

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

im Vorwort unseres Jahresberichts möchten wir uns mit einer Suchtthematik beschäftigen, die viele von uns selbst kennen oder zumindest täglich sehen und erleben und doch wiederum nicht sehen oder sogar verdrängen - die Nikotinsucht.

Nikotin hat eine mit anderen Rauschmitteln wie Amphetamin oder Kokain vergleichbare suchterzeugende Wirkung, die sowohl zu körperlicher als auch zu psychischer Abhängigkeit führt. Die hohe Suchtgefahr erklärt sich durch die unmittelbar einsetzende Wirkung des Nikotins, das bereits wenige Sekunden nach der Inhalation angenehme psychotrope Effekte (Beeinflussung psychischer Prozesse durch Einwirkung auf das Zentralnervensystem) entfaltet, die durch klassische Konditionierungsprozesse im Verlauf des Konsums an bestimmte Situationen, Tätigkeiten oder Schlüsselreize gekoppelt werden. Die Toleranzbildung bewirkt, dass die positiv empfundenen Effekte - wie gesteigerte Aufmerksamkeit, erhöhte Stresstoleranz, sinkende Erregung etc. - des Rauchens bei starken Rauchern bereits innerhalb von 20-30 Minuten wieder abnehmen und somit der Drang („Suchtdruck“) entsteht, eine weitere Zigarette zu rauchen. Bleibt die Nikotinzufuhr aus, kann es zu Entzugerscheinungen wie Ärger, Aggressivität, Unruhe, depressiven Verstimmungen, Konzentrationsschwierigkeiten, Schlafproblemen sowie zu gesteigertem Appetit kommen. Eine erneute Nikotinzufuhr beseitigt diese negativen Folgen und der Raucher ist dadurch in seiner Abhängigkeit „gefangen“.

„Durch Zigarettenrauchen sterben mehr Menschen als durch Verkehrsunfälle, Aids, Alkohol, illegale Drogen, Morde und Selbstmorde zusammen“, so steht es im Vorwort einer Broschüre des Deutschen Krebszentrums Heidelberg. Die Weltgesundheitsorganisation berechnet auf der Grundlage von epidemiologischen Studien, dass weltweit 4 Millionen Menschen an den Folgen ihres Rauchverhaltens sterben. In Deutschland geht man jährlich von etwa 110 000 tabakbedingten, frühzeitigen Todesfällen aus, d.h. täglich sterben ca. 300 RaucherInnen. Die durch das Rauchen verursachten Kosten (Karzinome, Herz-Kreislauf-Erkrankungen) schätzt die Deutsche Gesellschaft für Nikotinforschung auf ca. 80 Milliarden Euro. Kämen in Deutschland täglich 300 Menschen durch Verkehrsunfälle (Zug, Flugzeug, Auto) oder andere Ereignisse um Leben würden Krisenstäbe tagen, man würde nach sofortigen Sicherheitsmaßnahmen suchen, würde versuchen die Verursacher zur Verantwortung zu ziehen. Was unternimmt man aber gegen das Rauchen? Man hat das Gefühl, dass alle Versuche das Rauchen einzuschränken sehr halbherzig sind, Beispiele sind dafür die endlosen Diskussionen um die Tabakwerbung sowie die Zigarettenautomaten.

Das Sterben von Rauchern ist auch nicht sehr medienwirksam, sie sterben eher einsam, sie sterben häufig mit Schuldgefühlen, insbesondere wenn sie im Alter von ungefähr 40 Jahren ihre Frau/ihren Mann und ihre Kinder unversorgt zurücklassen müssen. Die Statistik zeigt, dass zunehmend mehr Mütter und Väter im Alter von 35 -45 Jahren an den Folgen des Rauchens, z.B. Lungenkrebs, sterben.

Die Statistik zeigt auch, dass in der Vorbeugung, in der Tabakprävention viel zu wenig gemacht wird. Zu stark wirkt immer noch das positive Image des Rauchens auf junge Menschen, dass nämlich RaucherInnen erwachsen, spontan, frei,

attraktiv, abenteuerlustig... sind, ein Image, das vor allem durch die Werbung aufgebaut und aufrechterhalten wird. In der letzten Drogenaffinitätsstudie Jugendlicher von 2001, die die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung seit 1973 regelmäßig durchführt, gaben 38% der 12-25-Jährigen an zu rauchen, wovon sich 22% als ständige Raucher und 16% als Gelegenheitsraucher bezeichneten. Unterschiede zwischen männlichen und weiblichen Jugendlichen gibt es fast keine mehr (38% vs 37%). Obwohl die Raucherquote bei Jugendlichen mit dem Alter stark variiert - so rauchen von den 12-13-Jährigen 10% und von den 20-21-Jährigen 48% - kann man festhalten, dass mit steigendem Alter mehr und mehr Jugendliche zu ständigen Rauchern und von ständigen Rauchern mehr und mehr zu starken Rauchern mit einem Konsum von 20 Zigaretten oder mehr am Tag werden. Diese Fakten belegen auch den Satz, der auf einer Free-Card zu lesen war: „ Raucher werden immer jünger, Nichtraucher werden älter“ .

Zu fordern ist, dass Tabakprävention, Nikotinsuchtbehandlung und Tabakkontrolle zu einem ernststen und dauerhaften Thema in der Gesundheitspolitik werden. Unglaublich erscheinen die „Gesundheitsdiskussionen“ im Zusammenhang mit Erhöhungen der Tabaksteuer, wenngleich ein hoher Preis der Suchtmittel zweifelsfrei die Nachfrage, gerade bei jugendlichen Erstkonsumenten und Probierenden, einschränken würde.

Selbstkritisch ist jedoch auch zu sagen, dass sich die ambulante und stationäre Suchtkrankenhilfe bisher dieses Suchtproblems nicht ernsthaft und andauernd genug angenommen hat. In unserer Beratungs- und Behandlungsstelle gab es zwar immer wieder Ansätze sich mit dem Thema Nikotinmissbrauch und -abhängigkeit zu beschäftigen, so gab es bereits 1981 ein Gruppenangebot für jugendliche Raucher - „Nichtraucher in 10 Wochen“ -, einen angemessenen Platz in unserer Angebotsstruktur erhielt die Thematik jedoch nicht. In Suchtprävention, Beratung und Behandlung wurde das Thema immer mit einbezogen, explizite Angebote für die Zielgruppe Raucher gibt es in der BRIGG jedoch erst seit wenigen Jahren. In der Suchtprävention gab es die Teilnahme an der landesweiten Aktion „Be smart- don't start“, in der Beratung erfolgte der Versuch ein Gruppenprogramm zur Raucherentwöhnung für jugendliche Raucher an einer Schule zu installieren. Zukünftig wollen wir im Beratungs- und Behandlungszentrum des Caritasverbandes unter dem Motto: „Den Einstieg verhindern, den Ausstieg erleichtern“, kontinuierliche Angebote an alle Zielgruppen machen. Die Suchtprävention hat mit ihrem Projekt „Niko“ (siehe auch Jahresbericht S. 27) im Jahr 2002 damit begonnen. In der Fachstelle Beratung und Behandlung der BRIGG sowie der Beratungs- und Behandlungsstelle für Erwachsene mit Suchtproblemen gibt es mittlerweile die Möglichkeit einer Beratung bei Nikotinmissbrauch oder Nikotinabhängigkeit.

In einer Charta gegen Tabak der Weltgesundheitsorganisation, WHO, (1988) heißt es: „Jeder Raucher hat das Recht, Unterstützung und Hilfe zu erhalten, um sich das Rauchen abzugewöhnen“. Wir bieten Ihnen Hilfe an, nutzen Sie diese!