idw - Informationsdienst Wissenschaft
Nachrichten, Termine, Experten

Pressemitteilung

Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit
Rabea Ottenhues

05.03.2025
http://idw-online.de/de/news848454

Buntes aus der Wissenschaft
Ernährung / Gesundheit / Pflege
überregional

PM BIÖG: Mit dem Rauchstopp mehr Lebensjahre gewinnen - Starten Sie in den Mitmachmonat "Rauchfrei im Mai"

Mit dem Rauchen und Dampfen aufhören - dazu motiviert unsere bundesweite Aktion „Rauchfrei im Mai". Ab dem 1. März können sich Aufhörwillige und die, die sie unterstützen möchten, kostenlos registrieren, um wertvolle Tipps und motivierende Impulse und Infos für den Rauchstopp zu erhalten. Mitmachen lohnt sich doppelt: Wer den rauchfreien Mai meistert, hat die Chance, Preise im Wert von bis zu 1.000 Euro zu gewinnen! Die Auftaktveranstaltung für den Mitmachmonat findet am 5. März bei Airbus in Hamburg statt. Das Unternehmen unterstützt seine Belegschaft aktiv beim Rauchstopp.

Machen Sie jetzt den entscheidenden Schritt in ein rauchfreies Leben! Gemeinsam mit anderen rauchfrei werden und mit etwas Glück einen Preis gewinnen – möglich macht das die bundesweite Mitmachaktion „Rauchfrei im Mai", zu der das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit, der Bundesdrogenbeauftragte und die Deutsche Krebshilfe in diesem Jahr wieder aufrufen. Schützen Sie Ihre Gesundheit, senken Sie Ihr Risiko für schwere Erkrankungen und gewinnen Sie mehr Lebensjahre. Registrieren Sie sich dafür bis zum 30. April 2025 unter https://www.rauchfrei-im-mai.de und starten Sie im Mai Ihren Weg in die Rauchfreiheit.

Mit mehr als 127.000 tabakbedingten Todesfällen pro Jahr und rund 90 Prozent der Lungenkrebsfälle, die auf das Rauchen zurückgehen, stellt der Tabakkonsum das größte vermeidbare Gesundheitsrisiko dar. Ein Rauchstopp verbessert Ihre Lungenfunktion, senkt das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und leistet einen wichtigen Beitrag zum Gesundheitsschutz Ihrer Mitmenschen.

Die Auftaktveranstaltung für den Mitmachmonat findet am heutigen Mittwoch bei Airbus in Hamburg statt, wo das Unternehmen seine Belegschaft bereits seit längerem aktiv beim Rauchstopp unterstützt.

Burkhard Blienert, Beauftragter der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen: „Es ist total klug, wenn sich Arbeitgeber wie Airbus auch um gute Gesundheitsangebote und Suchtprävention kümmern. Der Rauchfrei-Aktionsmonat ist da ein tolles Beispiel. Ich würde mir wünschen, dass noch viel mehr Betriebe, Verwaltungen, Vereine oder auch Kliniken und Arztpraxen dafür Werbung machen. Rauchende finden so am Arbeitsplatz, im normalen Alltag Hilfe, um vom Rauchen loszukommen. Denn jeder Tag ist ein guter Tag zum Aufhören. Vor allem wer jahrelang erfolglos den Rauchausstieg versucht, braucht professionelle Unterstützung – und die gibt es im Mai gebündelt. Allerdings wäre gut, dass wir bundesweit noch besser in der Prävention und mit Entwöhnungsprogrammen werden. Die Finanzierung sollte grundsätzlich über die Krankenkassen ermöglicht werden."

Dr. Johannes Nießen, Kommissarischer Leiter des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit: „Entscheiden Sie sich jetzt für einen Rauchstopp – denn der lohnt sich immer! Schon nach wenigen Wochen verbessert sich die Lungenfunktion, nach einem Jahr sinkt das Risiko für Herzkrankheiten deutlich. Wer mit dem Rauchen aufhört, schützt außerdem seine Kinder, Freunde und Kolleginnen und Kollegen: Denn auch Passivrauchen schadet der Gesundheit."

Dr. Franz Kohlhuber, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Krebshilfe: „Rauchen schädigt nahezu alle Organe des Körpers und ist der größte vermeidbare Krebsrisikofaktor. Aus diesem Grund unterstützen wir ‚Rauchfrei im Mai' finanziell und motivieren Rauchende zur Teilnahme."

Nawina Walker, Standortleitung Airbus Hamburg: „Die Aktion ‚Rauchfrei im Mai' ist eine tolle Initiative, um gemeinsam im Verbund Menschen am Standort Hamburg gesund zu erhalten. Sie bietet die Gelegenheit, das Rauchen gezielt hinter sich zu lassen – mit Begleitung, Austausch und praktischer Unterstützung. Unser Ziel am Airbus Standort Hamburg ist es, ein Umfeld zu schaffen, das gesunde Entscheidungen erleichtert."

Christiane Hahn, Leitende Arbeitsmedizinerin bei Airbus: „Unser Ziel hier bei Airbus ist ein gesundes Arbeitsumfeld. Dabei kommt dem Thema Prävention und besonders natürlich auch der Tabakprävention eine große Bedeutung zu. Unser Angebot umfasst neben individuellen Beratungen und Rauchfrei-Kursen zum Beispiel auch digitale Anwendungen. Wir wissen, dass es unterschiedliche Ansätze braucht, um Menschen zum Nichtrauchen zu bewegen. Deshalb halten wir die Kampagne ‚Rauchfrei im Mai' für immens wichtig und freuen uns, wie schon im vergangenen Jahr, die Kampagne unterstützen zu können."

Prof. Dr. Reiner Hanewinkel und sein Team vom Institut für Therapie- und Gesundheitsforschung koordinieren den Mitmachmonat. Er hofft auf rege Teilnahme: „Ein Rauchstopp ist ein Booster für die Gesundheit. Wir freuen uns über jeden, der im Mai mal wieder richtig durchatmen möchte und sich anmeldet. Das Mitmachen ist denkbar einfach. Online auf https://www.rauchfrei-im-mai.de anmelden und unterstützende Nachrichten zur Vorbereitung und als tägliche Begleitung im Monat Mai erhalten. Mit Glück auch noch bis zu 1.000 Euro gewinnen – noch ein Argument mehr für den Start in die Rauchfreiheit."

Weitere Informationen und Anmeldemöglichkeit zum Aktionsmonat unter: https://www.rauchfrei-im-mai.de

Ein Pressemotiv zu „Rauchfrei im Mai" steht zum Download bereit unter:
https://www.bioeg.de/presse/pressemotive/foerderung-des-nichtrauchens/

Übersicht der Unterstützungsangebote des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit für den Rauchstopp:

- Online-Ausstiegsprogramm: Infos und Tipps rund um die Themen Rauchen und Nichtrauchen mit Forum, unterstützender täglicher E-Mail und persönlichen rauchfrei-Lotsinnen und Lotsen unter:
https://rauchfrei-info.de/aufhoeren/das-rauchfrei-ausstiegsprogramm/

- Telefonische Beratung zur Rauchentwöhnung: Kostenlose Rufnummer 0 800 8 31 31 31 – erreichbar montags bis donnerstags von 10 bis 22 Uhr und freitags bis sonntags von 10 bis 18 Uhr

- Kostenfrei bestellbare Informationsbroschüren: „Ja, ich werde rauchfrei" und „Rauchfrei in der Schwangerschaft und nach der Geburt". Die Broschüren können bestellt oder direkt heruntergeladen werden im Shop unter:
https://shop.bzga.de

- rauchfrei-Instagram-Kanal: Infos und alltagsnahe, praktische Tipps, damit aus guten Vorsätzen ein dauerhafter Rauchstopp wird: https://www.instagram.com/rauchfrei_info

Bestellung der kostenlosen Materialien des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit unter:
Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit, 50819 Köln
Online-Bestellsystem: https://shop.bzga.de/
E-Mail: bestellung@bioeg.de

Pressekontakt:
Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG)
Maarweg 149-161, 50825 Köln
Tel. +49 (0) 221 8992-332
pressestelle@bioeg.de
https://www.bioeg.de

Instagram: https://www.linkedin.com/company/bioeg
LinkedIn: https://www.instagram.com/bioeg.de
Facebook: https://www.facebook.com/bioeg.de
X: https://www.x.com.bioeg_de

Seit dem 13. Februar 2025 ist die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG). Das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit ist eine Fachbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit

Stiftung Deutsche Krebshilfe
Buschstraße 32
53113 Bonn
Tel.: +49 (0)228 72990-96
presse@krebshilfe.de
https://www.krebshilfe.de

Beauftragter der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen
Friedrichstraße 108
10117 Berlin
Tel. +49 (0) 30 18441-1445
presse-drogenbeauftragter@bmg.bund.de
https://www.bundesdrogenbeauftragter.de

IFT-Nord Institut für Therapie- und
Gesundheitsforschung gGmbH
Harmsstraße 2
24114 Kiel
Tel: +49 (0) 431 570 29 0
rauchfrei-im-mai@ift-nord.de
https://www.ift-nord.de

AIRBUS
Kreetslag 10
21129 Hamburg
Tel.: +49 (0) 40 743 59078
media@airbus.com
https://www.airbus.com