

„Atmung o. k.? – Machen Sie mit beim Lungen-Check!“

**Aktion des Deutschen Lungentages und seiner Kooperationspartner mit
dem Landesprogramm Bildung und Gesundheit NRW -- Gute gesunde
Schule –
und dem Berufskolleg f. Wirtschaft und Verwaltung der Stadt Herne**



■ Wer wir sind:

Das Berufskolleg ist seit 1998 Schul-
Veranstalter des Deutschen Lungentages
OPUS/Klinik/Praxis/ADIZ, Projekt: Umwelt-
Lunge-Sucht – „Organisation eines Lungentages
mit Klasse2000, PowerPoint/Internet und
Lungensport“

Schulleitung: Oberstudiendirektorin

Elke Vormfenne – www.bk.herne.de

Ansprechpartnerin der außerschulischen

Partner und deren Schulkoordinatorin:

Gerda Cromberg, Fachlehrerin - www.gesundheitliche-chancengleichheit.de

Gesundheit – Schule – Beruf - Berlin

■ Außerschulische Partner:

Deutscher Lungentag mit seinen

Organisationen sowie Dt. Gesellschaft für

Nikotin- und Tabakforschung, Bundesverband

Ärztl. Arbeitskreis „Rauchen und Gesundheit“

■ Wissenschaftliche Begleitung:

2007 wurde das Projekt durch Prof. Dr. Göpel,
Gesundheitsförderung, Fachbereich Sozial-
und Gesundheitswesen, Hochschule Magdeburg-
Stendal (FH) zertifiziert.

Sie sehen Auszüge aus Präsentationen - Modell Klasse 2000

- ❖ Kinder nach wie vor im Fadenkreuz der Tabakindustrie
- ❖ Deutschland von 2007 – 2010 immer noch Schlusslicht in der Tabakprävention
- ❖ Lückenhafter Nichtrauchererschutz in NRW
- ❖ Gerichte setzen Fakten beim Nichtrauchererschutz
- ❖ Raucher anfälliger für Tuberkulose
- ❖ Demenz durch Rauchen
- ❖ Gewichtszunahme beim Rauchstopp – ein begrenztes Problem – Tanzen, auch eine Form von Lungensport
- ❖ Schutzengel für Mukoviszidose-Kinder 2011

„Wir müssen sie jung an den Haken kriegen und dann ein Leben lang“

Zitat: Tommie Sandefuhr, Geschäftsführer des Tabakkonzerns Brown & Williamson, u. a.

Lucky Strike und Pall Mall

Quelle: www.forum-rauchfrei.de



Trotz Verboten und Aufklärungskampagnen rauchen immer noch etwa 15,4 Prozent der 12 – bis 17-jährigen.

Quelle: www.krebsgesellschaft.de

Tabakwerbung und falsche Vorbilder verführen Kinder zum Rauchen



**Sei kein Schwächling ...
... hör auf! – bevor du anfängst**

Kinder rauchen auch passiv

**Kinder in Raucherhaushalten
haben 2,8-mal häufiger
ganzjährig Schnupfen, als Kinder
in
Nichtraucherhaushalten.**



**Passivrauchen steigert das
Infektrisiko bei Kindern, kann
Asthma und bei Anästhesie
Komplikationen bei der Atmung
auslösen.**

Neue Maßnahmen der EU

Die Europäische Kommission hat 2010 die Diskussion um eine Änderung der europäischen Tabakprodukt Richtlinie 2001 eröffnet.

Es geht um weitere Maßnahmen zur Eindämmung des Tabakskonsums und zum Jugend-Verbraucherschutz.



Foto: <http://www.karikatur-cartoon.de/bilder/zigarette.jpg>



Deutschland – immer noch Schlusslicht bei der europäischen Tabakprävention



Laut der Europäischen Rangliste der Krebsligen (ECL) und dem Netzwerk zur Prävention des Rauchens (ENSP) hat sich in Deutschland in den Jahren 2007 – 2010 nichts verändert. Die Raucherquote liegt bei 27 Prozent.

Die Ländern: Slowenien, Dänemark und Schweiz, konnten die Raucherquote unter 20 Prozent senken.



Verbesserung des Nichtraucherschutzes in einigen Bundesländern ab 2010

- **Der saarländische Verfassungsgerichtshof erklärt im Jahre 2010 das absolute Rauchverbot in Gaststätten, als verfassungsgemäß.**
- **Auch Shisha-Kneipen müssen rauchfrei bleiben. (Gerichtsurteil: Karlsruhe 2010)**
- **Beschwerden von Betreibern von Shisha-Cafés wurde abgewiesen.**
- **Volksinitiativen zum Nichtraucherschutz in Bayern und Berlin**

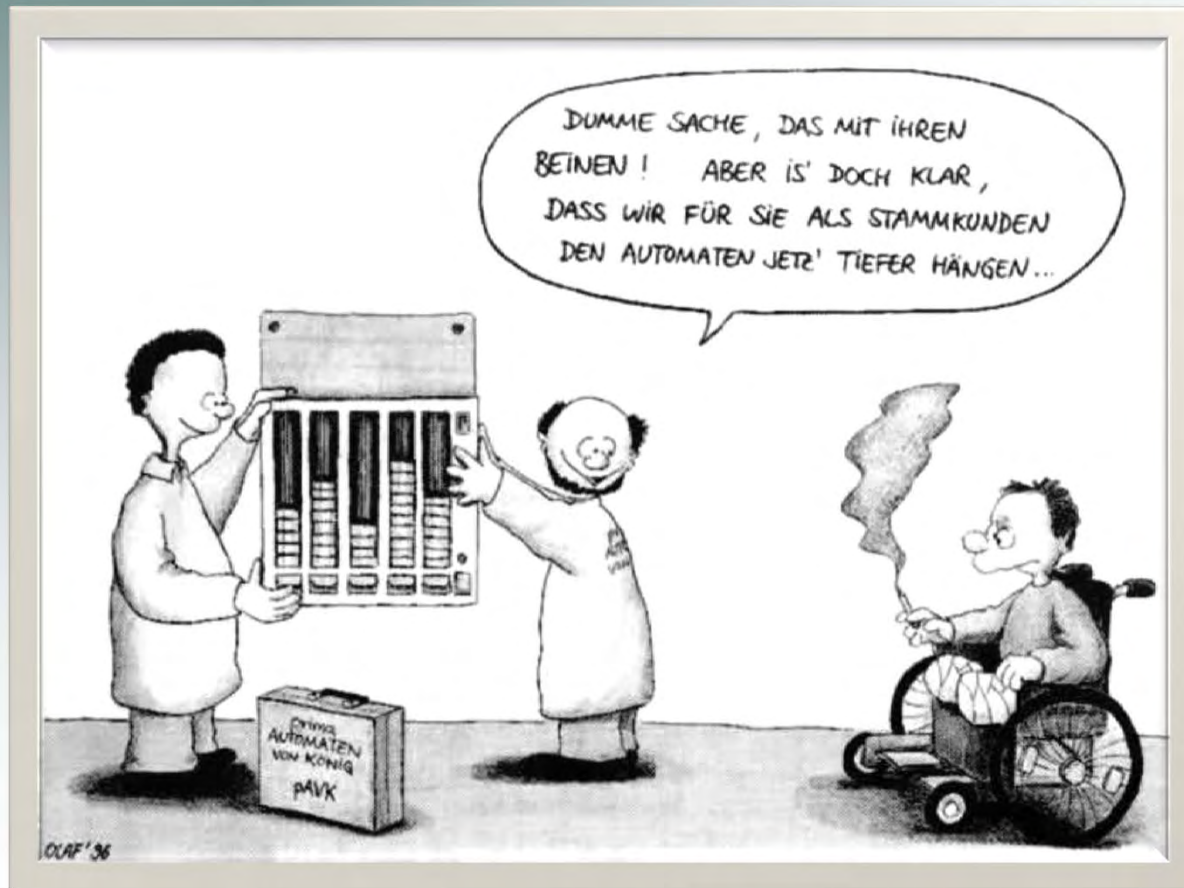


Lückenhafter Nichtraucherschutz in NRW – Umfrage in 15 Städten

- In jeder dritten Gaststätte in NRW wird weiter geraucht.
- 92 Prozent der Rauchergaststätten halten sich nicht an die gesetzlichen Vorschriften.
- 70 Prozent der Raucherräume entsprechen nicht den Vorgaben des Gesetzgebers. Häufig fehlt die räumliche Abtrennungen zum Nichtraucherraum.
- Kellner durch Passivrauchen nachweislich verschlechterte Lungenfunktionswerte.
- Von 50 Diskotheken waren nur 3 rauchfrei
- In 90 % der Spielhallen wird weiter geraucht



Der Stadtrat von Bergisch-Gladbach (CDU, SPD, FDP) beschloss, zukünftig Tabakwerbung auf städtischen Flächen zuzulassen und erhofft sich dadurch Einnahmen in Höhe von 100.000 Euro.





Barbara Steffen, zuständige Ministerin des Landes NRW, wies die Selbsteinladung der Tabaklobby zur Teilnahme an der Konferenz zur Verbesserung des Nichtraucherschutzgesetzes, energisch ab.

Zitat der Ministerin:

„Niemand käme auf die Idee, vor der Erweiterung einer Fußgängerzone mit der Automobilindustrie zu reden.“

Laut Artikel 5 (3) der WHO-Rahmenkonvention für Tabakprävention sollten sich Regierungsvertreter dem Einfluss der Tabakindustrie entziehen.

Quelle: Bundesverband des Ärztlichen Arbeitskreises „Rauchen und Gesundheit“

FAKTEN ZU RAUCHEN IN DEUTSCHLAND

- 2010 sind 27 Prozent der deutschen Bevölkerung zwischen 15 und 75 Jahren Raucher.
- Über 110 000 Menschen sterben jährlich an Erkrankungen, die durch das Rauchen entstehen.
- 3 300 Nichtraucher sterben jährlich durch Passivrauchen
- 2008 stiegen die bisher schon hohen gesamtgesellschaftlichen Kosten für Gesundheitsausgaben und Produktivitätsverluste auf derzeit 21 Milliarden EURO jährlich.
- Damit überstiegen diese Kosten die Tabaksteuereinnahmen von rund 13,6 Milliarden Euro.

Jede 2. Raucherin muss damit rechnen,
chronisch Lungenkrank zu werden.

**Rauchen macht
unsexy...**

**85 % aller Männer geben
an, dass die Frau an ihrer
Seite Nichtraucherin sein
sollte.**

Rauchen macht „**IMPOTENT**“



Bei täglich **1-10 Zigaretten** *pro Tag*, steigt das Risiko der I m p o t e n z

Nicht nur Potenz sondern auch Spermien des Mannes leiden unter der Nikotinsucht

Doppelt so hohes Risiko einer Missbildung bei einem Raucherkind

If you won't
give up smoking
for your lungs,
heart or throat,

maybe
do it for
your

Demenz durch Rauchen?

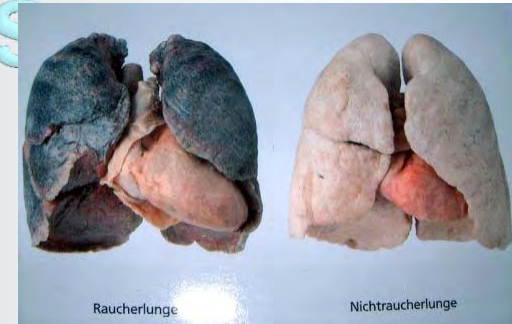
- Rauchen verändert den Hirnstoffwechsel und **beschleunigt die Entstehung von Demenz**

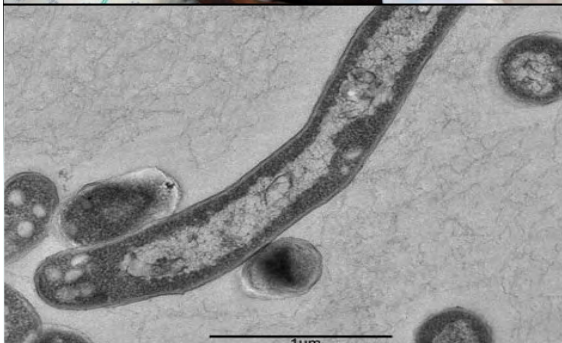


- **Raucher verlieren ab den 60 Lebensjahr viermal häufiger noch funktionstfähige Gehirnzellen als Nichtraucher**

Rauchen und Krebs

- Laut Schätzung der WHO werden, aufgrund des unveränderten Tabakkonsums, die COPD (chronisch-obstruktive Atemwegserkrankungen, Lungenentzündungen, Tuberkulose und Lungenkrebs zu den häufigsten Krankheiten gehören, die zum Tode führen.
- Krebs steht an 4. Stelle der Todesursachen und wird sich, laut WHO, im Jahre 2030 verdoppelt haben.
- Rauchen verringert die natürlichen Killerzellen.



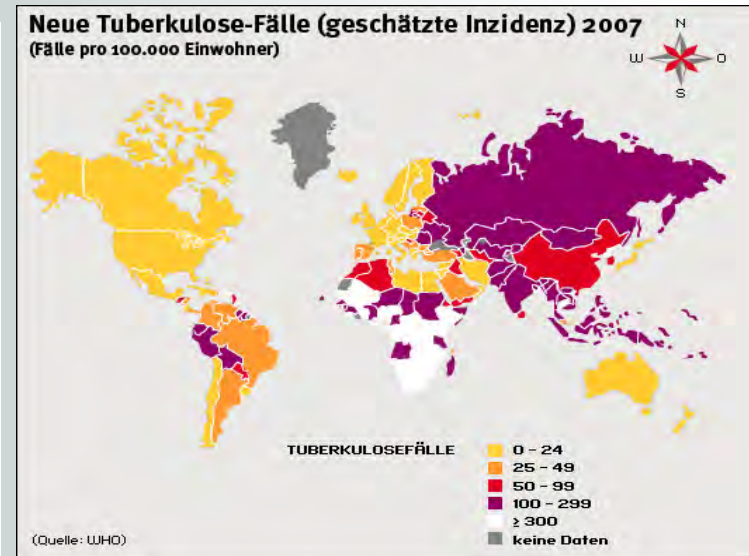


Die WHO warnt – die Tuberkuloserate steigt weltweit um etwa 9 Millionen pro Jahr



Raucher, Passivraucher und Kinder sind besonders ansteckungsgefährdet. 2009 erkrankten allein in Deutschland 4 440 Menschen an Tuberkulose.

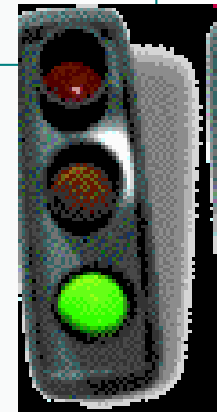
- **1/3 der Tuberkulose-Patienten in Deutschland sind Migranten aus Asien oder Osteuropa.**
- **1/3 junge Bildungsreisende, die sich z. B. auf einer Fahrradtour in Vietnam angesteckt haben.**
- **3/4 der Au-pairs in Deutschland kommen aus Ländern mit hohen Tuberkuloseraten. Einige Au-pair-Versicherungen schließen die Kostenübernahme für mitgebrachte Krankheiten aus.**



Früherkennung kann
weitere Ansteckung
verhindern.
Tuberkulose ist in den
meisten Fällen
medikamentös gut
behandelbar.

Asthmatiker können durch Ausdauersport – z. B. Schwimmen - ihre Asthmakontrolle erheblich verbessern

- **Der Lungenfunktionstest hilft bei der Früherkennung von Asthma und anderen Lungenkrankheiten.**
- **Sie pusten in ein Mundstück, der Computer erstellt ein Volumen-Zeit-Kurven-Diagramm. Gemessen wird der FEV1 = Forciert Expiratorisches Volumen in 1 Sekunde.**





Weg mit der Kippe!
Aber machen Sie sich klar, was
beim Rauchstopp im Körper
passiert

- **Raucher nehmen etwa 3 Kg zu
wenn sie aufhören**

Fallen Sie nicht einem Vorurteil zum Opfer

- **Rauchen macht nicht schlank.**
- **Bewegung macht schlank!**
- **Mit zunehmendem Alter verändert sich der Energieverbrauch. Ohne gesunde Ernährung und Bewegung wird man Dick und Fett**





TIPPS ZUM ABGEWÖHNEN

- Festen Zeitpunkt festlegen um sich das Rauchen abzugewöhnen
- Ablenkung und alle Raucherutensilien entfernen
- Möglichst viel trinken (Wasser, verschiedene, verdünnte Säfte, ...)
- Vom Geld profitieren was man zuvor für Zigaretten investiert hat für etwas Besonderes
- Sport treiben, tanzen, Fahrradfahren
- Auf gesunde Ernährung achten (Obst, Gemüse,...)
- Falls Heißhunger auf Süßes: zuckerfreie Kaugummis oder Süßigkeiten!



<http://www.gesundheit.de/krankheiten/psyche-und-sucht/rauchen-und-nikotinsucht/mit-dem-rauchen-aufhoeren-12-wirkungsvolle-tipps>

Belohnung für Durchstarter

- Sport macht fit und lenkt vom Rauchen ab.
- Tanzen macht Freude.
- Lese Bücher.
- Denke positiv – du fühlst dich von Tag zu Tag besser.
- Belohne dich selbst.





Marco Schreyll ist Schutzengel 2011 für Menschen mit Mukoviszidose

Helpen Sie mit! - Kinder mit Mukoviszidose brauchen viele Schutzengel, denn immer noch sterben Kinder, bevor sie erwachsen werden. www.muko.info.de

**Sie sahen Auszüge aus „Klasse 2000“.
Die Schülerinnen und Schüler erhalten seit
dem Jahre 2007 für ihre
Raucheraufklärungspräsentationen eine
Bescheinigung des Deutschen Lungentages**

Beteiligt waren SchülerInnen aus den Klassen:

- **Höhere Berufsfachschule: HBFU 2**
- **Berufsfachschule: BF1 b**
- **Zahnmedizinische Fachangestellte: ZAU 1 und 4**

Anleitung „Klasse 2000“: Gerda Cromberg, Ansprechpartnerin, Mitglied und Schulkoordinatorin der außerschulischen Partner - Deutscher Lungentag mit seinen Organisationen sowie Dt. Gesellschaft für Nikotin- und Tabakforschung, Bundesverband Ärztl. Arbeitskreis „Rauchen und Gesundheit“

„Das einzige Mittel das Leben zu ertragen, ist, es schön zu finden.“

Rudolf Leonhard

Deutscher Schriftsteller 1889 bis 1953

Vielen Dank

für

Ihre Aufmerksamkeit