bern, 30.05.2022

Rauchstopp: Wenn es so einfach wäre!

Wir wissen es alle: Rauchen ist schädlich. Und trotzdem raucht mehr als ein Viertel der Schweizer Bevölkerung. Die Hälfte der Rauchenden möchte rauchfrei werden. Nur wenigen gelingt dies alleine. Anlässlich des Welttags ohne Tabak macht die Lungenliga auf kreative Weise auf ihr Rauchstopp-Angebot aufmerksam. Denn: ein begleiteter Rauchstopp erhöht die Erfolgchancen um ein Vielfaches.

Einige Kundinnen und Kunden werden morgen überrascht sein, wenn sie sich ihr Znüni oder Zmittag in der Bäckerei kaufen. Denn die Brotsäckli sind ausnahmsweise grün. „Das ist unsere Farbe.“ erklärt Claudia Künzli, Leiterin Gesundheitsförderung und Prävention der Lungenliga Schweiz. Mit dieser Aktion macht die Lungenliga Raucherinnen und Raucher darauf aufmerksam, dass ihr Weg in ein rauchfreies Leben mit professioneller Unterstützung besser gelingt.

Die Brotsäckli-Aktion erfolgt anlässlich des Welttags ohne Tabak. Laut WHO sterben jährlich 8 Millionen Menschen an den Folgen des Tabakkonsums. In der Schweiz sterben jedes Jahr 9'500 Menschen. Wer raucht oder geraucht hat weiss, wie schwer es ist aufzuhören. „Nikotin ist eine Substanz, die sehr stark abhängig macht.“, informiert Claudia Künzli. Einigen Menschen gelingt es, aus eigener Kraft mit dem Rauchen aufzuhören. „Doch die meisten warten vergeblich darauf, dass es bei ihnen „Klick“ macht.“, so Künzli weiter.

Wer zu lange mit dem Rauchstopp wartet, erhöht das Risiko an den Folgen des Tabakkonsums zu erkranken und frühzeitig zu sterben. Rauchende – aber auch Nichtraucher, die regelmässig dem Passivrauch ausgesetzt sind – erkranken häufig an Herz-/Kreislaufkrankungen, Krebs oder auch an unheilbaren Lungenerkrankungen wie der [chronisch obstruktiven Lungenerkrankung COPD](#). In der Schweiz leiden rund 400'000 Menschen an COPD. Etwa 90% der COPD-Fälle entstehen durch das Rauchen. Jede vierte bis fünfte Person, die raucht entwickelt eine COPD.

Da ein Rauchstopp oft nicht auf Anhieb erfolgreich ist, empfiehlt die Lungenliga den Rauchstopp mit einer wissenschaftlich anerkannten Methode anzugehen. „Die Chancen auf einen erfolgreichen Rauchstopp sind weitaus höher mit einer Rauchstoppberatung in Kombination mit medikamentöser Unterstützung.“, erklärt Künzli.

MEDIENMITTEILUNG

Mit der Brotsäckli-Aktion am Welttag ohne Tabak vom 31. Mai machen kantonale Lungenligen auf ihr Rauchstopp-Beratungsangebot aufmerksam. Dieses wird für Einzelpersonen oder in Gruppenkursen, telefonisch, vor Ort oder online angeboten: www.lungenliga.ch/quit

Die [Lungenliga](http://www.lungenliga.ch) ist eine nicht-gewinnorientierte Gesundheitsorganisation mit über 700 Mitarbeitenden, die sich für Menschen mit Lungen- und Atemwegserkrankungen einsetzt.

Sie berät und betreut über 100'000 Patientinnen und Patienten an 70 Standorten in der ganzen Schweiz sowie zuhause, damit diese möglichst beschwerdefrei und selbständig leben können. Die Lungenliga engagiert sich zudem in den Bereichen Gesundheitsförderung und Prävention, der Weiterbildung von Fachpersonen sowie der Forschungsförderung. Die Gesundheitsorganisation ist ZEWO-zertifiziert und besitzt das NPO-Label für Management Excellence.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Lungenliga Schweiz

Andrea Adam

Mediensprecherin

031 378 20 53

a.adam@lung.ch



Mit einem QR-Code gelangen Raucherinnen und Raucher direkt auf das Rauchstopp-Beratungsangebot der Lungenliga.