

Dresden, 24. Mai 2016



Rauchen verkürzt das Leben um 10 Jahre

Rauchen verschlimmert über 40 vermeidbare, meist chronische Krankheiten, darauf weist die BARMER GEK anlässlich des Weltnichtrauchertages am 31. Mai hin. Bei etwa 110.000 Menschen hat Rauchen laut dem aktuellen [Suchtbericht der Bundesregierung](#) zu vorzeitigen Todesfällen geführt. Die Raucherquote von Erwachsenen lag 2014 in Deutschland bei 24,5 Prozent, von Kindern und Jugendlichen bei 9,7 Prozent. Der Anteil von Rauchern ist in den letzten vier Jahren zwar gesunken, dennoch raucht deutschlandweit immer noch knapp jede(r) Vierte. In Sachsen waren das folglich mehr als eine Million Menschen. „In den Unternehmen scheint der Rauchstopp nur eine untergeordnete Rolle zu spielen. Entsprechende Angebote im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements werden bisher nur wenig nachgefragt“, sagt Paul-Friedrich Loose, Landesgeschäftsführer der BARMER GEK in Sachsen.

Chancen des Präventionsgesetzes nutzen

„Wir haben noch immer ein handfestes Problem, dass auch die deutsche Wirtschaft jährlich Milliarden kostet“, sagt Loose. „Vielleicht müssen wir umdenken und uns fragen, wann Raucher zur Zigarette greifen. Allein das Wissen um die Gefahren des Rauchens hält die Menschen nicht vom Griff zur Zigarette ab, das sehen wir. Also müssen wir konsequent neue Wege beschreiten“, so Loose. Rauchen wird oft mit bestimmten Situationen verknüpft, in denen automatisch zur Zigarette gegriffen wird. Stress ist so ein Klassiker. Firmen können mit Angeboten des betrieblichen Gesundheitsmanagements zur Pausengestaltung und zum Stressabbau gegensteuern. „Im Rahmen des Präventionsgesetzes werden die Kassen ihr Engagement auf dem Gebiet deutlich ausbauen, diese Chancen sollten die Betriebe nutzen“, sagt Loose. So können autogenes Training und Yoga für mehr Entspannung und weniger Stress sorgen.

Rauchfrei werden - Nichtrauchertraining

Hilfe aus dem direkten privaten und auch betrieblichen Umfeld ist für Raucherinnen und Raucher, die von ihrer Sucht loskommen wollen, eine wichtige Aufgabe. Die BARMER GEK bietet Versicherten und Unternehmen umfangreiche Informationen, mit denen ein Start ins rauchfreie (Betriebs-) Leben gewagt werden kann. Das Aufhören in der Gemeinschaft mit Gleichgesinnten fällt oft leichter. Hier kann beispielsweise auch ein Nichtrauchertraining gewählt werden.

→ PRESSESTELLE SACHSEN

Zellescher Weg 21
01217 Dresden

Claudia Szymula

Tel.: 0800 333004 152 231

Mobil: 0175 43 09 042

presse.sachsen@barmer-gek.de

www.barmer-gek.de/543603

Twitter.com/BARMER_GEK_SN

Mehr zum Thema betriebliches Gesundheitsmanagement: www.barmer-gek.de/501129

Nichtrauchen: www.barmer-gek.de/129384

Suchtbericht der Bundesregierung 2016: http://www.drogenbeauftragte.de/fileadmin/dateien-dba/Service/Publikationen/2015_Drogenbericht_web_010715.pdf

