

Musikprojekt - gegen Rauchen

- Warum finden wir das Thema so wichtig?

Wir wollen unserer Generation mitteilen, wie gefährlich Rauchen für einen ist. Rauchen hat ein extrem hohes Gesundheitsrisiko, das sieht man daran, dass jährlich Deutschlandweit schätzungsweise 143.000 Menschen an den Folgen des Rauchens sterben. Weltweit sind es über 7,6 Millionen. Außerdem ist die Chance, dass man eine chronische Lungenkrankheit entwickelt, deutlich höher. Andere genau so schlimme Folgen sind Schädigungen an den Augen, im Verdauungstrakt, am Skelett und an den Geschlechtsorganen. Außerdem kann man dadurch unfruchtbar werden und die Haut kann vorzeitig altern und faltig aussehen. Ein anderer Punkt, der uns sehr erschrocken hat, ist, dass 38% der 12- bis 25-Jährigen in Deutschland rauchen. Dabei gibt es keinen großen Unterschied zwischen Jungen und Mädchen. Für unsere Klasse heißt es, dass ca. jeder Vierte raucht, das sind sechs Menschen von 24.

- Warum fängt man mit dem Rauchen an?

Menschen können aus verschiedenen Gründen mit dem Rauchen beginnen. Einige fangen aus Neugierde an, andere aus sozialem Druck oder um dazuzugehören. Manche probieren auf diese Weise auch mit Stress oder emotionaler Belastung umzugehen.

- Sucht? Wie wieder aufhören?

Das in Zigaretten enthaltene Nikotin verursacht eine körperliche Abhängigkeit. Sobald es in das Gehirn gelangt, wird das Hormon Dopamin ausgeschüttet, das dem Körper Glück und Lust signalisiert. Obwohl das Aufhören schwierig ist, probieren es 70% der Rauchenden. Erfolg haben dabei aber nur drei bis sieben Prozent. Mit professioneller Unterstützung schaffen es aber ca. 40% der Betroffenen.

Von Nele, Rron, Marlene