



MEDIENMITTEILUNG

Kontakt Stefanie de Borba, Medienverantwortliche, media@krebsliga.ch
Telefon direkt 031 389 93 31
Datum Bern, 25. Mai 2022

Ein Rauchstopp ist die beste Krebsvorsorge

Die Weltgesundheitsorganisation WHO macht am Welttag ohne Tabak am 31. Mai auf die Umweltauswirkungen von Tabak aufmerksam. So wie Tabak Gift für unseren Planeten ist, ist er bekanntlich auch für den Körper schädlich. Wer sein Krebsrisiko senken will, verzichtet deshalb auf Tabakprodukte. Die Rauchstopplinie hilft Raucherinnen und Rauchern mit evidenzbasierten Methoden beim Ausstieg.

In der Schweiz sterben jedes Jahr 9500 Menschen an den Folgen von Tabak. Tabakkonsum ist weltweit die Hauptursache für vermeidbare Krankheiten und Todesfälle. Mehr als 80 Prozent der Lungenkrebsfälle gehen auf das Konto von Tabak und er erhöht auch das Risiko, an anderen Krebsarten zu erkranken.

Niederschwelliges Angebot in zehn Sprachen

Kein Wunder also, dass mehr als die Hälfte aller Raucherinnen und Raucher mit dem Rauchen aufhören möchte. Doch viele wissen nicht, wie diese Herausforderung am besten anzupacken ist. In diesen Fällen bietet die Rauchstopplinie der Krebsliga Unterstützung. Das niederschwellige Angebot ist in zehn Sprachen verfügbar und lässt sich flexibel auf die Bedürfnisse der Anruferinnen und Anrufer anpassen. Die Nummer 0848 000 181 ist auf jedem Zigarettenpaket aufgedruckt.

Telefonische Beratung als wirksame Methode

Bereits ein erstes telefonisches Beratungsgespräch kann helfen, das Rauchen langfristig aufzugeben. «Mit professioneller Hilfe gelangt man schneller ans Ziel», ist Daniela Ryf, Leiterin der Rauchstopplinie, überzeugt. Verschiedene Studien belegen die Wirksamkeit der telefonischen Beratungsangebote. Entwöhnungswillige, die auch die kostenlosen Folgegespräche in Anspruch nehmen, haben dabei grössere Chancen auf Erfolg. Eine mehrjährige Studie zeigte, dass mindestens fünf Beratungsgespräche deutlich besser wirken als ein einziges.

Weitere Informationen: www.rauchstopplinie.ch