

Ausgangslage

An den Schulworkshops 'Unvernebelt in der Spur' der Lungenliga Zentralschweiz melden sich einzelne Schüler:innen und fragen bei den Workshopleiterinnen nach, wie man mit dem bestehenden Nikotinkonsum aufhören könnte. Sie fragen für sich oder für Kolleg:innen - das zeigt ein je unterschiedliches Interesse. Gleichzeitig wurden im Kanton Zug Rauchstopp-Kurse für Jugendliche mangels Nachfrage eingestellt. Die Recherche der Lungenliga Zentralschweiz zeigte: Es gibt derzeit keine spezifischen Aufhörangebote für Kinder und Jugendliche. Das nahm die Lungenliga Zentralschweiz als Anlass, Kinder und Jugendliche direkt zu ihren Bedürfnissen in Bezug auf den Nikotinstopp zu befragen.

Umfrage

Die Lungenliga Zentralschweiz führte im Herbst 2024 eine Umfrage mit 685 Jugendlichen zwischen 11 und 19 Jahren durch, um die Bedürfnisse zu Nikotinstopp-Angeboten zu ermitteln. Der Fokus wurde dabei auf die Konsumierenden Jugendlichen gelegt (n=74).

Resultate

Die Umfrage zeigt, dass bei Jugendlichen der Konsum von Nikotinprodukten vor allem im Freizeit- und sozialen Umfeld verbreitet ist. 56 % der konsumierenden Teilnehmenden unter 16 Jahren geben an, bereits seit über einem Jahr Nikotinprodukte zu konsumieren und nennen einen Mehrfachkonsum. Fast die Hälfte (46 %) der konsumierenden Jugendlichen hat bereits einen Nikotinstopp unternommen. Ein signifikanter Teil (36.5 %) sich unsicher, was den eigenen Konsum anbelangt oder zeigt die Bereitschaft, mit dem Konsum aufzuhören, glaubt jedoch oft, dies ohne externe Hilfe zu schaffen. Das Interesse an Unterstützung beim Nikotinstopp ist gering, insbesondere bei individueller Hilfe und Coaching-Formaten. Höhere Akzeptanz zeigen hingegen niederschwellige Angebote wie Chat-Beratung, Gruppensupport und peer-basierte Angebote.

49% der Nichtkonsumierenden (= 300 TN) würden sich dafür interessieren, in einem Peerssetting andere Kinder und Jugendliche dabei zu unterstützen, ihren Nikotinkonsum zu verringern oder präventiv tätig zu sein.

Fazit

Obwohl die Umfrageergebnisse einen geringen Bedarf an Unterstützung für den Nikotinstopp zeigen, sieht die Lungenliga Zentralschweiz dringenden Handlungsbedarf. Nikotinkonsum bei Jugendlichen wird oft erst dann als Problem wahrgenommen, wenn die negativen Auswirkungen deutlich spürbar sind – in der Regel nach mehreren Jahren des Konsums. Aus Sicht der Lungenliga ist es entscheidend, nicht abzuwarten, bis die Folgen des Konsums als Problem erkannt wird, sondern frühzeitig und niederschwelliges Angebot zu entwickeln. So können Jugendliche ihren Nikotinkonsum reflektieren und rechtzeitig Unterstützung für den Nikotinstopp in Anspruch nehmen.

1. Teilnehmende

Insgesamt haben 685 Personen an der Umfrage teilgenommen. Davon waren 89 % Nichtraucher, welche aufgrund der Zielsetzung nicht in die Auswertung einbezogen wurden. Es wurden Kinder und Jugendliche zwischen 11 und 19 Jahren befragt.

Fokus: Konsumierende: 11 % (74 Personen)

Verteilung

Alter der Konsumierenden

- **11 Jahre:** 1 Person (1.35 %)
- **12 Jahre:** 1 Person (1.35 %)
- **13 Jahre:** 4 Personen (5.41 %)
- **14 Jahre:** 26 Personen (35.14 %)
- **15 Jahre:** 16 Personen (21.62 %)
- **16 Jahre:** 3 Personen (4.05 %)
- **17 Jahre:** 7 Personen (9.46 %)
- **18 Jahre:** 11 Personen (14.86 %)
- **19 Jahre:** 5 Personen (6.76 %)

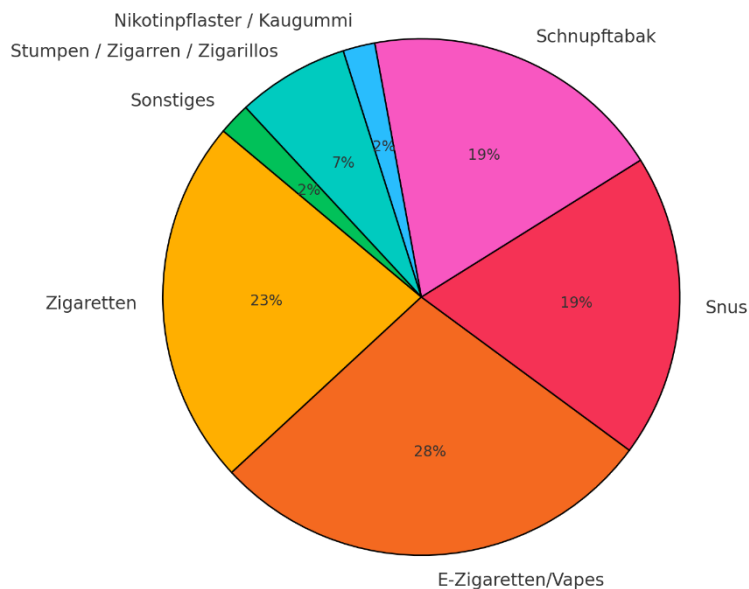
Geschlecht der Konsumierenden

- Männlich: 51 %
- Weiblich: 47 %
- Divers / keine Angabe: 2 %

2. Konsumverhalten

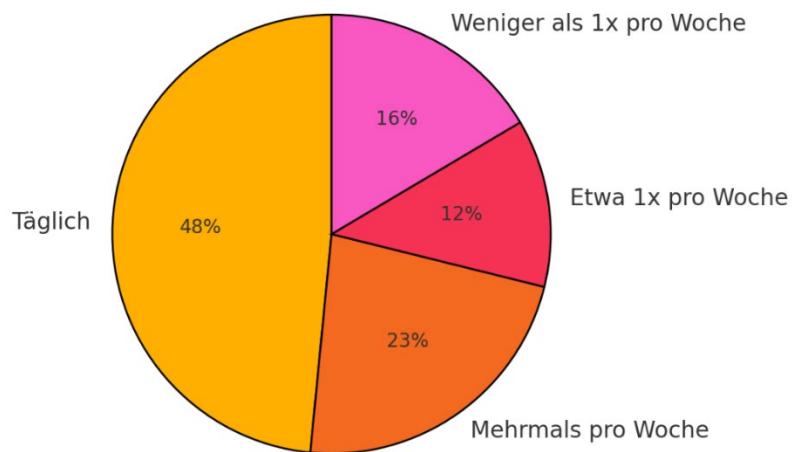
Verwendete Nikotinprodukte

Was wird konsumiert?



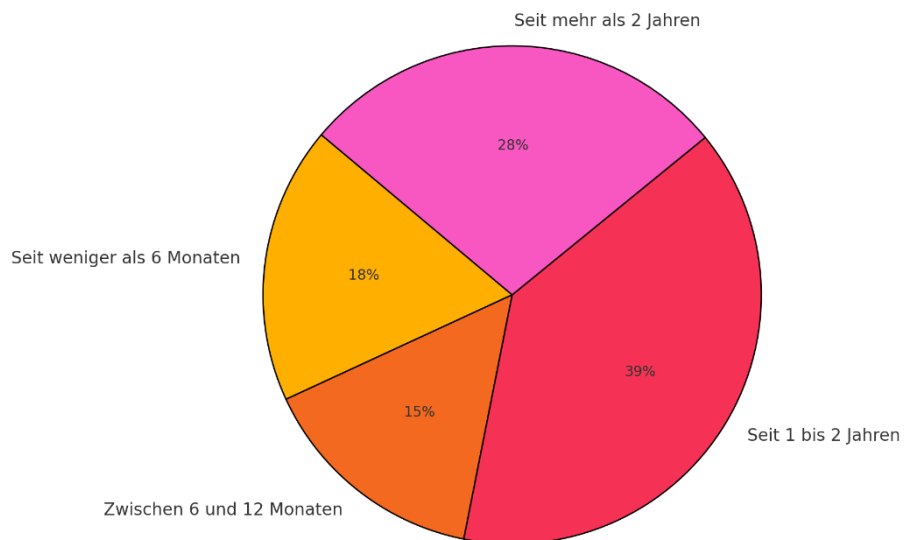
→ 66 % der Konsumierenden betreiben einen Mischkonsum von zwei oder mehr als zwei Produkten.

Häufigkeit



Dauer des Nikotinkonsums

Seit wie lange wird konsumiert?

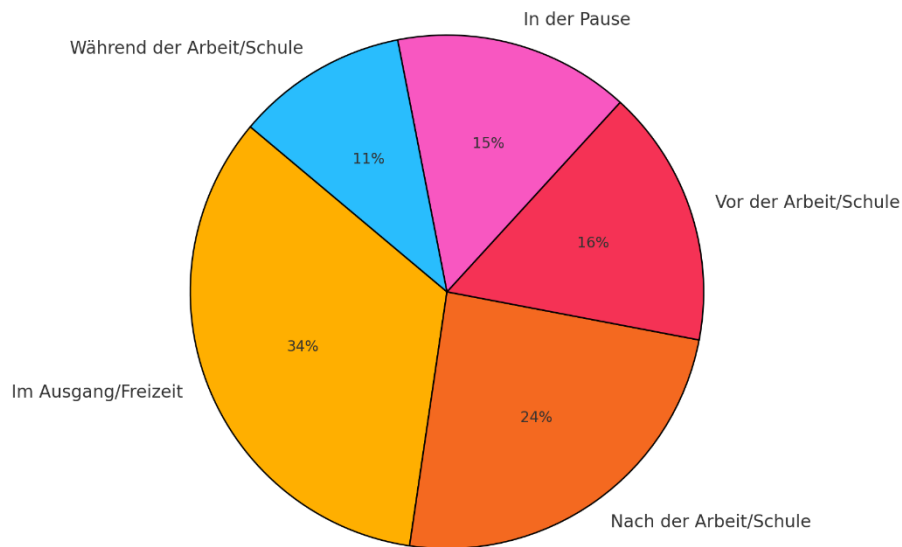


→ 88.5 % der >16-Jährigen konsumieren schon über 1 Jahr Nikotinprodukte.

→ 56 % der <16-Jährigen konsumieren schon über 1 Jahr Nikotinprodukte

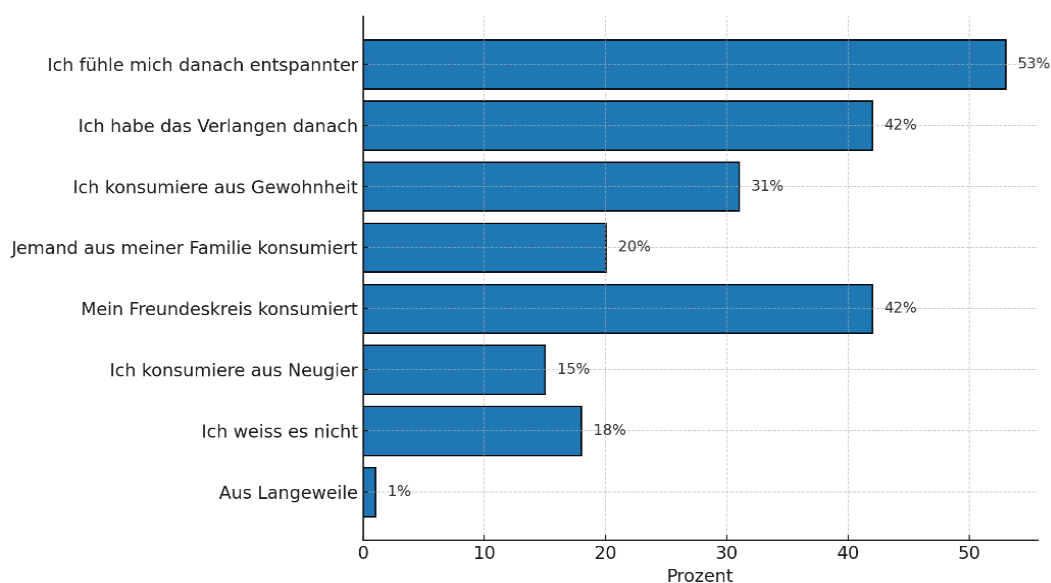
3. Konsummuster

Wann wird konsumiert?



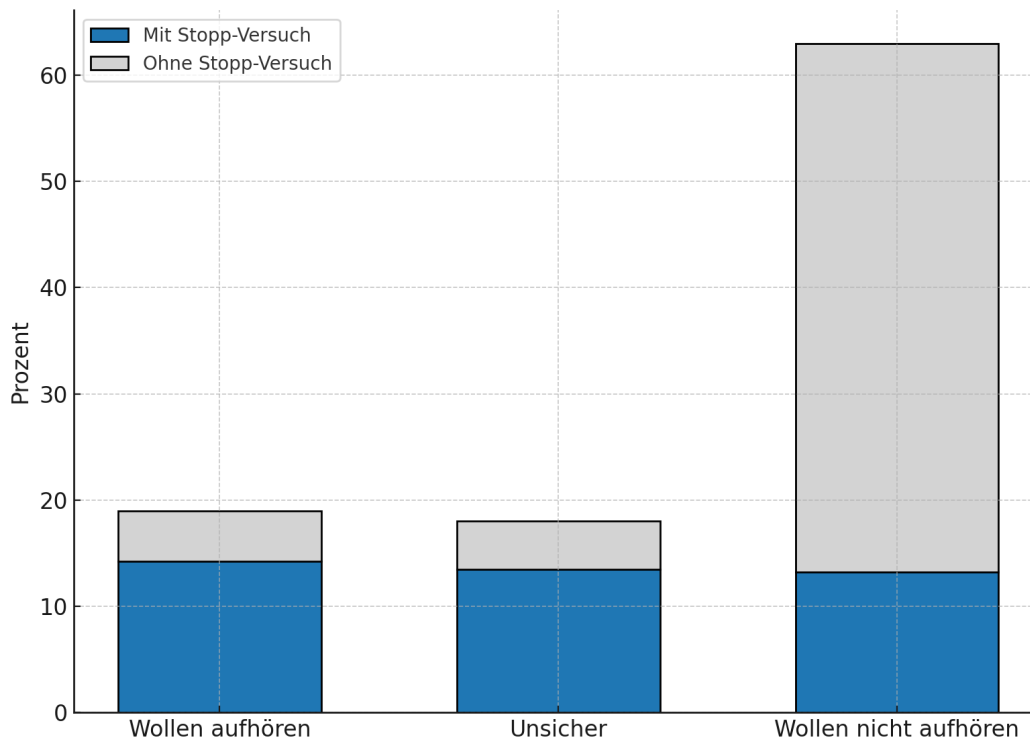
→ Rund 30 % der Konsumierenden gaben bei der Frage «In welcher Situation konsumierst du am häufigsten Nikotin?» an, dass sie nur in der Freizeit oder im Ausgang konsumieren.

Gründe für den Nikotinkonsum (Mehrfachauswahl)



4. Nikotinstopp, Bereitschaft zum Aufhören und Selbsteinschätzung

Bereitschaft für den Stopp, Verbindung mit Stopp-Versuchen



- 19 % sind aktuell gewillt, mit dem Nikotinkonsum aufzuhören
– davon haben mehr als 3/4 bereits einen Stopp-Versuch hinter sich.
- 18 % sind sich unsicher, was den Nikotinstopp betrifft
– davon haben mehr als 3/4 bereits einen Stopp-Versuch hinter sich.
- 63 % möchten nicht aufhören
– davon haben etwas mehr als 1/5 bereits einen Stopp-Versuch hinter sich.

Selbsteinschätzung des Konsumstopps, Bedarf an Unterstützungsangeboten

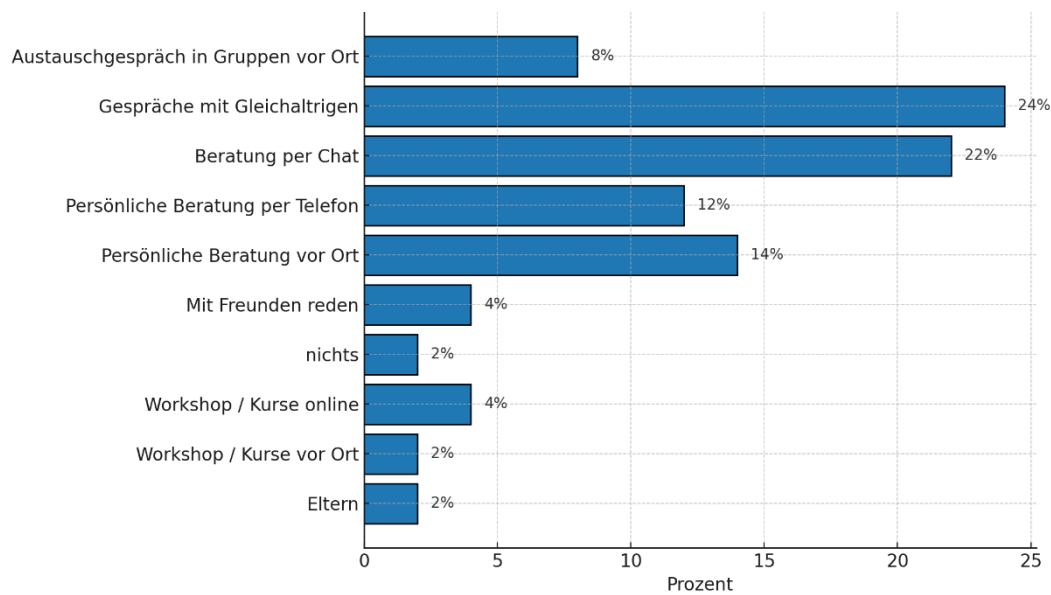
- 66 % der Konsumierenden haben das Gefühl, dass sie allein mit dem Konsum aufhören könnten – davon sind 61 % nicht gewillt für den Nikotinstopp, 18 % unsicher und 20 % motiviert für den Stopp
- 8 % der Konsumierenden geben an, dass sie einen Stopp nur mit Unterstützung bewältigen könnten.

Alternative Unterstützungsmöglichkeiten

Für die Personen, die ursprünglich angaben, sie könnten den Konsum von Nikotinprodukten allein stoppen (n=49), wurde ein Gedankenexperiment durchgeführt. Dabei wurde diese Gruppe in die hypothetische Situation versetzt, dass ihr Selbstversuch gescheitert ist und sie nun doch Unterstützung beim Konsumstopp benötigen. Sie konnten unter folgenden Antworten auswählen:

- Austauschgespräch in Gruppen vor Ort
- Gespräche mit Gleichaltrigen (Peer-to-Peer)
- Beratung per Chat
- Persönliche Beratung per Tel. oder vor Ort
- Workshop/Kurs online oder vor Ort
- Sonstiges

Unterstützungsangebote, die in Frage kommen



5. Interesse an Peerunterstützung von Nichtkonsumierenden

Bereitschaft zur Unterstützung (n= 611)

- 49 % der Nicht-Konsumierenden wären bereit, Jugendliche beim Nikotinstopp zu unterstützen.

Schulungsbereitschaft (n= 300)

- 27 % der Unterstützungswilligen würden an einer Schulung teilnehmen, um die notwendigen Fähigkeiten zu erlernen. (81)