

Rauchfrei Telefon – Jahresbericht 2024

Das Rauchfrei Telefon ist eine österreichweite telefonische Beratungsstelle für ein Leben frei von Tabak und Nikotin.

**Rauchfrei
Telefon**
0800 810 013
www.rauchfrei.at



Erreichbarkeit:

Österreichweit unter der kostenfreien Telefonnummer 0800 810 013
Montag bis Freitag von 10:00 bis 18:00 Uhr
Website: www.rauchfrei.at | E-Mail: info@rauchfrei.at

Das Rauchfrei Telefon bietet:

- Informationen zu Tabak, Nikotin, Passivrauch und Nikotinabhängigkeit
- Weitervermittlung zu Behandlungsangeboten in Österreich (Drehscheibe)
- Beratung zum Ausstieg aus der Nikotinabhängigkeit
- Beratung zur Aufrechterhaltung der Abstinenz
- Kostenfreie Zusendung von Infomaterialien

Direkte Beratung: Von Montag bis Freitag von 10:00 bis 18:00 Uhr sind 3 Telefonleitungen besetzt durch ein Team von Klinischen und Gesundheitspsychologinnen mit langjähriger Erfahrung. Auf Wunsch werden Termine für Beratungsgespräche vereinbart oder Rückrufe angeboten.

Proaktives Beratungskonzept: Wie von der WHO empfohlen steht allen Personen, die sich für die telefonische Begleitung beim Ausstieg aus der Tabak- und Nikotinabhängigkeit entscheiden, ein Beratungszyklus mit mehreren Gesprächen zur Verfügung.



DAS TEAM DES RAUCHFREI TELEFONS

Fachliches Leitungsteam: MMag. Sophie Meingassner, Mag. Melanie Stulik, Mag. Alexandra Beroggio

Kaufmännische Leitung: Elke Bachmann, BA MA, (Anja Klaus, BA: in Karenz)

Material und Versand: Petra Winkler, Astrid Köster

Beratungsteam (Klinische und Gesundheitspsychologinnen):

Mag. Silvia Bolena, Mag. Ulrike Brehm, Mag. Andrea Büttner, Mag. Katharina Klik, BSc, Mag. Iris Lackner (Karenzvertretung), Mag. Anita May (Karenzvertretung), Mag. Pamela Zöchinger, MSc

Das Rauchfrei Telefon ist in der Österreichischen Gesundheitskasse eingebettet in den Fachbereich Gesundheitsförderung, Prävention und Public Health unter der Leitung von Mag. Dr. PH Karin Rumpelsberger, BHC, BA und der Themenfeldleiterin Mag. Barbara Gravogl, MPH.

Das Jahr 2024 war gekennzeichnet durch den Weggang der fachlichen Leitung MMag. Sophie Meingassner mit Ende Oktober. Wir bedanken uns sehr herzlich bei MMag. Sophie Meingassner für die jahrelange hervorragende fachliche Leitung des Rauchfrei Telefons.

QUALITÄTSSICHERUNG

Die Qualitätssicherung erfolgt durch Intervision, regelmäßige Supervision, den wissenschaftlichen Beirat, Vernetzungstreffen mit dem Network of European Quitlines und dem Netzwerk deutschsprachiger Rauchstopp Telefone sowie durch die regelmäßige Teilnahme an Fortbildungen, Tagungen und Kongressen.

WISSENSCHAFTLICHER BEIRAT

Die Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats begleiten und beraten das Team des Rauchfrei Telefons in fachlichen Fragen. Aktuell hat der Beirat 13 Mitglieder. Jährlich findet ein Beiratstreffen statt. (<https://rauchfrei.at/ueber-uns/kooperationen/>)

Nachruf: Unser wertiges Beiratsmitglied **MR Dr. Kurt Aigner** ist am 24.09.2024 verstorben. Er hat die Pneumologie in Österreich jahrzehntelang maßgeblich mitgestaltet. Neben seiner Tätigkeit als Primar am Ordensklinikum Linz Elisabethinen engagierte sich Aigner auch in der ÖGP und war Präsident der Ärzteinitiative (Austrian Council on Smoking or Health). Er erhielt posthum den **ENSP Award for outstanding contribution to tobacco control**. (<https://ensp.network/ensp-awards-11th-edition-october-2024-athens-greece/>)

Mit großer Dankbarkeit wird uns Dr. Aigner als engagierter Arzt und empathischer Unterstützer in Erinnerung bleiben.

QUITLINE NETZWERKE

Quitlines sind telefonische Beratungsangebote zur Behandlung der Tabak- und Nikotinabhängigkeit. Die WHO bietet einen weltweiten Überblick: <https://www.who.int/campaigns/world-no-tobacco-day/2021/quitline-toolkit/toll-free-quitlines>.

Das Rauchfrei Telefon ist Mitglied im Network of European Quitlines und im Netzwerk der deutschsprachigen Rauchstopp-Telefone (NDRT). Ziel dieser Netzwerke ist der Austausch von Informationen, Fachexpertisen und praktischen Erfahrungen in der telefonischen Beratung zu einem Leben frei von Tabak und Nikotin. Die europäischen Netzwerktreffen finden online einmal im Quartal statt. Das jährliche deutschsprachige Netzwerktreffen fand im Juni 2024 in Bern statt, die Gastgeberrolle hatte die Schweizer Rauchstopplinie.

WICHTIGE NEUIGKEITEN AUS 2024

Februar: Weltkrebstag – neuer Folder „Rauchfrei leben, Risiko senken – Rauchfreiheit schützt vor Krebs“ (rauchfrei.at/rauchen-krebs). Zugehöriges Poster finden Sie auf der Rückseite des Jahresberichts.

Weltnichtrauchertag 2024: Podcast gemeinsam mit Jugend:info NÖ, Fachstelle für Suchtprävention NÖ - Interview Mag. Stulik (zum Nachhören unter: <https://rauchfrei.at/podcast-zum-weltnichtrauchertag/>)

Mai: Die österreichweite Einführung eines neuen Medikaments zur Nikotinentwöhnung (Wirkstoff Cytisin, Handelsname Asmoken) führte zu speziellen Anfragen und Beratungsbedarf.



November Rauchfrei: Um noch mehr Personen zu Motivieren einen Rauchstopp bzw. Nikotinstopp zu versuchen wurde zwei Videos gestaltet.

Video „November rauchfrei“: <https://rauchfrei.at/november-rauchfrei-gemeinsam-den-ersten-schritt-machen/>
Video „Motivation zum Rauchstopp“: <https://rauchfrei.at/tata-unser-neuestes-video-ist-da/>



MEDIENAUFTRITTE 2024

Neben zahlreichen Interviews mit Zeitungen und Radiosendern sind folgende Medienauftritte zu erwähnen:

ORF-3: Meryn am Montag „Endlich Rauchfrei“ – Interview MMag. Meingassner
ORF-3 Aktuell: Weltnichtrauchertag am 31. Mai – Interview Mag. Stulik

VORTRÄGE, WEBINARE, POSTER, BERATUNGSSTÄNDE – ONLINE UND VOR ORT

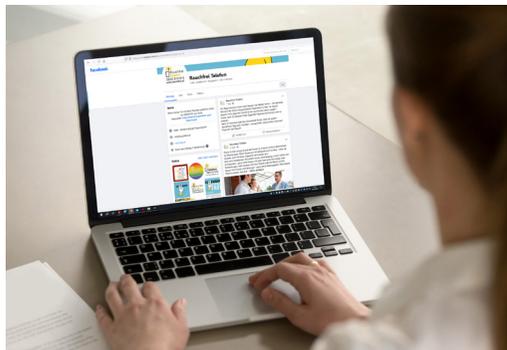
Um das Angebot des Rauchfrei Telefons, insbesondere das Rauchfrei Ticket, bekannt zu machen, nutzt das Team verschiedene Formate. Hier eine Auswahl aus dem Jahr 2024:

- 11. Pneumo Aktuell des ÖGP (27.1.2024, Wien) – Beratungsstand Mag. Bolena
- 43. Workshop Lunge-Umwelt-Arbeitsmedizin (1.-2.3.2024, Linz) – Vortrag „Drei Minuten, die wirken – Kurzintervention zur Nikotinabhängigkeit“, MMag. Meingassner
- Lunge Praxisnah (12.4.2024, Fuschl) – Vortrag „Ziel rauchfrei - Raucherberatung & die Schlüsselrolle der Allgemeinmediziner*innen“, Mag. Beroggio
- SV-Symposium zum Welt Nichtrauchertag „Frei von Tabak und Nikotin – wirksame Prävention und Behandlungsmöglichkeiten“ (15.5.2024, Wien) – Vortrag „Beratung und Behandlung der Tabak- und Nikotinabhängigkeit“, Mag. Beroggio
- ÖGP „Tabakentwöhnung – der Weg aus der Nikotinabhängigkeit für Ihre Patient*innen“ Zertifikat Raucherentwöhnung der Ärztekammer Wien (29.-30.11.2024, Wien) – Vortrag MMag. Meingassner, Beratungsstand Mag. Stulik und Mag. Brehm
- 48. Jahrestagung ÖGP „Lunge im Wandel“ (26.-28.9.2024, Wien) - Beratungsstand Mag. Bolena, Mag. Brehm, Mag. Büttner
- 22. dt. Konferenz für Tabakkontrolle (4.-5.12.2024, Heidelberg) – Poster „Rauchfrei Telefon“, Mag. Beroggio und Mag. Lackner
- Weitere Vorträge: Rat auf Draht, Rehaklinik Hollenburg, PSD/SDW, Ö Lungunion

FACEBOOK

Das Team des Rauchfrei Telefons postet auf Facebook wöchentlich Nachrichten zur Motivation für ein Leben frei von Tabak und Nikotin, Neuigkeiten vom Rauchfrei Telefon und aktuelle Informationen. Die Facebook-Seite des Rauchfrei Telefons hat rund **3.000 Follower**.

www.facebook.com/RauchfreiTelefon



RAUCHFREI TICKET

Das Rauchfrei Ticket bietet eine praktikable Möglichkeit zur **Zuweisung/Anmeldung** interessierter Personen **zur Beratung und Behandlung** der Nikotinabhängigkeit.

Gesundheitsberufe nutzen das Rauchfrei Ticket im Rahmen der **Kurzintervention zur Nikotinabhängigkeit**: 1. Ansprechen des Nikotinkonsums – 2. Empfehlen eines Lebens frei von Tabak und Nikotin – 3. Vermitteln eines Hilfsangebots.

Das Rauchfrei Ticket **erhöht** die **Inanspruchnahme evidenzbasierter Angebote** zur Behandlung der Nikotinabhängigkeit.

Im Jahr 2024 erhielten wir insgesamt **831 Rauchfrei Tickets** von Kooperationspartnern **aus ganz Österreich**. Davon waren 304 Anmeldungen zur Erstberatung und 527 Anmeldungen zur Nachbetreuung. Das Rauchfrei Team erreichte rund 80 % der mittels Rauchfrei Ticket angemeldeten Personen für einen Erstkontakt.

Mit Ende 2024 wurde das **Fax-Service aus Datenschutzgründen eingestellt**. Mögliche Übermittlung von Rauchfrei Tickets daher über die **FTAPI-Submitbox** via <https://databox.gesundheitskasse.at/submit/rauchfrei> oder **Registrierung und direkte Zuweisung** via www.rauchfrei.at/rauchfreiticket, sowie per Post an ÖGK, Rauchfrei Telefon, Kremser Landstraße 3, 3100 St. Pölten.

DIE RAUCHFREI APP

Die kostenfreie Rauchfrei App bietet leicht zugängliche **Unterstützung beim Ausstieg aus der Nikotinabhängigkeit**. Menschen, die rauchen, nutzen die App zur **Vorbereitung**, zur **Umsetzung** und zur **Aufrechterhaltung der Rauchfreiheit**. Die Rauchfrei App kann **eigenständig und ergänzend zu anderen Angeboten** (wie Telefonberatung, Rauchfrei Kurse, ...) genutzt werden.

Im Jahr 2024 zählte die Rauchfrei App 11.666 Nutzer*innen. Im Vergleich zum Vorjahr zeigte sich eine Steigerung der Nutzungsrate um 13%.

Nutzer*innen:

59% weiblich, 41% männlich

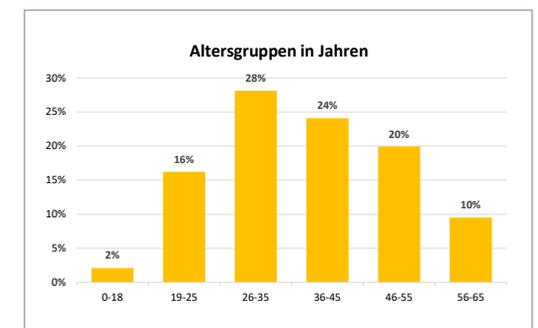
5% schwanger

1/3 zwischen 26 und 35 Jahre alt

1/3 erstmaliger Rauchstopp

Nikotinabhängigkeit: Heavy Smoking

Index (HSI): 59% leicht, 41% schwer



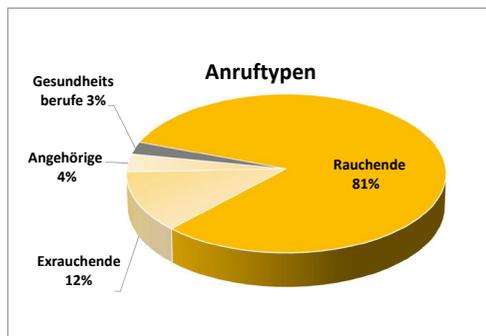
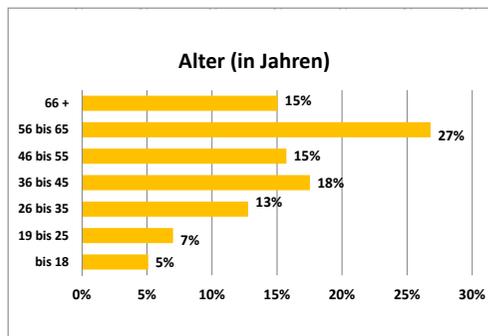
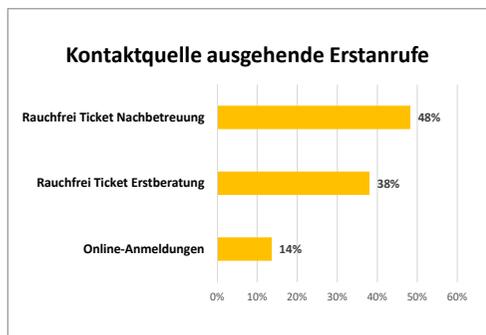
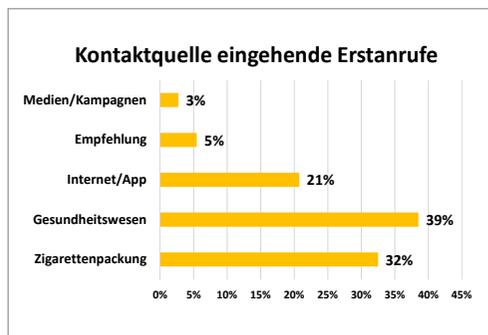
0800 810 013 – ZAHLEN AUS DER TELEFONBERATUNG

Im Jahr **2024** verzeichnete das Callcenter insgesamt **8.593 eingehende Anrufe** am Rauchfrei Telefon. Im Vergleich zum Vorjahr ergibt dies eine **Steigerung um 26%**.

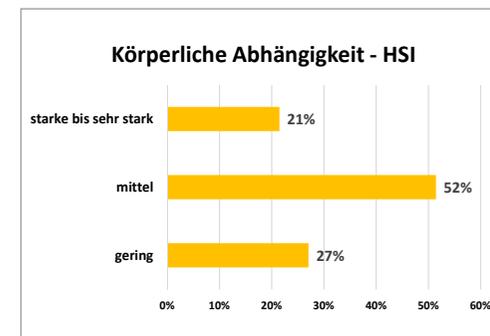
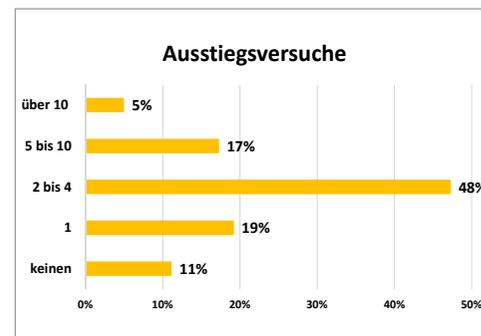
In der **Datenbank** dokumentierte das Beratungsteam **innerhalb der Betriebszeiten** insgesamt **5.688 Gespräche** (Steigerung um 8%) mit 2.310 verschiedenen Personen (Steigerung um 4%). Die Gespräche entstanden zu **51%** durch **eingehende Anrufe**, zu **49%** durch **ausgehende Anrufe**, initiiert vom Beratungsteam (basierend auf terminierten Folgegesprächen, Rauchfrei Tickets oder dem Anrufbeantworter).

Der Großteil der Anrufenden gab an über das **Gesundheitswesen, die Zigaretten-Packung oder das Internet/die Rauchfrei App** vom Rauchfrei Telefon erfahren zu haben. Ausgehende Erstanrufe wurden basierend auf Anmeldungen per **Rauchfrei Ticket** sowie auf **Online-Anmeldungen** vom Beratungsteam initiiert.

Anrufende: 59% nahmen ein **einmaliges Gespräch** in Anspruch, **41%** erhielten **proaktive Beratung** und wurden mit mehreren Gesprächen begleitet. Das Geschlechterverhältnis war ausgewogen: **51% weiblich, 49% männlich**. Die Altersspanne reichte von Jugendlichen bis hin zu über 80-jährigen Personen. Neben **81% rauchenden/nikotinabhängigen Personen** suchten auch **12% Exraucher/Ex-Nikotin-Konsumierende** sowie **4% Angehörige** Unterstützung. **Gesundheitsberufe (3%)** meldeten sich ebenfalls für Informationen.



Rauchende/Nikotinabhängige Personen: Lediglich **11%** hatten noch keinen Ausstiegsversuch gemacht. Rund die Hälfte (**48%**) hatte bereits **2 bis 4 Nikotinstoppversuche** unternommen. **52%** wiesen eine **mittelstarke Nikotinabhängigkeit** auf, je ein Viertel wies eine geringe bzw. eine starke/sehr starke Nikotinabhängigkeit auf. Als **Hauptmotive** für die Inanspruchnahme der Beratung für einen nikotinfreien Lebensstil wurden **Gesundheit, Geld, Wohlbefinden und Suchtfreiheit** genannt.



WEBSITE

Die Website des Rauchfrei Telefons umfasst:

- **Informationen** für ein Leben frei von Tabak und Nikotin
- **Drehscheibe zu Behandlungsangeboten** in ganz Österreich
- **Tests und Tools** für den Ausstieg aus der Nikotinabhängigkeit
- **Folder, Broschüren, Poster und Infoblätter** – inklusive Bestellformular
- **Direkte Anrufbuchung** per Online-Anmeldung
- **Blog** – Aktuelles, Neuerungen, Motivation für ein nikotinfreies Leben

Im Jahr **2024** verzeichnete www.rauchfrei.at insgesamt 304.503 Seitenaufrufe durch **168.135 aktive Nutzer*innen**. Die höchsten **täglichen Zugriffsraten** verzeichnete die Webseite **nach dem Jahreswechsel** und **zum Weltnichtrauchertag**.

www.rauchfrei.at

IMPRESSUM

Medieninhaber und Herausgeber: Österreichische Gesundheitskasse, Wienerbergstrasse 15-19, 1100 Wien
www.gesundheitskasse.at/impresum
 Hersteller: ÖGK Hausdruckerei Wien
 Redaktion/Gestaltung: ÖGK Landesstelle Niederösterreich, Kremser Landstraße 3, 3100 St. Pölten
 Für den Inhalt verantwortlich: Das Rauchfrei Telefon
 E-Mail: info@rauchfrei.at



Rauchfrei
Telefon

0800 810 013

www.rauchfrei.at



Rauchfrei leben Risiko senken

Rauchfreiheit schützt vor Krebs.

Das Rauchfrei Telefon ist eine Initiative der Sozialversicherungsträger, der Länder und des Gesundheitsministeriums. Die Österreichische Gesundheitskasse betreibt das Rauchfrei Telefon für ganz Österreich.

Impressum: ÖGK, Hausdruckerei Landesstelle Wien