

info@rauchfrei.at | www.rauchfreiapp.at | www.rauchfrei.at

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


Rauchfrei
Telefon
0800 810 013
www.rauchfrei.at

Jahresbericht 2018



Eine Initiative der Sozialversicherungsträger, der Länder und des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz; betrieben von der NÖ Gebietskrankenkasse.



VORWORT

„Rauchen? Das stinkt mir schon!“ Irgendwann sind die meisten Raucher/innen mit dem eigenen Rauchverhalten unzufrieden und wollen etwas daran ändern. Das Rauchfrei Telefon hilft dabei schon seit mehr als 12 Jahren. Die Gesundheitspsychologinnen des Rauchfrei Telefons vermitteln Angebote in Österreich, geben Informationen und beraten umfassend per Telefon. Zusätzlich unterstützen sie durch kostenfreie Informationsmaterialien, die Rauchfrei App und die Homepage www.rauchfrei.at unmittelbar und professionell. Rauchen ist ein Risikoverhalten, das massive negative Auswirkungen auf so gut wie alle Bereiche des Körpers hat. Das individuelle Verhalten, aber vor allem auch die sozialen Verhältnisse spielen eine große Rolle für die Entwicklung, die Beibehaltung und für die Beendigung von Risikoverhalten im Allgemeinen, aber ganz besonders für das Rauchen. Viele Raucher/innen werden weiterhin über die Warnhinweise auf den Zigarettenpackungen auf das Rauchfrei Telefon aufmerksam, rufen an und lassen sich dann individuell beraten. Dank der kontinuierlichen guten Zusammenarbeit der 25 Kooperationspartner entwickelt sich das Angebot des Rauchfrei Telefons von Jahr zu Jahr weiter. Die hohen Nutzungszahlen bestätigen den Bedarf an Unterstützung beim Rauchstopp.

Ich bedanke mich bei allen Kooperationspartnern für die gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit. Gemeinsam bieten wir ein einmaliges Angebot zur Tabakentwöhnung für ganz Österreich.

Mag. Jan Pazourek, Generaldirektor der NÖGKK

DAS ANGEBOT

Das Rauchfrei Telefon bietet Unterstützung bei der Tabakentwöhnung und Information rund um die Themen Rauchen und Rauchstopp. Das multimediale Angebot umfasst neben der Telefonberatung unter 0800 810 013 die Homepage www.rauchfrei.at, die Rauchfrei App, die auf www.rauchfreiapp.at verfügbar ist, und ein breites Spektrum an Informationsmaterialien. Durch die verschiedenen Zugänge zu Beratung und Information bemüht sich das Team, die Hilfe beim Rauchstopp so einfach und leicht zugänglich wie möglich zu gestalten.

Dazu dient auch die Möglichkeit der Zuweisung von Raucherinnen und Rauchern bzw. Ex-Raucherinnen und Ex-Rauchern mittels „Rauchfrei Ticket“ für Professionistinnen und Professionisten aus dem Gesundheitswesen.

Das gesamte Angebot ist kostenfrei.

Finanziert wird das Rauchfrei Telefon von 25 Partnern: Sozialversicherungsträger, Bundesländer und Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz. Betrieben wird das österreichweite Angebot von der NÖ Gebietskrankenkasse.

TEAM



Fachliche Leitung

MMag. Sophie Meingassner
Mag. Alexandra Beroggio (Vertretung)

Organisation und Koordination

Christian Kysela

Klinische und Gesundheitspsychologinnen

Mag. Ulrike Brehm; Mag. Silvia Bolena; Mag. Andrea Büttner; Mag. Sabine Leeb;
Mag. Melanie Stulik; Mag. Veronika Wagerer; Mag. Pamela Zöchinger, MSc
Karenziert: Mag. Christina Müller

Abteilungsleitung Gesundheitsförderung und Prävention

Mag. Barbara Gravogl, MPH

Versand und Material

Petra Winkler, MSc

VORTRÄGE, VERÖFFENTLICHUNGEN UND POSTER

Um das Angebot – vor allem bei Professionistinnen und Professionisten im Gesundheitswesen – österreichweit bekannt zu machen, nutzte das Team des Rauchfrei Telefons auch im Jahr 2018 unter anderem Konferenzen und Kongresse.

Vorträge:

- 2. März: „*Motivation am RFT, Beratung zum Rauchstopp*“,
- 27. Workshop Lunge-Umwelt-Arbeitsmedizin**, Linz
- 25. Mai: „*Die TPD-II – Auswirkungen auf das Rauchfrei Telefon*“,
- 21. wissenschaftliche Tagung der ÖGPH**, Wien
- 14. Juni: „*Unterstützung bei Rauchstopp! Mit Hilfe gelingt's leichter. Das RFT.*“, **ÖGPH Summerschool**, Traunkirchen
- 12. Oktober: „*Nikotinabhängigkeit, die (I)egale Sucht*“, **Verein Dialog**, Wien

Posterpräsentationen:

- 18. Oktober: „*Smoking Cessation – Effective Help via Telephone: Das Rauchfrei Telefon*“, **ÖGP Jahrestagung**, Linz
- 24. Oktober: „*Gut informiert zum Rauchstopp – Kompetenzvermittlung durch das Rauchfrei Telefon*“, **ÖPGK-Konferenz**, Graz
- 12./13. Dezember: „*Gut informiert zum Rauchstopp – Kompetenzvermittlung durch das Rauchfrei Telefon*“, **16. Deutsche Konferenz für Tabakkontrolle**, DKFZ, Heidelberg

Vorträge zur Information und Vernetzung:

- 17. Februar:** Verband der Diätologen, Wien
- 8. März:** Rudolfstiftung, Wien
- 14. März:** Verein BIN, Tirol
- 23. März:** Symposium Lungenkrebs-Früherkennung, Wien
- 27. April:** Pneumopflegetag, Salzburg
- 24. Juli:** PV-Rehabilitationszentrum, Felbring
- 20. September:** Plattform Elterngesundheit des Wr. Stadtschulrates, Wien
- 20. September:** WGKK-Ambulanz, Wien
- 16. November:** ONGKG, Graz
- 22. November:** STGKK-Entwöhner/innen - Erfahrungsaustausch, Graz

JUGENDSYMPOSIUM

Am 8. Mai 2018 fand das Symposium „Jugend und Rauchen“ in der NÖ Gebietskrankenkasse St. Pölten statt, das von der NÖGKK gemeinsam mit dem Hauptverband der Sozialversicherungsträger organisiert wurde. Thema war, wie Jugendliche sinnvoll in einem rauchfreien Lebensstil bestärkt werden können, welche Faktoren die Wahrscheinlichkeit für eine zukünftige Tabakabhängigkeit beeinflussen und welche Entwöhnmaßnahmen im Jugendalter greifen. Weiters wurden konkrete Möglichkeiten zur Verhaltens- und Verhältnisprävention erläutert. Darüber hinaus wurden das Factsheet „Tabakprävention in der Schule“, die Beratung von Jugendlichen durch das Rauchfrei Telefon und die Kampagne YOLO vorgestellt. Die Suchtprävention stellte PLUS, „Übers Rauchen reden“ und Gruppenentwöhnung für Jugendliche vor. Informationen zu Tabak, Shisha, E-Shisha und Co stehen auf knowyourdrugs.at zur Verfügung. Die Jugend:info NÖ fördert mit Infopeers das Nicht-rauchen. Abstracts, Präsentationen und Factsheet siehe <https://rauchfrei.at/symposium-jugend-und-rauchen/>.

NEUE MATERIALIEN

Besser Schluss machen!

Neue Jugendposter

Im Zuge der Organisation des Symposiums „Jugend und Rauchen“ hat sich das Team des Rauchfrei Telefons spezifisch mit der Beratung Jugendlicher auseinandergesetzt. Spezielle Poster mit dem Slogan „Besser Schluss machen“ wurden entworfen, um die positiven Seiten eines rauchfreien Lebensstils zu vermitteln.



Passivrauch – Folder & Poster

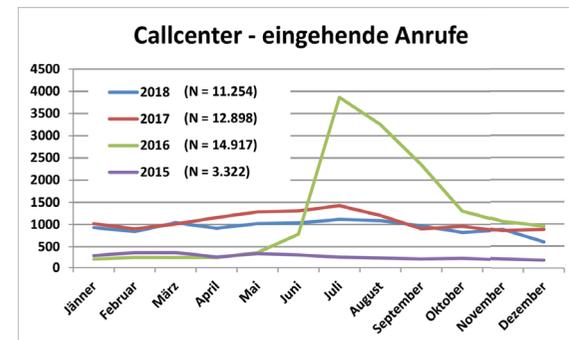
Vielen Menschen ist nicht bewusst, dass Passivrauch genauso schädlich ist wie aktives Rauchen. In der Telefonberatung klären wir laufend über die Folgewirkungen von Passivrauch auf. Die neu entwickelten Materialien sollen mehr Bewusstsein über die Gefährdung durch Passivrauch schaffen und über Schutzmöglichkeiten aufklären.

NUTZUNGSZAHLEN 2018

Eingehende Anrufe

2018 verzeichnete das Call Center weiterhin deutlich mehr Anrufe als vor der Einführung der neuen Verpackungen im Rahmen der Tabakprodukte-Direktive-II im Mai 2016. Insgesamt wurden **11 254 eingehende Anrufe** unter 0800 810 013 gezählt (2017: 12 898).

Der Aufdruck der Nummer auf den Tabakprodukten wirkt in der intendierten Richtung: mehr Raucher/innen nehmen Beratung und Information zum Rauchstopp in Anspruch.

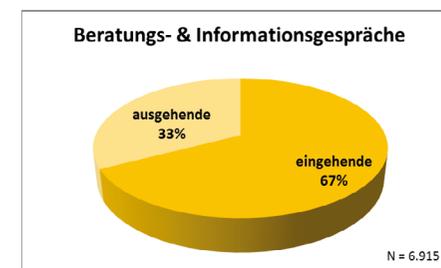


Gespräche mit Anruferinnen und Anrufern

Im Jahr 2018 dokumentierte das Beratungsteam **6 915 Beratungs- und Informationsgespräche** in der Datenbank. Insgesamt hatte das Rauchfrei Team mit **3 531 Personen** Kontakt.

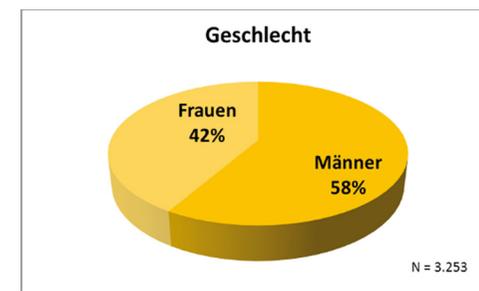
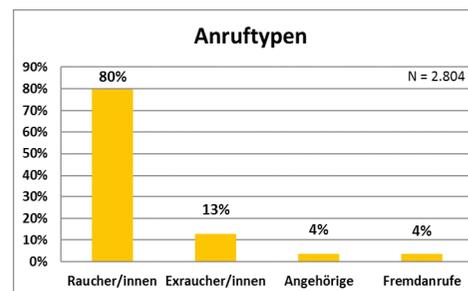
Beratungs- und Informationsgespräche:

Zwei Drittel der Gespräche erfolgen durch eingehende Anrufe unter 0810 810 013. Ein Drittel der Gespräche geht vom Rauchfrei Team aus. Ausgehende Gespräche entstehen, wenn das Rauchfrei Team Klientinnen und Klienten anruft, z.B. bei vereinbarten Terminen für eine Folgeberatung sowie bei Anmeldungen über die Homepage oder über das Rauchfrei Ticket.



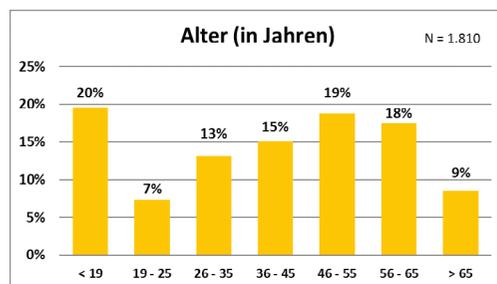
Anruftypen und Geschlechterverhältnis:

1/3 der Anrufe setzt sich aus Testanrufen, Auflegern und sonstigen Anrufen zusammen. 2/3 der Anrufe können den folgenden Anruftypen zugeordnet werden: 80 % Raucher/innen, 13 % Exraucher/innen, 4 % Angehörige und 4 % Fremdanrufe. 2018 nahmen 58 % Männer und 42 % Frauen Beratung in Anspruch.



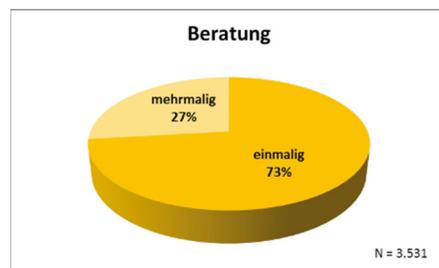
Altersverteilung:

Seit dem Aufdruck der Telefonnummer auf den Zigarettenpackungen rufen deutlich mehr Jugendliche und junge Menschen beim Rauchfrei Telefon an. Mehr als ein Viertel der Anrufer/innen ist jünger als 26 Jahre. Auch die relevante Zielgruppe der 26- bis 35-Jährigen meldet sich verstärkt (13%). Die in den Vorjahren am stärksten vertretene Anrufgruppe der 36- bis 65-Jährigen zählt weiterhin zur Hauptklientel des Rauchfrei Telefons.



Einmalige oder mehrmalige Beratung:

73 % Anrufer/innen haben einen Kontakt mit dem Rauchfrei Team: ein einmaliges Beratungsgespräch, in dem das Beratungsteam individuell und konkret zum Rauchverhalten berät, Information zu Themen rund ums Rauchen vermittelt oder an regionale Tabakentwöhnungsangebote weiterleitet. 27 % der Anrufer/innen haben mehrere Kontakte mit dem Rauchfrei Team: diese Raucher/innen und Ex-Raucher/innen werden vom Team mit Folgegesprächen beim Rauchfrei werden und bleiben unterstützt.



Rauchprofil:

Der Großteil der Anrufer/innen weist eine mittelstarke bis sehr starke Nikotinabhängigkeit (HSI-Gesamtwert) auf. Rund die Hälfte der beratenen Personen raucht zwischen 11 und 20 Zigaretten pro Tag, 35 % mehr als das. Der Großteil (75 %) raucht die erste Zigarette des Tages innerhalb der ersten halben Stunde. 78 % der anrufenden Raucher/innen rauchen bereits länger als 10 Jahre. Nur 9 % der anrufenden Raucher/innen haben bisher noch keinen Rauchstopp unternommen, 2/3 haben mindestens 2 Mal versucht rauchfrei zu werden.



www.rauchfrei.at

Die Zugriffsrate auf die Homepage steigt nach wie vor, www.rauchfrei.at nutzten 2018 rund 103 000 Personen (2017: 98 000). Die größte Zugriffsrate erzielte der 2. Jänner mit 677 Sitzungen, gefolgt vom letzten Eintragungstag des Volksbegehrens „Don` t smoke“ am 8. Oktober mit 648 Sitzungen. Zum Weltnichtrauchertag am 31. Mai 2018 wurden 524 Sitzungen gezählt.

www.facebook.com/RauchfreiTelefon

Das Rauchfrei Team berichtet 2 bis 3 Mal wöchentlich über Neuigkeiten und motiviert zu einem rauchfreien Lebensstil. 2018 wurden rund 3 300 Facebook-Fans gezählt.

Rauchfrei App

Die Rauchfrei App wurde 2018 von rund 7 000 Personen verwendet. 93 % davon waren wiederkehrende User, 7 % der User verwendeten die App zum ersten Mal. Der Großteil der User stammt mit 74 % aus Österreich, gefolgt von Deutschland (rund 20 %), der Schweiz und anderen Ländern.

Materialversand

Alle Informationsmaterialien können über ein Bestellformular auf der Website oder per E-Mail unter info@rauchfrei.at bestellt werden. Sie werden kostenfrei zugesandt: eine umfassende Informationsbroschüre, Folder für spezielle Zielgruppen (Jugendliche, Schwangere) sowie zu spezifischen Themen (COPD, E-Zigarette) und Poster.



Zu Beratungsbeginn oder bei einem einmaligen Beratungsgespräch versendet das Rauchfrei Team ein „Starterpaket“ für Raucher/innen und Exraucher/innen. Darin befinden sich ein persönlicher Brief, die Informationsbroschüre sowie Informationsfolder zu regionalen Rauchentwöhnungsangeboten der Partner im jeweiligen Bundesland. 2018 wurden 533 Starterpakete versandt.

Das Rauchfrei Ticket

Im Rahmen dieser einfachen und direkten Kooperation mit Professionistinnen und Professionisten aus dem Gesundheitswesen erhielten wir im Jahr 2018 insgesamt 699 gültige Zuweisungen, davon 226 Anmeldungen zur Erstberatung und 473 Formulare zur Nachbetreuung. Davon konnten wir 568 Personen (81 %) telefonisch erreichen.

Onlineanmeldungen über die Website:

120 Personen bestellten über die Website einen Rückruf. Es kam infolge mit 90 Personen (75%) zu einem Beratungsgespräch.

IMPRESSUM

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