

«Für meinen Sohn habe ich mit Rauchen aufgehört.»

Kinder von nichtrauchenden Eltern, greifen nur halb so oft zur Zigarette, wie solche von Rauchenden. Eigentlich logisch, dass Vater und Mutter die besten Vorbilder sind, indem sie selber aufs Rauchen verzichten.

Das soziale Umfeld ist entscheidend dafür, ob eine Jugendliche oder ein Jugendlicher raucht. Es gibt einen starken Zusammenhang zwischen dem eigenen Rauchverhalten und dem Rauchverhalten der Familie und Freunde. Dies zeigen Ergebnisse der Schweizerischen Umfrage zum Tabakkonsum (Tabakmonitoring), die im Auftrag des Tabakpräventionsfonds von der Universität Zürich regelmässig durchgeführt wird¹: Der Anteil täglich rauchender Jugendlicher ist beinahe dreimal so hoch, wenn beide Eltern rauchen (10%, wenn kein Elternteil raucht, rund 17% wenn entweder der Vater oder die Mutter raucht und 26%, wenn beide Elternteile rauchen). Ein starker Zusammenhang besteht auch mit dem Tabakkonsum allfälliger Geschwister. Dreimal so hoch ist der Raucheranteil bei Jugendlichen, wenn eines der Geschwister raucht (9%, wenn kein Geschwister raucht; 27%, wenn ein Bruder oder eine Schwester raucht).

Ein soziales Umfeld mit wenig Rauchenden ist der wichtigste Erfolgsfaktor für einen Rauchstopp.² Den Jugendlichen fällt es laut Tabakmonitoring¹ schwerer mit dem Rauchen aufzuhören, wenn zum Beispiel im Freundeskreis geraucht wird. Allgemein gilt, wenn jemand mit dem Rauchen aufhört, senkt sich auch die Zahl der Rauchenden in dessen Umfeld.³ Die Wahrscheinlichkeit mit dem Rauchen aufzuhören liegt bei 36%, wenn ein/e Freund/in aufgehört hat zu rauchen oder bei 25%, wenn ein Geschwister einen erfolgreichen Rauchstopp gemacht hat. Hört der Ehepartner, bzw. die Ehepartnerin mit dem Rauchen auf, liegt die Wahrscheinlichkeit bei 67%, dass nicht mehr geraucht wird.

Link BAG-Webseite:

Tabakmonitoring: <http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00041/00615/00771/index.html?lang=de>

¹ Radtke, Keller, Krebs & Hornung (2008). Der Tabakkonsum Jugendlicher und junger Erwachsener in den Jahren 2001 bis 2007/2008. Zürich: Universität Zürich, Psychologisches Institut der Universität Zürich, Sozial- und Gesundheitspsychologie.

² Sussman, S. (2002). Effects of sixty six adolescent tobacco use cessation trials and seventeen prospective studies of self-initiated quitting. In: *Tobacco Induced Diseases*, 1(1), 35-81

³ Christakis, Nicholas & Fowler, James (2008). The Collective Dynamics of Smoking in a Large Social Network. In: *The new England Journal of Medicine*, 358 (21), 2249-2258.

