

Rauchprävention: Können Eltern beeinflussen, ob ihre Kinder später rauchen?



Ob ein junger Mensch anfängt zu rauchen, hängt sowohl von seiner eigenen Einstellung als auch vom Einfluss anderer Menschen ab. Wenn Eltern ihre Kinder aufklären und sie dabei unterstützen, nicht mit dem Rauchen anzufangen, kann dies die Wahrscheinlichkeit verringern, dass die Kinder später rauchen.

Ob ein junger Mensch anfängt zu rauchen, hängt sowohl von seiner eigenen Einstellung als auch vom Einfluss anderer Menschen ab. Wenn Eltern ihre Kinder aufklären und sie dabei unterstützen, nicht mit dem Rauchen anzufangen, kann dies die Wahrscheinlichkeit verringern, dass die Kinder später rauchen.

Ist man erst einmal nikotinabhängig geworden, fällt es sehr schwer, das Rauchen aufzugeben. Deshalb ist der beste Weg, um Raucherkrankheiten zu vermeiden, gar nicht erst mit dem Rauchen anzufangen. Dies betrifft vor allem junge Menschen, denn die meisten Raucherinnen und Raucher haben vor dem 18. Lebensjahr angefangen zu rauchen. Dies trifft vermutlich bei mindestens 9 von 10 rauchenden Menschen zu. Nach Informationen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) rauchen mehr als 20 % der Mädchen in Europa im Alter von 15 Jahren bereits regelmäßig.

Die Forschung hat verschiedene Einflüsse ermittelt, wann und warum junge Menschen mit dem Rauchen anfangen. So könnte etwa die Wahrscheinlichkeit mit dem Rauchen anzufangen erhöht sein, wenn sich ein junger Mensch große Sorgen um sein Körpergewicht und seine Figur macht und mit dem Rauchen beginnt, um dünner zu werden. Bei Jugendlichen, die Sport treiben, ist es dagegen weniger wahrscheinlich, dass sie rauchen. Ein weiterer wichtiger Einflussfaktor sind die Ansichten und das Rauchverhalten der Menschen im direkten Umfeld: Jugendliche, die mit dem Rauchen anfangen, haben häufiger Freunde, Geschwister oder Eltern, die selbst rauchen. Je jünger dabei die Heranwachsenden sind, desto schwerer kann es ihnen später fallen, wieder mit dem Rauchen aufzuhören.

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler haben herausgefunden, dass nicht nur Freunde und Gleichaltrige einen Einfluss darauf haben, ob junge Menschen mit dem Rauchen anfangen. Die Familie ist wahrscheinlich einer der wichtigsten Einflussfaktoren: Nichtraucherinnen und Nichtraucher haben häufiger Eltern, die das Rauchen ablehnen, selbst niemals geraucht oder das Rauchen aufgegeben haben. Diese wissenschaftlichen Erkenntnisse widersprechen der landläufigen Meinung, dass Eltern, die das Rauchen missbilligen, ihre Kinder eher dazu verleiten könnten, zu rebellieren und mit dem Rauchen anzufangen. Auch wenn dies im Einzelfall ein Grund sein kann.

Forschung zum Einfluss der Eltern

Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler der Cochrane

Collaboration – einem internationalen Forschungsnetzwerk – haben nach Studien gesucht zu Strategien, wie Eltern unterstützt werden können, um ihre Kinder vom Rauchen abzuhalten. Sie suchten nach sogenannten randomisierten kontrollierten Studien. In solchen Untersuchungen werden die Teilnehmenden nach dem Zufallsprinzip zwei oder mehr Behandlungsgruppen zugeteilt. Am Ende wird verglichen, wie sich die unterschiedlichen Behandlungen ausgewirkt haben. Im Fall der Rauchprävention hieß dies beispielsweise: Eltern und Kinder einer Gruppe nahmen an einer speziellen Schulung teil, in der sie Strategien zur Rauchprävention lernten. Die andere Gruppe erhielt keine solche Schulung. Mehr dazu, wie Studien durchgeführt werden, lesen Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.61.de.html>).

Nach ausführlicher Recherche fanden die Wissenschaftler insgesamt 22 Studien, in denen untersucht wurde, ob eine familienbezogene Maßnahme zur Verringerung des Rauchens bei jungen Menschen wirksam war. Einige von ihnen wiesen solche Schwächen in ihrer Durchführung auf, dass sie keine sehr zuverlässigen Antworten geben konnten. Andere Studien geben jedoch Hinweise darauf, dass Familienangehörige sehr wohl Jugendliche vom Rauchen abhalten können.

Rauchprävention kann bei manchen Kindern und Jugendlichen erfolgreich sein

In den Studien wurden viele verschiedene Maßnahmen untersucht. In einigen Studien wurden beispielsweise Elternkurse getestet, in anderen nur Broschüren mit Ratschlägen verschickt, wie man junge Menschen vom Rauchen abhalten kann. Die wissenschaftlichen Nachweise reichten insgesamt nicht aus, um sicher sagen zu können, welche Ratschläge wirksam sind. Etwa ob es wirklich dazu beiträgt, dem Rauchen vorzubeugen, wenn zu Hause Informationsmaterial gegen das Rauchen vorhanden ist. Eine weitere Strategie bestand darin, Eltern zu ermutigen, ihren Kindern Stärke und Selbstbewusstsein zu vermitteln, damit sie auch Nein sagen können - allerdings ist auch dieser Ansatz nicht ausreichend wissenschaftlich geprüft.

Ob bestimmte Strategien sich eventuell sogar negativ auswirken, ließ sich aus den Studienergebnissen nicht ablesen. So gab es beispielsweise keine Informationen darüber, ob manche Maßnahmen zur Vorbeugung fehlschlagen und damit das Rauchen sogar noch begünstigen - oder ob andere Strategien familiäre

Konflikte auslösen oder Schuldgefühle bei den Eltern hervorrufen.

Die Wissenschaftlergruppe kam zu dem Schluss, dass Jugendliche möglicherweise seltener anfangen zu rauchen, wenn die Eltern dabei unterstützt werden, ihre Kinder aktiv vom Tabakkonsum abzuhalten. Allerdings beeinflussen neben der Vorgehensweise der Eltern auch andere Faktoren die Tatsache, ob ein junger Mensch mit dem Rauchen beginnt.

Autor: Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Glossar

Cochrane Collaboration

Die Cochrane Collaboration ist ein internationaler Zusammenschluss von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern, die sich zusammengetan haben, um in einzelnen Teams ("Cochrane Review Groups") zu medizinischen Fragen sogenannte systematische Übersichten (Reviews) zu erstellen, mit deren Hilfe wissenschaftlich begründete Aussagen über die Wirksamkeit medizinischer Therapien möglich werden. Zu diesem Zweck haben die Mitglieder der Cochrane Collaboration Methoden entwickelt, um systematisch und umfassend die verfügbaren Informationen über klinische Studien und die Wirksamkeit medizinischer Maßnahmen zu sammeln. Das Ziel der Cochrane Collaboration ist es, Ärztinnen, Ärzten, Patientinnen und Patienten wissenschaftlich fundierte Hilfen für informierte Entscheidungen zur medizinischen Versorgung zu geben und somit medizinische Entscheidungen insgesamt zu verbessern. Die deutsche Internetadresse der Cochrane Collaboration, auf der sich die Organisation selbst vorstellt, lautet www.cochrane.de.

Weltgesundheitsorganisation

Die Weltgesundheitsorganisation (engl. World Health Organization, WHO) ist eine Organisation der Vereinten Nationen mit Hauptsitz in Genf, die sich auf internationaler Ebene mit Fragen der öffentlichen Gesundheit befasst. Sie hat sich zum Ziel gesetzt, für alle Menschen weltweit eine bestmögliche Gesundheit zu erreichen. Gesundheit wird dabei als „ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen“ verstanden. Um dies zu erreichen, entwickelt die WHO unter anderem in gesundheitsbezogenen Bereichen Leitlinien und Standards, koordiniert Aktivitäten im Kampf gegen übertragbare Krankheiten, lanciert globale Impfprogramme und analysiert weltweite Gesundheits- und Krankheitsdaten. Weitere Informationen unter www.who.int.

Quellen

Die IQWiG-Gesundheitsinformationen stützen sich auf Forschungsergebnisse aus der internationalen Literatur. Wir identifizieren die zuverlässigsten aktuell verfügbaren wissenschaftlichen Erkenntnisse, insbesondere aus sogenannten „systematischen Reviews“. Darin werden wissenschaftliche Studien zum Nutzen und Schaden von Behandlungen und anderen Maßnahmen der Gesundheitsversorgung zusammenfassend analysiert, sodass Fachleute und Betroffene deren Vor- und Nachteile abwägen können. Mehr Informationen dazu, wie systematische Reviews aufgebaut sind und warum sie die zuverlässigsten Belege liefern, finden Sie hier (URL: <http://www.gesundheitsinformation.de/index.61.de.html>) . Außerdem bitten wir stets die Autorinnen und Autoren der zentralen systematischen Reviews, auf denen unsere Informationen beruhen, um ihre Unterstützung, um die medizinische und wissenschaftliche Korrektheit unserer Produkte sicherzustellen.

Thomas RE, Baker P, Lorenzetti D. Family-based programmes for preventing smoking by children and adolescents. *Cochrane Database of Systematic Reviews*: Version 2008, Issue 4. CD004493. [PubMed-Zusammenfassung (URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17253511>)]

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dem Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) obliegt von Gesetzes wegen die wissenschaftliche Bewertung des Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von medizinischen Leistungen. Dazu gehören auch die Nutzenbewertung von Arzneimitteln sowie die Herausgabe von Gesundheitsinformationen für Bürger und Patienten.

Wissenschaftliche Basis dieser Gesundheitsinformation

Unsere Informationen basieren primär auf so genannten systematischen Übersichten. Um ein objektives Bild über eine medizinische Maßnahme zu erhalten, ist eine systematische Übersicht notwendig. Hierzu werden zunächst die relevanten Fragestellungen formuliert. Zu diesen Fragen werden Forscher dann alle Studien zu diesem Thema suchen und auswerten.

Eine Liste der berücksichtigten wissenschaftlichen Literatur dieser Gesundheitsinformation finden Sie unter www.gesundheitsinformation.de.

Hinweis für die Nutzer:

Diese Gesundheitsinformationen wurden vom Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) erstellt und veröffentlicht. Sie basieren auf der Bewertung der zum Zeitpunkt der Erstellung verfügbaren wissenschaftlichen Literatur und anderer Informationsquellen.

Gesundheitsinformationen des IQWiG werden ausschließlich für Patienten in Deutschland zur Verfügung gestellt. Die Informationen sollten nicht für die Erstellung eigenständiger Diagnosen verwendet werden, da sie eine Beratung zwischen Ärztin/Arzt und Patientin/Patient nicht ersetzen können und nicht ersetzen sollen.