

## **PRESEMITTEILUNG VOM 12. OKTOBER 2015**

### **SENSIBILISIERUNGSKAMPAGNE 2015: «Der richtige Zeitpunkt für einen Rauchstopp?»**

**Wer die Schwangerschaft nutzt, um mit professioneller Hilfe rauchfrei zu werden, vervierfacht seine Chance auf einen erfolgreichen Rauchstopp.**

**Zwischen 15 % und 20 % der Frauen rauchen während der Schwangerschaft. Viele wissen nur wenig über die Folgen für Mutter und Kind. Daher informiert die Kampagne des CIPRET-Wallis die betroffenen Frauen über die Risiken und die anzunehmenden Verhaltensweisen, und macht die für den Rauchstopp verfügbaren Hilfsangebote bekannt. Ein Rauchstopp wirkt sich positiv aus, egal in welchem Schwangerschaftsstadium. Die betroffenen Frauen müssen die Möglichkeit haben, sich Hilfe zu suchen und Fachleute um Unterstützung zu bitten.**

#### **Schwangerschaft und Tabakmissbrauch**

Tabakmissbrauch hat für Frauen im Allgemeinen bedeutende Folgen: Störung des Menstruationszyklus, schmerzhaftere und unregelmässige Periode, häufigere Venenerkrankungen (im Besonderen in Verbindung mit einem oralen Verhütungsmittel). Zudem verringert Tabakkonsum die Fruchtbarkeit. Im Idealfall sollte ein Rauchstopp daher vor der Schwangerschaft erfolgen, der Gesundheit der Frauen und ihres Nachwuchses zuliebe. Dies ist jedoch nicht immer möglich, obwohl ein Rauchstopp wesentlich und in jedem Schwangerschaftsstadium mit vielen Vorteilen verbunden ist.

Laut einer in Genf durchgeführten Studie (Dupraz J., Swiss Med Wkly 2013) hören von den rund 30 % der rauchenden Frauen etwa 10 % vor und 10 % während der Schwangerschaft auf, die anderen rauchen weiter. Im Wallis rauchten 2012 29 % der Frauen (der nationale Durchschnitt liegt bei 23 %). 15 % bis 20 % rauchen also auch in der Schwangerschaft.

Tabakmissbrauch während der Schwangerschaft ist nicht nur ein Risiko für das Baby, sondern auch für die Mutter: erhöhtes Risiko einer Eileiterschwangerschaft, Fehlgeburten oder Blutungen. Die wichtigsten Komplikationen, die für das Baby beobachtet wurden, sind eine Frühgeburt, ein zu geringes Geburtsgewicht, ein erhöhtes Risiko für Atemwegserkrankungen und ein erhöhtes Risiko für den plötzlichen Kindstod.

#### **Gezielte Materialien**

Das CIPRET-Wallis hat zweierlei Materialien für die betroffenen Frauen herausgegeben: Eine Informationsbroschüre auf Französisch und Deutsch mit den wichtigsten Fakten zu Tabakkonsum und Schwangerschaft, den verschiedenen Hilfsangeboten und Tipps beim Verlangen nach einer Zigarette, und einen Flyer mit Informationen über die Kampagne, die grössten Risiken und die verfügbaren Hilfen. Dieser Flyer wurde in die drei Sprachen der grössten ausländischen Gemeinschaften im Wallis übersetzt (Portugiesisch, Albanisch und Serbokroatisch), damit möglichst viele Frauen Zugang zu den Informationen erhalten. Zwar ist die Anzahl Raucher in den grössten ausländischen Gemeinschaften in der Schweiz

höher, die Anzahl der Migrantinnen, die während der Schwangerschaft weiter raucht, entspricht jedoch jener der Schweizerinnen (Mutter-Kind-Gesundheit in der Migrationsbevölkerung, 2015).

Das Material ist in Apotheken, bei Ärzten, Gynäkologen und Kinderärzten, Hebammen und Partnern (SIPE-Zentren, Rotes Kreuz, Caritas, Integrationsabgeordnete ...) erhältlich. Die Internetseite des CIPRET liefert ergänzende Informationen und bietet die Möglichkeit, die Nikotinabhängigkeit mit einem Test zu bewerten. Die Broschüren und Flyer können auf der Internetseite bestellt werden.

### **Personalisierte Beratung**

Information alleine reicht nicht immer aus, der Rückgriff auf professionelle Hilfe vergrössert die Chance auf einen erfolgreichen Rauchstopp. Ausserdem würden die meisten Raucher das Thema gerne mit ihrem Hausarzt besprechen und wünschen sich Tipps und Ratschläge (Tabakmonitoring 2010). Es ist jedoch kein leichtes Thema, da bei den Frauen Schuldgefühle sowie die Angst, verurteilt zu werden, aufkommen können. Gesundheitsfachleute (Ärzte, Apotheker) sind zur Stelle, um betroffene Frauen zu unterstützen und ihnen Hilfe anzubieten. Für diese Kampagne arbeitet das CIPRET-Wallis insbesondere mit den Hebammen zusammen, die sich für die Durchführung eines Motivationsgesprächs schulen lassen können, um Schwangere bei ihrem Rauchstopp-Vorhaben zu begleiten. Die erste Schulung findet im Mai statt.

Weitere verfügbare Hilfsangebote: Smokefree hat gerade die App Buddy eingeführt, mit der sich zwei Raucher gegenseitig zum Rauchstopp motivieren können, und Stop-tabac bietet eine Internetseite und eine Telefon-Hotline in verschiedenen Sprachen. Mit seiner Facebook-Kampagne «J'arrête de fumer» ermutigt das CIPRET Raucherinnen mit Kinderwunsch, den Rauchstopp so früh wie möglich in Angriff zu nehmen.

Alle Informationen stehen auf der Internetseite des CIPRET zur Verfügung: [www.cipretvalais.ch](http://www.cipretvalais.ch)

### **Pressekontakt:**

Delphine Maret Brühlhart, Verantwortliche für die Kampagne, 079 698 48 54,  
[delphine.maret@psvalais.ch](mailto:delphine.maret@psvalais.ch)