

ÖGK zum Weltnichtrauchertag: Gesund ohne Tabak und Nikotin Mit der Österreichischen Gesundheitskasse in ein rauchfreies Leben starten

Am 31. Mai ist Weltnichtrauchertag. Höchste Zeit, Tabak und Nikotin ade zu sagen und frisch durchzuatmen. Gut für die Gesundheit, für die Lebensqualität, für die Umwelt und für die Geldbörse. Die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) unterstützt auf vielfältige Weise beim Weg aus der Abhängigkeit. Neben den bewährten Angeboten bietet die ÖGK aktuell Aktionen und Informationen rund um die neuen Nikotinprodukte an.

Nikotinbeutel & Co – ohne Alterslimit am Markt

Das Angebot an Tabak- und Nikotinprodukten wird immer größer und neue Produkte werden oft damit beworben, gesünder als Zigaretten zu sein. Das Image täuscht – auch damit schadet man der Gesundheit. Tabakhaltige Produkte, die ähnlich wie Zigaretten konsumiert werden, etwa Shishas, Tabakerhitzer oder Snus, sind gesetzlich bereits erfasst und unterliegen denselben Rauchverbots- und Altersbestimmungen wie Zigaretten.

Im Gegensatz dazu gibt es Nikotinprodukte, die in den meisten Bundesländern noch ohne Alterslimit verkauft werden dürfen. Diese so genannten Nikotinbeutel enthalten hochkonzentriertes Nikotin, das über die Mundschleimhaut aufgenommen wird. Die Gesundheits- und Suchtgefahr ist hoch, besonders bei Jugendlichen. Eine aktuelle HBSC-Studie belegt, dass ein Drittel der befragten Schülerinnen und Schüler Nikotinprodukte konsumiert.

ÖGK bietet vielfältige Unterstützung beim Ausstieg

Auch die ÖGK legt den Fokus auf dieses Thema und bietet rund um den Weltnichtrauchertag spezielle Aktionen zu einem nikotin- und tabakfreien Leben für Personen jeden Alters an:

- Ab 31. Mai gibt es einen **Online-Vortrag** für Jugendliche zum Thema „**Let’s talk about... Snus, Pouches & Co**“ in Kooperation mit Rat auf Draht. Der Vortrag kann jederzeit auf der ÖGK-Homepage abgerufen werden.

23. Mai 2023

Presseaussendung



- Am 5. Juni wird von 18.00 bis 19.30 Uhr ein **Webinar** mit dem Titel „**Neue Herausforderung Nikotinbeutel – Warum die Produkte vor allem Jugendliche ansprechen**“ angeboten. Dieses Webinar findet in Kooperation mit dem Institut Suchtprävention statt und richtet sich an Erziehungsberechtigte und Lehrpersonen. Auch das Webinar steht im Anschluss zum Nachsehen auf der ÖGK-Homepage bereit.
- Am 22. Juni findet ein **Online-Vortrag** unter dem Motto „**Rauchfrei in der Schwangerschaft**“ statt, der werdende Eltern dabei unterstützt, von Glimmstängel & Co. loszukommen.

Außerdem bietet das Rauchfrei Telefon zum aktuellen Thema den neuen **Folder „Tabak & Nikotin – Was ist drin?“** an, der online oder telefonisch zu beziehen ist. Neben der bewährten Beratung am **Rauchfrei Telefon** unter 0800 810 013 steht auch die kostenlose **Rauchfrei App** – www.rauchfreiapp.at – 24 Stunden am Tag als kleiner Helfer auf dem Handy zur Verfügung.

Das Angebot der ÖGK runden **Kurse** zur Tabakentwöhnung ab, die laufend an verschiedenen Standorten oder online angeboten werden. Im Fokus stehen Gruppengespräche, eine Analyse des eigenen Rauchverhaltens und verschiedene Motivationstechniken.

Weitere Informationen und **Anmeldung** zu den jeweiligen Veranstaltungen unter www.gesundheitskasse.at/rauchfrei.

Rückfragehinweis:

Österreichische Gesundheitskasse
presse@oegk.at
www.gesundheitskasse.at