

der Stadt

Duisburg informiert

Das Frauenbüro

# FRAUEN UND RAUCHEN

Neue  
Erkenntnisse,  
die *jede*  
betreffen!



DUISBURG  
am Rhein

# Liebe Leserin!

## Was hat das Thema „Frauen und Rauchen“ mit der Frauenbewegung zu tun?

Seit Mitte des 19. Jahrhunderts – und eigentlich gilt dies bis heute – galt das Rauchen von Frauen für viele als ein Symbol der Frauenemanzipation, ein „Zeichen der Beanspruchung sämtlicher Rechte, die bislang den Männern vorbehalten waren“. <sup>1</sup> Dies dürfte eine der Ursachen dafür sein, dass sich die feministische Frauenforschung bisher nicht in der öffentlichen Debatte um den Themenkomplex „Frauen und Rauchen“ zu Wort gemeldet hat. Vor dem Hintergrund der neueren und neuesten Forschungsergebnisse zu diesem Thema (siehe die folgenden Seiten) wird allerdings deutlich, dass die negativen Auswirkungen des Rauchens bisher – auch von und auf Frauen – extrem unterschätzt wurden. Die Selbstberuhigung „irgendwann muss jede/r sterben“ kennen alle RaucherInnen, aber dabei ist nur den wenigsten bewusst, dass sich ihre Lebenserwartung durch das Rauchen um 8 bis zu 20 (!!!) Jahre verkürzen kann. <sup>2</sup> Vor diesem Hintergrund scheint es an der Zeit, das Thema auch von Seiten der Frauenbewegung verstärkt aufzugreifen.

### Wussten Sie, dass

- bei Frauen die Auswirkungen des Tabakkonsums / Rauchens nach den neuesten Forschungsergebnissen wesentlich schwerwiegender sind als bei Männern?
- Duisburg im landesweiten Vergleich zu den Städten mit der geringsten Lebenserwartung von Frauen gehört, u.a. da es hier die meisten Lungenkrebspatientinnen gibt?

**Dieses Faltblatt erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit; vielmehr wurde es aus Solidarität mit den Raucherinnen entwickelt und soll IHNEN Motivation und Hilfestellung bieten, falls SIE mit dem Gedanken spielen, mit dem Rauchen aufzuhören**

## Das Frauenbüro der Stadt möchte informieren und unterstützen!

Über die genannten, erschreckenden Tatsachen erhielt das Frauenbüro der Stadt im Rahmen des Duisburger Frauenforums DonnAwetter 2001 durch das Landesinstitut für den öffentlichen Gesundheitsdienst NRW (Iögd) Kenntnis. Da das Frauenbüro auch für den Bereich „Frauen und Gesundheit“ zuständig ist, war dies der Anlass, sich intensiver mit dem Thema zu befassen; dabei erhielten wir große Unterstützung durch das Gesundheitsamt der Stadt Duisburg und ein wichtiges Diskussionsforum in der Kommunalen Gesundheitskonferenz. Die Ergebnisse der Recherchen waren viel dramatischer, als die Mitarbeiterinnen des Frauenbüros bisher angenommen bzw. befürchtet hatten. Daher wurde die nächste Duisburger Frauenkonferenz „Frauen powern für Gesundheit – Agenda 21 in Duisburg“ (16. November 2002) schwerpunktartig - neben den Themenkomplexen „Brustkrebs“ und „Essstörungen“ - auf das Thema „Frauen und Rauchen“ ausgerichtet und die Teilnehmerinnen wurden durch das Deutsche Krebsforschungszentrum (Heidelberg) über die neuesten Forschungsergebnisse zum Thema „Keine Macht der Zigarette!“ informiert. Ein Resultat war, dass im Rahmen der Konferenz **speziell für Duisburg** Handlungsbedarf entwickelt wurde, der als sog. „Duisburger Erklärung: „Frauen powern für Gesundheit““ von der gesamten Frauenkonferenz<sup>3</sup> und später vom Duisburger Frauennetzwerk Lokale Agenda 21 mitgetragen wurde.

**„Emanzipation“** bedeutet.

**„Befreiung aus einem Zustand der Abhängigkeit“** – in diesem Sinne wollen wir Ihnen mit diesem Faltblatt eine Motivationshilfe geben, sich – ggf. erneut – mit dem Thema „Aufhören“ auseinander zu setzen. Über eine Resonanz auf diese Aktion würden wir uns freuen.

**Das Team des Frauenbüros**

## Mehr als nur Zahlen...

- In Deutschland raucht ein Drittel der erwachsenen Bevölkerung (39 % der Männer und 31 % der Frauen).<sup>4</sup>
- Im Vergleich zu anderen Altersgruppen ist der Raucheranteil bei jungen Erwachsenen am höchsten. Entsprechend ist auch die Raucherquote bei Frauen im gebärfähigem Alter hoch. Bei den 18- bis 19-Jährigen raucht fast jede zweite Frau, in der Altersgruppe der 20- bis 39-Jährigen sind rund 40 % Raucherinnen.<sup>5</sup>
- Im Jugendalter ist der RaucherInnenanteil bei Mädchen mittlerweile teils höher als bei Jungen, so beispielsweise bei den 16- bis 19-jährigen Mädchen. Mädchen dieser Altersgruppe weisen aktuell mit einer Raucherinnenquote von 45 % den höchsten Wert seit Mitte der 80er Jahre auf. Gegenüber 1993 ist dieser Wert um 25 % angestiegen.<sup>6</sup>
- Jedes Jahr verursacht das Rauchen weltweit nahezu 5 Millionen Todesfälle; in Deutschland sterben jährlich 110.000 –140.000 Menschen an den Folgen des Rauchens – mehr als durch Alkohol, Verkehrsunfälle, illegale Drogen, Aids, Mord und Selbstmord zusammen genommen.<sup>7</sup>
- In Duisburg ist die Zahl der Duisburger Einwohnerinnen mit Krankenhausdiagnose „Lungenkarzinom“ von 1994 bis 1999 um 123 % (!!!) gestiegen. Waren es 1994 noch 73 Fälle bezogen auf je 100 000 Einwohnerinnen, so sind 1999 bereits 163 zu verzeichnen. Zum Vergleich: Der Anstieg bei den Duisburger Männern beträgt in diesem Zeitraum 52 % (von 329 Fällen im Jahr 1994 ist ein Anstieg auf 455 je 100.000 Einwohner im Jahr 1999 zu verzeichnen).<sup>8</sup>

## Fakten, die JEDE Frau kennen sollte

- Der Konsum von Tabak führt zwar nicht zwangsläufig zu einer Abhängigkeit, wie bei anderen Suchtstoffen auch. In Deutschland besteht aber bei 70 – 80% aller Raucherinnen und Raucher eine Tabakabhängigkeit, dies sind etwa 14 Millionen Menschen. In NRW wird die Zahl der Tabakabhängigen auf 3 Millionen geschätzt.<sup>9</sup>

- Es wird davon ausgegangen, dass Rauchen für 21,5% der an Koronarerkrankungen (Herzkranzgefäßerkrankungen) und für 79% der an Lungenkrebs verstorbenen Frauen verantwortlich ist.<sup>10</sup>
- Frauen, die täglich 15 – 24 Zigaretten rauchen, haben gegenüber Nichtraucherinnen ein 12-fach erhöhtes Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken und ihr Risiko, an Kehlkopfkrebs zu erkranken, ist sogar 18 mal höher als das einer Nichtraucherin.<sup>11</sup>
- Darüber hinaus erkranken Raucherinnen häufiger als Nichtraucherinnen an chronischer Bronchitis, aber auch an Lippen-, Mundhöhlen-, Rachen- und Speiseröhrenkrebs, an Blasenkrebs, Magenkrebs, Bauchspeicheldrüsenkrebs.<sup>12</sup>
- Raucherinnen, die die Pille einnehmen, haben gegenüber Nichtraucherinnen ein stark erhöhtes Risiko, einen Herzinfarkt zu erleiden.<sup>13</sup>
- Raucherinnen haben gegenüber Nichtraucherinnen ein erhöhtes Risiko, an Gebärmutterhalskrebs zu erkranken.<sup>14</sup>
- Raucherinnen, insbesondere kinderlose Frauen und Frauen, die vor dem ersten Kind mit dem Rauchen angefangen haben, haben ein erhöhtes Risiko, an Brustkrebs zu erkranken, nach einer kanadischen Studie ist dieses sogar um 70% erhöht.<sup>15</sup>
- Raucherinnen leiden häufiger unter Zyklusstörungen, vorzeitiger Hautalterung, vorverlegter Menopause und Osteoporose (vermutlich durch Veränderungen des Östrogenhaushaltes) als Nichtraucherinnen und haben ein erhöhtes Risiko für Unfruchtbarkeit.<sup>16</sup>
- Risiken des Tabakkonsums von Müttern für das ungeborene Kind sind u.a. ein verlangsamtes Wachstum des ungeborenen Kindes und damit ein niedrigeres Geburtsgewicht.<sup>17</sup>
- Rauchende Schwangere haben ein erhöhtes Risiko für Früh-, Fehl- und Todgeburten.<sup>18</sup>

# Was haben Sie zu erwarten, wenn Sie mit dem Rauchen aufhören?

## Kleine Motivationshilfen...

- **nach 20 Minuten:**  
gleichen sich Herzschlagfrequenz und Körpertemperatur derjenigen der Nichtraucherin bzw. des Nichtrauchers an
- **nach 8 Stunden:**  
hat sich das Kohlenmonoxid in den Blutbahnen verflüchtigt und dem Sauerstoff Platz gemacht
- **nach 1 Tag:**  
wird das Herzinfarkttrisiko kleiner
- **nach 2 Tagen:**  
verfeinern sich Geruchs- und Geschmacksinn
- **nach 3 Tagen:**  
verbessert sich die Atmung merklich
- **nach 3 Monaten:**  
kann sich die Lungenkapazität um bis zu 30% erhöhen
- **nach 1 Jahr:**  
ist das Risiko von Erkrankungen der Herzkranzgefäße nur noch halb so groß.
- **nach 2 Jahren:**  
ist das Herzinfarkttrisiko auf fast normale Werte abgesunken
- **nach 10 Jahren:**  
ist das Lungenkrebsrisiko fast gleich groß wie bei echten NichtraucherInnen
- **nach 15 Jahren:**  
ist das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen gleich groß wie bei lebenslangen Nichtraucherinnen und Nichtrauchern

(Quelle: American Cancer Society)

# AUSSTIEGSHILFEN

## 1. Rat und Hilfe in Duisburg bieten Ihnen

- Ihre Ärztin, Ihr Arzt
- Ihre Apothekerin, Ihr Apotheke
- Ihre gesetzliche Krankenkasse

## 2. Überregionale Beratungsangebote/ Forschungseinrichtungen

### **Info- und Beratungsservice der Deutschen Krebsgesellschaft e.V.**

Hanauer Str. 194, 60314 Frankfurt

Email: [info@krebsgesellschaft.de](mailto:info@krebsgesellschaft.de)

Tel.: (0 69) 6 30 09 60

Mo., Mi. und Fr. 10.00 bis 12.00 Uhr

Di. und Do. 14.00 bis 16.00 Uhr

### **Telefonische Beratung der Forschungsstelle Rauchen und Nikotinabhängigkeit der Fachhochschule Düsseldorf**

montags 9.00 bis 11.00 Uhr

Tel.: (02 11) 8 11 46 49

### **Rauchertelefon des Deutschen Krebsforschungszentrums**

montags bis freitags 15.00 bis 19.00 Uhr

Tel.: (0 62 21) 42 42 00

Internet: [www.dkfz.de](http://www.dkfz.de)

und [www.krebsinformation.de](http://www.krebsinformation.de)

### **Telefonberatung zur Raucherentwöhnung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA)**

Tel.: (0 18 05) 31 31 31

Tel.: (02 21) 89 29 31 persönliche Beratung

### **Raucher-Hotline für Krebspatientinnen und -patienten**

Gemeinschaftsprojekt des Deutschen Krebsforschungszentrums mit der Deutschen Krebshilfe

montags bis freitags: 15.00 bis 19.00 Uhr

Tel.: (0 62 21) 42 42 24

## **Deutsche Krebshilfe**

Thomas-Mann-Str. 40, Postfach 14 67, 53111 Bonn  
montags bis donnerstags 9.00 bis 16.00 Uhr,  
freitags 9.00 bis 15.00 Uhr  
Tel.: (02 28) 72 99 00  
Email: Deutsche@krebshilfe.de  
Internet: www.krebshilfe.de

### **3. Informationen im Internet:**

[www.bzga.de/nichtrauchen](http://www.bzga.de/nichtrauchen)  
(Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung)

[www.dgnf.de](http://www.dgnf.de)  
(Deutsche Gesellschaft für Nikotinforschung)

[www.weltnichtrauchertag.de](http://www.weltnichtrauchertag.de)

[www.rauchfrei2004.de](http://www.rauchfrei2004.de)

[www.rauchen.de](http://www.rauchen.de)

[www.ohnerauchen.de](http://www.ohnerauchen.de)

## **Selbsthilfegruppe „Frauen und Rauchen“**

Das Frauenbüro bietet an, bei der Gründung einer Selbsthilfegruppe „Frauen und Rauchen“ behilflich zu sein oder Kontakte für eine Teilnahme zu vermitteln. Ihre Anregungen leiten wir an die Selbsthilfekontaktstelle Duisburg weiter.

Tel.: (0203) 283 3316

Email: [frauenbuero@stadt-duisburg.de](mailto:frauenbuero@stadt-duisburg.de)



# Anmerkungen/Quellen und gleichzeitig Literaturtipps:

- 1 Dieterich, Claus-Marco, Dicke Luft um Blauen Dunst. Geschichte und Gegenwart des Raucher/ Nichtraucher-Konflikts, Marburg 1998, S. 29. - Zu diesem Themenkomplex s. auch: Precht, Kai u.a., Tabak. Gewohnheiten. Konsequenzen, St. Gallen u.a. 1993, S. 30 ff. sowie Schivelbusch, Wolfgang, Das Paradies, der Geschmack und die Vernunft. Eine Geschichte der Genußmittel, München/Wien 1980, S. 128 ff. - Frau. Sucht. Gesundheit. Die Luft anhalten oder: Warum rauchen Frauen? Broschüre hg. v. der Deutschen Hauptstelle gegen Suchtgefahren e. V., Hamm 2002 (Broschüre kann angefordert werden bei: Deutsche Hauptstelle gegen die Suchtgefahren e.V., Postfach 13 69, 59003 Hamm; [www.dhs.de](http://www.dhs.de)).
- 2 Gesundheit fördern - Tabakkonsum verringern: Handlungsempfehlungen für eine wirksame Tabakkontrollpolitik in Deutschland, Rote Reihe „Tabakprävention und Tabakkontrolle“ Sonderband 1, Hg. Deutsches Krebsforschungszentrum, Heidelberg 2002, S. 6.
- 3 Dazu s. Franke, Karin, Duisburger Frauen fordern tabakpräventive Maßnahmen speziell für Mädchen und Frauen, in: Transfer Newsletter. Information zur Suchtvorbeugung, Hg. ginko. Landeskoordinierungsstelle für Suchtvorbeugung in NRW, 7 (2003, S. 7 ff.)
- 4-7 Das Datenmaterial wurde dem Frauenbüro freundlicherweise von Frau Dr. Dipl.-Psych. Annette Bornhäuser, Deutsches Krebsforschungszentrum Heidelberg (Stabsstelle Krebsprävention, WHO – Kollaborationszentrum für Tabakkontrolle), anlässlich ihres Vortrags „Keine Macht der Zigarette!“ im Rahmen der 6. Duisburger Frauenkonferenz am 16.11.2002 zur Verfügung gestellt. – Dazu s. auch: Gesundheit von Frauen und Männern in Nordrhein-Westfalen. Landesgesundheitsbericht 2000, Hg. Ministerium für Frauen, Jugend, Familie und Gesundheit des Landes Nordrhein-Westfalen (MFJFG), Bielefeld 2000, S. 203 ff. sowie die Internetseiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ([www.bzga.de](http://www.bzga.de)).
- 8 Gesundheitsberichterstattung (NRW). Statistik 2000, Hg. Landesinstitut für den Öffentlichen Gesundheitsdienst
- 9 Dazu s. Landesprogramm gegen Sucht, Teil 2, Hg. Ministerium für Frauen, Jugend, Familie und Gesundheit des Landes NRW, Düsseldorf 2001, S. 13.

- 10 Bericht zur gesundheitlichen Situation von Frauen in Deutschland. Eine Bestandsaufnahme unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Entwicklung in West- und Ostdeutschland, Berlin 2002, S. 210.
- 11 Ebenda.
- 12 Ebenda. - Siehe Legato, Marianne, Evas Rippe. Die Entdeckung der weiblichen Medizin, Köln 2002, insbesondere das Kapitel „Lungenkrebs: keine Gleichberechtigung vor dem Killer Rauchen“, S. 164 ff.
- 13 Egger, Matthias, Art. „Pille bei Raucherinnen riskant“, in: infomed online ([www.infomed.org./screen/1997/s46.html](http://www.infomed.org./screen/1997/s46.html))
- 14 S. Legato, a.a.O., S. 165 - Art. „Rauchen und Passivrauchen“, in: Krebsinformationsdienst. Deutsches Krebsforschungszentrum Heidelberg, S. 1 ([www.krebsinformation.de/body\\_rauchen\\_und\\_p\\_.html](http://www.krebsinformation.de/body_rauchen_und_p_.html))
- 15 Art. „Mehr Brustkrebs durch Rauchen. Größeres Risiko für Mädchen“, in: nano online/dpa/3sat.online. – Art. „Die erste Zigarette nicht vor dem ersten Kind! Stark erhöhtes Brustkrebsrisiko bei Frauen, die vor der ersten Schwangerschaft mit dem Rauchen beginnen, in: Ärzte Zeitung, 13.1.2003.
- 16 Bericht zur gesundheitlichen Situation von Frauen in Deutschland, a.a.O., S. 211. - S. auch die Broschüre „Frauen und Rauchen. Schönheit kommt von innen - Tabak lässt verblassen“, Hg. Deutsche Krebshilfe e.V. (o.J.). (Die Broschüre kann angefordert werden bei: Deutsche Krebshilfe e.V., Thomas-Mann-Str. 40, 53111 Bonn; [www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de)).
- 17 Passivrauchende Kinder in Deutschland - Frühe Schädigungen für ein ganzes Leben. Rote Reihe „Tabakprävention und Tabakkontrolle“, Hg. Deutsches Krebsforschungszentrum, Heidelberg 2003, S. 15 ff.
18. Ebenda, S. 16 f.

**Dieses Faltblatt wird empfohlen von der Kommunalen Gesundheitskonferenz (KGK), wo es am 26.11.2003 verabschiedet wurde.**

**Wir danken allen, die das Frauenbüro durch Beratung in den Bereichen Wissenschaft, Medizin und Pharmazie unterstützt haben:**

- Dr. Udo Bernsdorf, Gesundheitsamt der Stadt Duisburg
- Dr. Anette Bornhäuser, Deutsches Krebsforschungszentrum Heidelberg
- Dr. med. Clemens Maurer und Dr. Sebastian Sohrab, Ev. Krankenhaus Bethesda Duisburg, Abteilung Pneumologie
- Dr. Beate Rautenberg, Ev. Krankenhaus Bethesda Duisburg, Psychosoziales Zentrum für Patientinnen und Patienten mit Krebs
- Ulrich Schulte Herbrüggen, Kreisvertrauensapotheker
- Ärztekammer Nordrhein und Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein, Kreisstellen Duisburg

# IMPRESSUM

Stadt Duisburg  
Die Oberbürgermeisterin  
Frauenbüro  
Rathaus, Burgplatz 19  
47051 Duisburg  
Tel.: (02 03) 2 83-33 16  
Fax: (02 03) 2 83-39 64  
Email: [frauenbuero@stadt-duisburg.de](mailto:frauenbuero@stadt-duisburg.de)  
<http://www.duisburg.de>