

Das österreichweite  
Rauchfrei Telefon  
**0800 810 013**

Montag bis Freitag  
10:00 bis 18:00 Uhr  
[www.rauchfrei.at](http://www.rauchfrei.at)

Österreichweite Beratung und Information rund um die Themen  
Nikotinabhängigkeit, Rauchstopp und Aufrechterhaltung der Rauchfreiheit.

# JAHRESBERICHT

## 2016

[www.rauchfrei.at](http://www.rauchfrei.at)  
[info@rauchfrei.at](mailto:info@rauchfrei.at)  
[www.rauchfreiapp.at](http://www.rauchfreiapp.at)  
[www.facebook.com/RauchfreiTelefon](https://www.facebook.com/RauchfreiTelefon)

**2016 WAR EIN BESONDERS SPANNENDES JAHR.** Das Rauchfrei Telefon hat im Mai sein zehnjähriges Bestehen gefeiert. Seit nun schon mehr als zehn Jahren besteht die österreichweite Kooperation, die den Betrieb des Rauchfrei Telefons auf hoher qualitativer Ebene ermöglicht und jährlich tausende Personen bei der Veränderung des Rauchverhaltens unterstützt. Ich möchte mich an dieser Stelle bei allen 24 Kooperationspartnern für das Vertrauen und für die zehnjährige kontinuierliche Zusammenarbeit bedanken.

Am 20. Mai wurde die Tabakprodukte-Direktive (TPD II) europaweit umgesetzt. Das hat nicht nur beim österreichweiten Rauchfrei Telefon große Auswirkungen verursacht. Auch die Quitlines der anderen europäischen Länder konnten enorme Steigerungen der Anrufrufen und der Nutzung des Angebots verzeichnen. Unterschiedliche Bestimmungen über das Herstellen und Inverkehrbringen von Tabakerzeugnissen sowie die Werbung für Tabakerzeugnisse und den Nichtraucherschutz sehen auch die Neugestaltung der Verpackungen vor. Neben textlichen Warnhinweisen und -bildern muss auch ein nationales Hilfsangebot zur Tabakentwöhnung auf allen Zigarettenpackungen aufgebracht sein. Und damit ist das Rauchfrei Telefon direkt betroffen. Die Telefonnummer und Homepage des Rauchfrei Telefons

sind nun auf den Packungen aufgedruckt, um jenen, die Hilfe beim Ausstieg suchen, sofort eine Unterstützungsmöglichkeit zu bieten.

Aus Sicht des Rauchfrei Telefons wirkt diese Maßnahme als eine von vielen, die zur Eindämmung der Tabakepidemie eingesetzt werden. Sie hilft dabei, die Zahl der Rauchstoppversuche zu erhöhen, das Rauchen immer weniger attraktiv zu machen und dadurch vor allem Jugendliche davon abzuhalten, überhaupt zur Zigarette zu greifen. Massiv höhere Anrufrufen, mehr Zugriffe auf [www.rauchfrei.at](http://www.rauchfrei.at) und eine stärkere Nachfrage nach Informationsmaterialien des Rauchfrei Telefons geben der Maßnahme recht.

Wir haben aufgrund der erwarteten Frequenzsteigerung das Angebot erweitert. Eine dritte Leitung wurde eröffnet, um den vielen Anrufern am Telefon gerecht zu werden. Wir sehen: sehr viele Raucher/innen wollen rauchfrei werden, wenn sie dabei professionelle individuelle Unterstützung bekommen und nicht auf sich allein gestellt sind. Das Rauchfrei Telefon hilft unmittelbar, kompetent und persönlich in ganz Österreich.

**Mag. Jan Pazourek, Generaldirektor der NÖGKK**

Eine Initiative der Sozialversicherungsträger, der Länder und des Bundesministeriums für Gesundheit und Frauen, betrieben von der NÖ Gebietskrankenkasse.



## DAS ANGEBOT

Das Rauchfrei Telefon bietet seit 2006 österreichweit kostenfreie Beratung, Information und Weitervermittlung rund um die Themen Tabak und Nikotin. Neben der telefonischen Beratung beinhaltet das Angebot auch die Informationsvermittlung über die Homepage [www.rauchfrei.at](http://www.rauchfrei.at), den kostenfreien Versand von Materialien und Broschüren sowie Begleitung und Informationsvermittlung durch die Rauchfrei App. Auch Kooperationen mit Gesundheitsinstitutionen zum Rauchstopp und zur Rückfallprophylaxe (Rauchfrei werden! Per Fax., Rauchfrei bleiben! Per Fax.) werden angeboten.

## TEAM 2016

Das Team des Rauchfrei Telefons übernimmt alle inhaltlichen Aufgaben der Beratung und Information: die Telefonberatung, die Betreuung der Homepage und die Entwicklung der Materialien. Auch Organisation und Vernetzung werden vom Team abgedeckt. Ab Mitte 2016 wurde das Personalkontingent aufgrund der gesetzlichen Änderungen schrittweise um 40 Wochenstunden aufgestockt, um der gestiegenen Nachfrage gerecht zu werden. Das Team besteht nun aus neun Personen (5,38 Vollzeitäquivalente).

### Fachliche Leitung und Organisation

MMag. Sophie Meingassner (fachliche Leitung)  
Mag. Alexandra Beroggio (Vertretung)  
Christian Kysela (Koordination und Kooperationen)

### Klinische Psychologinnen

Mag. Ulrike Brehm, Mag. Andrea Büttner, Mag. Sabine Leeb (seit Juli),  
Mag. Christina Müller (seit Juli karenziert), Mag. Melanie Stulik,  
Mag. Veronika Wagerer, Mag. Pamela Zöchinger

### Abteilungsleitung Gesundheitsförderung und Prävention

Mag. Barbara Gravogl, MPH

### Versand und Material

Petra Winkler, MSc

## DIE AUSWIRKUNGEN DER TABAKPRODUKTE-DIREKTIVE (TPD II) AUF DAS RAUCHFREI TELEFON

Die europäische Richtlinie, die u.a. den Aufdruck von Warnhinweisen auf Tabakprodukten vorsah, wurde 2003 erlassen. In Österreich wurde das Tabakgesetz 2007 diesbezüglich angepasst. Mit 1. Juli 2008 trat die Regelung in Kraft, dass das Rauchfrei Telefon (damals noch Rauchertelefon) in einem von 14 ergänzenden Warnhinweisen enthalten ist, die wechselweise auf die Tabakerzeugnisse aufgedruckt werden müssen. Durch diese Maßnahme hat sich die Zahl der Anrufer/innen am Rauchfrei Telefon damals mehr als verdoppelt.

Hier finden Sie Hilfe, wenn Sie das Rauchen aufgeben möchten: Kontaktieren Sie das Rauchertelefon (0810 810 013 zum Ortstarif oder [www.rauchertelefon.at](http://www.rauchertelefon.at)). Befragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker

Abb.: Einer von 14 Warnhinweisen auf Zigarettenpackungen, ab 2008.

Auf europäischer Ebene wurde 2014 die Richtlinie 2014/40/EU des europäischen Parlaments und des Rates zur Angleichung der Rechts- und Verwaltungsvorschriften der Mitgliedstaaten über die Herstellung, die Aufmachung und den Verkauf von Tabakerzeugnissen und verwandten Erzeugnissen – die Tabak-Produkte-Direktive II – geschaffen.

Auf nationaler Ebene musste die Umsetzung der TPD II bis 20. Mai 2016 erfolgen. Das österreichische Tabakgesetz wurde dementsprechend novelliert und heißt nun Tabak- und Nichtraucherinnen- bzw. Nichtraucherschutzgesetz (TNRSG). Neben zahlreichen anderen Maßnahmen fällt darunter auch die Neugestaltung der Packungen von Rauch(tabak)erzeugnissen mit kombinierten gesundheitsbezogenen Warnhinweisen. Diese enthalten eine Kombination von drei Elementen: Bilder, Warnhinweise und Hilfsangebot zur Tabakentwöhnung.

- » Jede (Außenver-) Packung von Rauchtobakerzeugnissen hat den allgemeinen Warnhinweis „Rauchen ist tödlich – hören Sie jetzt auf.“ und die Informationsbotschaft „Tabakrauch enthält über 70 Stoffe, die erwiesenermaßen krebserregend sind.“ zu tragen.
- » Kombinierte gesundheitsbezogene Warnhinweise für Rauchtobakerzeugnisse bestehen aus einem textlichen Warnhinweis, einem dazu passenden Bild und haben folgende Information über Hilfsprogramme zur Tabakentwöhnung zu enthalten:  
„Rauchfrei Telefon 0800 810 013  
[www.rauchfrei.at](http://www.rauchfrei.at)“
- » Angaben zu Kohlenmonoxid-, Teer- und Nikotingehalt fallen weg.

Bis Mai 2017 besteht eine Übergangsfrist, in der alte Packungen noch verkauft werden können. Danach müssen alle Zigarettenpackungen nach den neuen Vorgaben gestaltet sein.

Einige Bilder der aktuell verwendeten kombinierten gesundheitsbezogenen Warnhinweise der TPD II:



Ziele der TPD II sind zum einen die Gesundheitsaufklärung über Folgen und Gefahren des Tabakkonsums, zum anderen die Vermittlung von Hilfsangeboten zum Rauchstopp. Irreführende Informationen auf den Packungen, wie die Mengenangaben zu Inhaltsstoffen, wurden verboten. Hintergrund dafür ist, dass durch die Mengenangaben der fälschliche Eindruck entsteht, dass eine Zigarettenmarke gesünder sei als andere, weil sie geringere schädliche Werte aufweist. Die individuelle Aufnahme der Inhaltsstoffe in den Rauchtabakwaren

hängt aber davon ab, wie geraucht wird. Inhalationstiefe, Inhalationsdauer, etc. sind ausschlaggebend für die Aufnahme der Schadstoffmenge. Zudem sei an dieser Stelle erwähnt, dass Zigaretten rund 4 800 Inhaltsstoffe beinhalten, von denen allein 70 nachweislich krebserregend sind.

Durch die gesetzliche Intervention soll vor allem auch der Einstieg ins Rauchen reduziert werden. Weiters soll das Rauchen durch das abschreckende Erscheinungsbild allgemein weniger attraktiv gemacht werden.

Am Telefon haben wir die Auswirkungen der neuen Verpackungen deutlich gemerkt. Nicht nur die Anruferzahlen sind massiv in die Höhe gegangen, auch die Homepagezugriffe sind gestiegen und wir haben viel mehr Informationsmaterial verschickt. Viele Rückmeldungen haben deutlich werden lassen, dass die Intervention funktioniert. Neben Beschwerden zu den „hässlichen, pietätlosen, abschreckenden...“ Bildern gab es sehr viele Kommentare, die die Folgen der Bilder thematisierten. Ein typisches Zitat war: „Ich will eh aufhören, jetzt rufe ich einmal an, um zu sehen, wie Sie mir helfen können, weil die Bilder sind schon sehr abschreckend.“ Aber auch der Bedarf an Aufklärung über die Maßnahme war hoch. Sehr viele Anrufer/innen haben sich mit Fragen zu den neuen Verpackungen an das Rauchfrei Telefon gewendet. Besonders haben uns jene Anrufe gefreut, die mit einer Beschwerde begannen und mit einem interessierten Beratungsgespräch zum Rauchstopp geendet haben.

## ZITATE VON ANRUFERINNEN UND ANRUFRERN

Die Zitate von Anruferinnen und Anrufern zeigen, dass das Ziel der TPD II in vielen Fällen erreicht wurde:

„Dass das Rauchen schädlich ist, weiß ich eh! Aber jetzt wo ich die Bilder sehe, ist das irgendwie anders.“

„Mir machen die Bilder nicht so viel aus, aber meine Lebensgefährtin ist dadurch ganz beunruhigt. Und weil sie sich jetzt mehr Sorgen macht, will ich ihr zuliebe aufhören.“

„Die Zigarettenpackung passt nicht mehr zum Bier.“

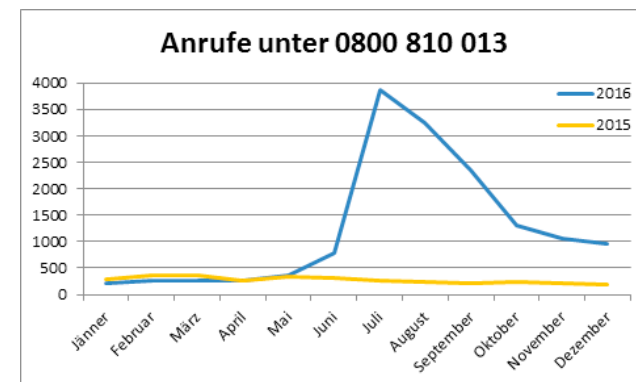
„Diese Bilder will ich mir nicht zumuten.“

„Ich hab gar nicht gewusst, dass es da so eine Nummer gibt, bei der man gratis Hilfe bekommt, ich will schon lange aufhören.“

## NUTZUNGSZAHLEN DES RAUCHFREI-ANGEBOTS 2016

### Telefonberatung

Anrufe unter 0800 810 013  
Durch die gesetzlichen Änderungen Ende Mai kam es zu einem deutlichen Anstieg der Nachfrage des Rauchfrei Angebots. Die Nummer 0800 810 013 wurde insgesamt 14 917 Mal gewählt. Davon erfolgten alleine von Juni bis Dezember 13 556 Anrufe. Ein enorm starker Ansturm wurde im Juli verzeichnet. Allein in diesem Monat wurde die Nummer 3 864 Mal gewählt. Bis zum Jahresende pendelte sich die Nachfrage auf einem rund fünffach höheren Niveau als in den Vorjahren ein.



### Beratungs- und Informationsgespräche

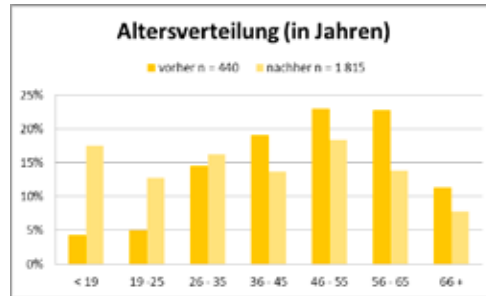
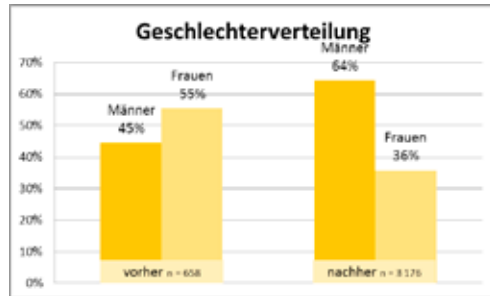
Im Jahr 2016 führte das Beratungsteam insgesamt 7 159 Beratungs- und Informationsgespräche. Das waren doppelt so viele Gespräche wie im Jahr 2015. 61 % der Erstanrufe (n = 4 767) waren Raucher/innen, 7 % Exraucher/innen. Der Rest setzt sich aus Angehörigen, Expertinnen und Experten, Testanruferinnen und Testanrufern sowie Auflegern zusammen.

## Das Anrufprofil vor und nach Einführung der neuen Packungen

Der Beobachtungszeitraum nach der Einführung der TPD II von Juni bis Dezember zeigt deutliche Unterschiede zu dem Zeitraum vor der Einführung von Jänner bis Mai im Anrufprofil.

### Geschlechterverhältnis

Deutlich mehr Männer (64 %) nehmen Beratung in Anspruch als vor der Einführung der TPD II.

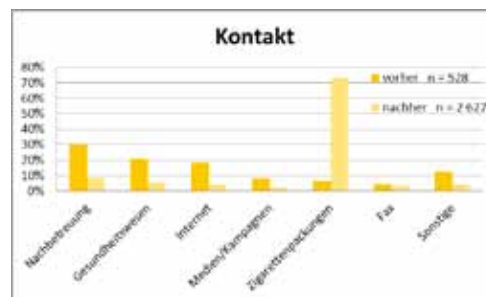
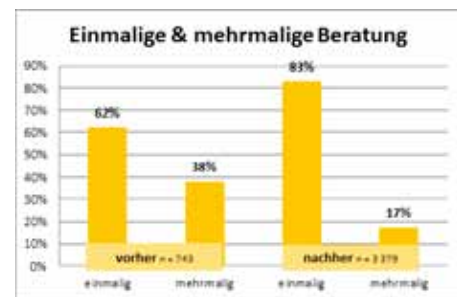


### Altersverteilung

Durch den Aufdruck auf der Zigarettenpackung rufen nun viel mehr Jugendliche (unter 19 Jahren) und junge Menschen (19 bis 25 Jahre) beim Rauchfrei Telefon an.

### Einmalige und mehrmalige Beratung

Im ersten Halbjahr 2016 wurden 743 Personen beraten, zwei Drittel davon nahmen einmalige, ein Drittel nahm mehrmalige Beratung in Anspruch. Nach der Einführung der neuen Zigarettenpackung im zweiten Halbjahr wurden 3.179 Personen beraten. Aufgrund der großen Nachfrage wurde der Fokus auf die Einmalberatung und auf die Weitervermittlung gelegt. 83% der Anrufer/innen führte ein Gespräch mit dem Beratungsteam. 17% nutzten mehrmalige Beratung zur Unterstützung.



### Kontakt zum Rauchfrei Telefon

Durch den Aufdruck der Nummer und der Homepage des Rauchfrei Telefons auf den Zigarettenpackungen erfahren viel mehr Personen vom Angebot und rufen an. Waren es vor der Umsetzung der TPD II rund 7 %, die über die Packung zum Telefonhörer griffen, so waren es nach der Einführung rund 73 %.

## Faxkooperationen

2016 erreichten das Rauchfrei Telefon insgesamt 563 Zuweisungen von 31 zuweisenden Personen und Institutionen. 431 davon waren Anmeldungen zur Nachbetreuung, 132 dienten der Anmeldung zu einem Beratungsgespräch zum Rauchstopp. Das Kooperationsmodell bewährt sich und wird gut angenommen. Das zeigt sich unter anderem in der hohen Erreichbarkeit der angemeldeten Personen: 81 % der zugewiesenen Personen waren telefonisch erreichbar.

## Rauchfrei App

Die Rauchfrei App wurde 2016 von rund 11 500 Personen verwendet. 90 % davon waren wiederkehrende User, 10 % der User verwendeten die App zum ersten Mal. 60 % der Personen, die die App als Hilfe zum Rauchstopp verwendeten kamen aus Österreich, rund 38 % kamen aus Deutschland. Der Rest nutzte das Angebot von der Schweiz und anderen Ländern aus.

## Materialversand

Informationsmaterialien werden kostenfrei verschickt. Zu Beratungsbeginn oder bei einem einmaligen Beratungsgespräch versendet das Rauchfrei Team ein „Starterpaket“ für Raucher/innen und Exraucher/innen. 2015 waren es 110 Starterpakete, 2016 wurden 488 Starterpakete versandt.

## www.rauchfrei.at

Die Zugriffsrate auf die Homepage steigt weiterhin. Rund 92 000 Personen nutzten 2016 www.rauchfrei.at; 2015 waren es 66 000. Nach Einführung der neuen Packungen hat sich die Zugriffsrate deutlich erhöht. Konnten von Jänner bis Mai monatlich durchschnittlich 6 000 User gezählt werden, waren es nach der Einführung von Juni bis Dezember monatlich durchschnittlich 9 500 User.



### IMPRESSUM

**Medieninhaber:** Niederösterreichische Gebietskrankenkasse  
3100 St. Pölten, Kremser Landstraße 3  
**Für den Inhalt verantwortlich:** Das Rauchfrei Telefon  
**E-Mail:** info@rauchfrei.at  
www.noegkk.at/Impressum

# Sie denken öfter ans Rauchen, als Sie wollen ?

Wir beraten Sie gerne.



Rauchfrei  
Telefon

0800 810 013



**0800 810 013** – die Telefonnummer für alle, die mit dem Rauchen aufhören wollen. Nutzen Sie die Vorteile der einzigen **kostenfreien und anonymen** Telefonberatung Österreichs. Unsere speziell geschulten Gesundheitspsychologinnen sind von Montag bis Freitag von 10:00 bis 18:00 Uhr für Sie da.

Mehr unter **[www.rauchfrei.at](http://www.rauchfrei.at)**