

IST RAUCHEN BEI JUGENDLICHEN NOCH BELIEBT?

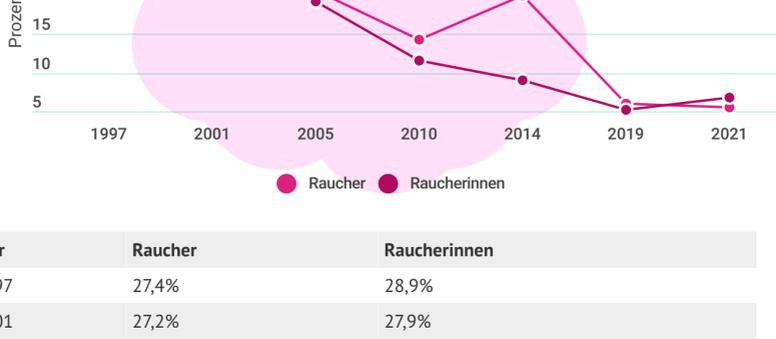
Immer weniger Jugendliche rauchen. Das zeigen Statistiken und Zahlen aus dem Jahr 2022. Gründe dagegen gibt's ja genug – dass Rauchen ungesund und teuer ist, weiß jeder. Und falls du noch weitere Gründe oder gute Sprüche gegen eine angebotene Zigarette brauchst, wirst du weiter unten fündig.

Schau dir doch die Ergebnisse der BZgA im Jahr 2022 etwas näher an:

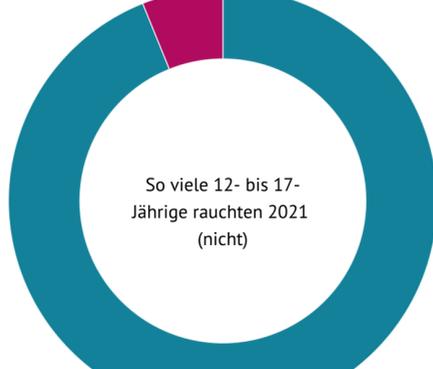


TREND DES NICHTRAUCHENS

Die Zahl der Jugendlichen, die rauchen, geht zurück. Während 2001 noch 27,5 Prozent aller Jugendlichen geraucht haben, waren es 2021 nur noch 6,1 Prozent. Die Unterschiede zwischen Jungen und Mädchen sind dabei mittlerweile fast verschwunden.

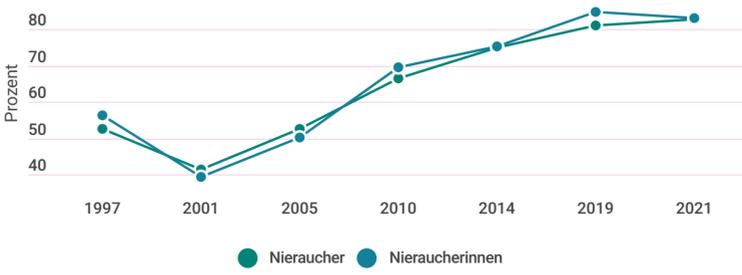


Jahr	Raucher	Raucherinnen
1997	27,4%	28,9%
2001	27,2%	27,9%
2005	20,7%	19,3%
2010	14,2%	11,5%
2014	20%	8,9%
2019	6%	5,2%
2021	5,5%	6,8%



Quelle: BZgA 2022

● Nichtraucher ● Rauchende

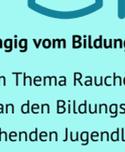


Ebenso war 2021 der Anteil der Jugendlichen, die noch nie geraucht haben mit 82,9 Prozent so hoch wie noch in keiner der früheren Untersuchungen. Die Zahl der niemals Rauchenden hat sich damit im Vergleich zu 2001 mehr als verdoppelt.

Die Geschlechtsunterschiede sind mittlerweile auch hier verschwindend gering.

Jahr	Nieraucher	Nieraucherinnen
1997	52,8%	56,3%
2001	41,6%	39,5%
2005	52,5%	50,2%
2010	66,5%	69,7%
2014	75,2%	75,4%
2019	81,2%	84,9%
2021	82,8%	83,1%

Quelle: BZgA 2022



Abhängig vom Bildungsgrad

Während Geschlechtsunterschiede beim Thema Rauchen kaum existieren, unterscheidet sich das Rauchverhalten deutlicher, wenn man den Bildungsgrad betrachtet: Unter Gymnasiastinnen und Gymnasiasten ist der Anteil an rauchenden Jugendlichen geringer als bei den Schülern und Schülerinnen anderer Schultypen.

Quelle: BZgA 2022

NICHTRAUCHEN – WARUM?

Die Zahlen zeigen: Nichtrauchen ist immer mehr im Trend. Gründe für das Nichtrauchen gibt es viele. Einer der wichtigsten Gründe, mit dem Rauchen aufzuhören oder gar nicht erst anzufangen, ist die eigene **Gesundheit**. Durch Rauchen entstehen viele Krankheiten wie **Krebs** oder **Herz-Kreislauf-Erkrankungen**. Aber Rauchen hat noch mehr Nachteile, klicke auf die Icons und erfahre mehr:

Hohe Kosten: Je nachdem wie viel geraucht wird, ist rauchen ganz schön teuer.

Rauchende riechen nach Rauch. Beispielsweise an ihrer Kleidung und ihren Fingern. Frischer Atem geht auch anders!

Rauchende belasten auch die Gesundheit anderer Menschen. Mehr zum Thema Passivrauchen hier.

Abnahme der Fitness: Ausdauer wird schlechter.

Das Rauchen von Zigaretten wirkt sich negativ auf das Aussehen aus: braune Finger, schlechte Haut und gelbe Zähne sind nur einige der Nebenwirkungen auf das Äußere.

Rauchen beeinflusst die Durchblutung des Körpers negativ und reduziert den Anteil der Sexualhormone – und kann damit zu Libido- und Erektionsstörungen führen.

Wie schadet Rauchen dem Aussehen?



Warum ist Passivrauchen so gefährlich?



Rauchen und andere Lebensbereiche



Rauchen und Sex



Was kostet mich das Rauchen?



DU BRAUCHST WEITERE GRÜNDE?

Wenn dir diese Argumente nicht reichen: Die WHO hat eine ganze Liste mit mehr als 100 Gründen zusammengestellt, die gegen das Rauchen sprechen.

Ein paar davon sind:



Jährlich sterben allein in Deutschland rund **127.000 Menschen** an den Folgen des Rauchens.



Zigaretten verursachen oft **Brände**, bei denen manchmal auch Menschen sterben.



Als **Nichtraucher** oder **Nichtraucherin** ist man ein **gutes Vorbild** für Kinder oder Freundinnen und Freunde.



Nicht rauchen kann die **Produktivität steigern**: Wer keine Raucherpause machen muss, wird auch nicht aus produktiven Phasen rausgerissen.



Rauchende unterstützen gezwungenermaßen **Kinderarbeit** und **Umweltzerstörung**.

Nicht genug Gründe für dich? Scann den QR-Code und sieh dir mehr Gründe von der WHO an!



Klar ist also: Es gibt wirklich 100 gute Gründe, abzulehnen, wenn dir jemand eine Zigarette anbietet. Das gilt im Grunde auch, wenn es um das Thema Shisha geht, denn da ist schließlich (oft) auch Tabak drin. Mehr zum Shisha-Rauchen findest du hier:



Quellen:

- Schaller, Katrin; Kahnert, Sarah; Graen, Laura; Mons, Ute; Ouedraogo, Nobila. (2020). Tabakatlas Deutschland 2020. Deutsches Krebsforschungszentrum. Lengering: Pabst Science Publishers. URL: <https://www.dkfz.de/de/tabakkontrolle/download/Publikationen/sonstVeroeffentlichungen/Tabakatlas-Deutschland-2020.pdf> [zuletzt aufgerufen am 16.10.2023]
- Orth, B. & Merkel, C. (2022). Der Substanzkonsum Jugendlichen und junger Erwachsener in Deutschland. Ergebnisse des Alkoholsurveys 2021 zu Alkohol, Rauchen, Cannabis und Trends. BZgA-Forschungsbericht. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. DOI: <https://doi.org/10.17623/BZGA:Q3-ALKSY21-DE-1.0>
- Spahlinger, Peter. (o. D.). Gilt auch für Models: Rauchen schadet dem Aussehen. rauchfrei. URL: <https://www.rauchfrei.info/wissen/news/gilt-auch-fuer-models-rauchen-schadet-dem-aussehen/>
- Was kostet mich das?. (o. D.). rauchfrei. URL: <https://www.rauchfrei.info/rauchstopp/was-kostet-mich-das/> Spahlinger, Peter. (o. D.).
- Warum ist Passivrauchen gefährlich?. rauchfrei. URL: <https://www.rauchfrei.info/wissen/gefahren-und-risiken/warum-ist-passivrauchen-gefaehrlich/>
- Umfrage: Zigarette danach?. (o. D.). rauchfrei. URL: <https://www.rauchfrei.info/aktiv-dabei/strassenumfragen/umfrage/zigarette-danach/>
- Spahlinger, Peter. (o.D.). Rauchen und... rauchfrei. URL: <https://www.rauchfrei.info/wissen/rauchen-un>

rauchfrei!