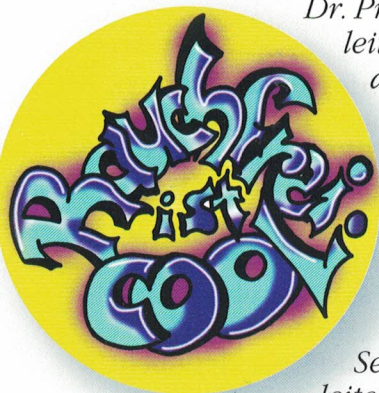


RAUCHZEICHEN für Jugendliche

Interview mit Dr. med. Oliver Przibille, Cardioangiologisches Centrum Bethanien, Frankfurt am Main

Es ist schwer, vom Rauchen loszukommen. Selbst wenn Rauchen zu katastrophalen Folgen geführt hat, zu Herzinfarkt, zu Schlaganfall, zur Amputation eines Beins, schaffen es viele nicht, darauf zu verzichten. Das Suchtpotenzial, die Abhängigkeit von Zigaretten ist hoch. Im Kampf gegen das todbringende Rauchen ist es daher die beste Strategie, bei Jugendlichen den Griff zur Zigarette zu verhindern, bevor sie zu rauchen anfangen. Deshalb engagiert sich die Herzstiftung in drei Projekten. Das wichtigste ist RAUCHZEICHEN, das 2004 von Prof. Martin Kaltenbach gegründet wurde. In diesem Projekt geben Ärzte in der 7. Klasse, also bei 12- bis 13-Jährigen, im Rahmen eines ausgearbeiteten Programms eine Doppelstunde, die die Jugendlichen in ihrer Entscheidung gegen das Rauchen unterstützt. Seit 2016 ist Dr. med. Oliver Przibille für RAUCHZEICHEN verantwortlich.

Dr. Przibille ist Kardiologe und leitet in Frankfurt am Main am Cardioangiologischen Centrum Bethanien die Herzschrittmacherambulanz.



Seit Anfang letzten Jahres leiten Sie, Dr. Przibille, das Projekt der Herzstiftung RAUCHZEICHEN. Gerade in dieser Zeit ist das Projekt aufgrund eines Vorstandsbeschlusses der Herzstiftung in eine neue Phase getreten. Wie geht es mit RAUCHZEICHEN weiter?

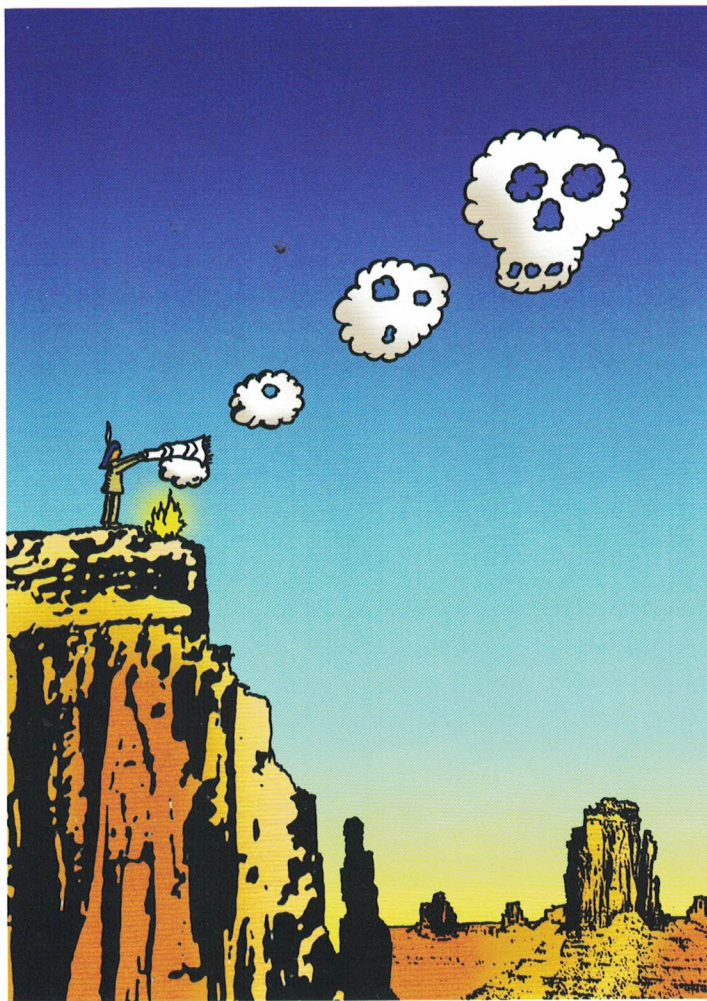
■ Im Jahr 2013 lagen die Ergebnisse einer wissenschaftlichen Studie zu RAUCHZEICHEN vor. Prof. Eva Herrmann schreibt als verantwortliche Leiterin der Studie: „Zur Einschätzung der Gefährlichkeit des

Rauchens liegt ein deutlicher, signifikanter Effekt vor.“ Dieser Effekt ist bis zu zwei Jahre nach der Doppelstunde nachweisbar. Die praktische Erfahrung zeigt, dass selbst in der 11. Klasse auf die Frage, ob sich jemand noch an die Unterrichtung vor vier Jahren erinnere, fast alle Schüler positiv antworten. Das Zigarettenrauchen bei Jugendlichen dauerhaft zu verhindern, gelingt erwartungsgemäß mit nur einer Doppelstunde nicht, wie die Auswertung der Zahlen besonders bei Gymnasialschülern zeigt. Bei den Realschülern zeichnet sich hingegen ein positiver Trend ab, auch wenn die Auswertung wegen der geringen Zahl von Real- bzw. Gesamtschulklassen (eine Gesamtschule, eine Haupt-/Realschule) mit Vorsicht betrachtet werden muss.

Um eine nachhaltige Wirkung auf die Schüler zu erzielen, haben die beteiligten Ärzte angeregt, das Projekt weiterzuentwickeln. Der Vorstand der Herzstiftung hat daraufhin im November 2015 beschlossen, RAUCHZEICHEN in den nächsten drei Jahren unter bestimmten Vorgaben weiterzuführen und auszuweiten.

Was heißt das?

■ Die Zahl der Schüler im Projekt soll von ca. 12000 in 2015 möglichst auf 20000 in den nächsten Jahren vergrößert werden. Dabei soll das Projekt auch den Hessen angrenzenden Ländern, z. B. Rheinland-Pfalz, angeboten werden. Der Schwerpunkt soll in Zukunft bei den Haupt-/Real- und Gesamtschulen liegen, weil der zu erwartende Effekt hier am stärksten ist. Außerdem prüfen wir, ob eine Folgeveranstaltung zur Vertiefung von RAUCHZEICHEN in der 9. Klasse möglich ist, in der Erwartung, dass dadurch die Schüler nachhaltiger beeinflusst werden können.



So präsentiert sich RAUCHZEICHEN auf dem Flyer, der an Schulen für das Programm wirbt.

Wie viele Schulen nehmen an RAUCHZEICHEN teil? Wie ist das Projekt organisiert?

- 62 Schulen nehmen derzeit regelmäßig an RAUCHZEICHEN teil. Das sind ca. 360 Klassen, und dies entspricht etwa 12000 Schülerinnen und Schülern pro Jahr. Davon sind 37 Schulen reine Gymnasien, 2 reine Realschulen, 1 Gymnasium mit angeschlossener Realschule, 1 Gymnasium mit Real- und Berufsschule, 5 Haupt- und Realschulen, 5 integrierte Gesamtschulen, 8 kooperative Gesamtschulen, 1 Förderschule.

Unser Radius umfasst derzeit: Frankfurt, Vordertaunus, Stadt Offenbach, Landkreis Offenbach, Mainz, Wiesbaden, Oberhessen, Landkreis Darmstadt-Dieburg, Stadt Darmstadt, Odenwald.

Für das Projekt sind 72 Ärztinnen und Ärzte ehrenamtlich tätig, manche von ihnen betreuen mehrere Schulen, manche teilen sich eine Schule zu zweit oder dritt untereinander auf.

Das RAUCHZEICHEN-Team besteht außer mir aus Prof. Martin Kaltenbach, Jule Thomas, die das Projekt organisiert, und derzeit 10 Studentinnen und Studenten. Davon sind 5 Medizinstudenten, 4 Lehramtsstudenten und einer ist Sportstudent. Die Studierenden unterstützen die Ärzte vor Ort und führen das Rauchexperiment durch.

An RAUCHZEICHEN sind neue Anforderungen gestellt worden. Wie sieht das Konzept von RAUCHZEICHEN jetzt aus?

- In unserer schnelllebigen Zeit ist RAUCHZEICHEN in ständiger Bewegung. Die Grundidee ist gleich geblieben: Ein Arzt in der Schule bedeutet etwas ganz Besonderes, er überrascht die Schüler und weckt ihre Neugier. Wir wollen informieren und sensibilisieren, nicht abschrecken. Als Nebeneffekt erfahren Tausende Schüler, viele Lehrer und Eltern zum ersten Mal etwas über die Aktivitäten der Deutschen Herzstiftung.



Dr. med. Oliver Przibille an seinem Arbeitsplatz im Cardioangiologischen Centrum Bethanien in Frankfurt

Das Projekt besteht nun seit mehr als zehn Jahren, und die Erfahrung der täglichen Arbeit mit den Schülerinnen und Schülern dient der kontinuierlichen Anpassung und Verbesserung. Die Vor- und Nachteile der E-Zigarette werden behandelt, ebenso die vermeintliche Ungefährlichkeit von Shisha, der orientalischen Wasserpfeife, und Hasch.

Was für Möglichkeiten, die Schüler einzubeziehen, nutzen Sie?

■ In den ersten Jahren von RAUCHZEICHEN kamen Patienten, die durch Rauchen krebskrank oder herzkrank geworden waren, mit den Ärzten in die Klassen und standen zum Gespräch mit den Schülern zur Verfügung. Jetzt, wo das Projekt Tausende von Schülern einschließt, ist das nicht mehr möglich. Wir zeigen einen Film, in dem z.B. ein junger Mann über einen Herzinfarkt berichtet, den er mit 21 Jahren erlitten hat, und dessen Folgen ihn heute noch in seinem Alltag stark beeinträchtigen. Da ist ein Mittsechziger,

dem nach langjährigem Rauchen schließlich beide Beine amputiert wurden. Eine Frau, die nach jahrelangem starkem Zigarettenkonsum an einem Lungenemphysem leidet, würde sich wünschen, mit dem für Zigaretten ausgegebenen Geld heute eine Weltreise zu machen. Und schließlich erzählt eine Frau von ihrem Mann, der im Alter von 49 Jahren an Lungenkrebs starb. Sie alle sind nicht Schauspieler, sondern leidenschaftlich von ihrem Schicksal Bewegte und wirken dadurch überzeugend.

Aktiv beteiligt sind die Schüler bei einem Experiment, das an einem Stück Watte stellvertretend für eine Lunge zeigt, wie viel Dreck in einer Zigarette steckt: In einer speziell entwickelten Apparatur wird eine einzige Filterzigarette geraucht, der Rauch zieht durch die Watte. Es stinkt. Das ist der erste Eindruck. Dann sehen wir uns die Rückstände an, die zeigen, was in diesem Rauch drin ist: diese gelb-schwarzen Ablagerungen, die jede Zigarette in der Lunge verursacht. Das Experiment lockert nicht nur



Prof. Martin Kaltenbach mit Schülern der Bischof-Neumann-Schule in Königstein im Taunus

den Unterricht auf, es macht auch sichtbar, was unseren Augen sonst verborgen bleibt. Abhängig von den Klassen und den beteiligten Ärzten können die Jugendlichen unter Anleitung mit einem Stethoskop Herz und Lunge abhören. Manche Ärzte bevorzugen stattdessen, das Prinzip der Herzdruckmassage zu erklären und an einer Puppe die Wiederbelebung (Reanimation) zu üben.

Lässt sich in so kurzer Zeit die rettende Herzdruckmassage lernen?

- Es ist schon ein großer Unterschied, ob die Zeugen eines Herzstillstands fassungslos dastehen oder ob sich jemand daran erinnert, dass er mit einer einfachen Maßnahme lebensrettend eingreifen kann. Den Schülern wird vermittelt, dass rhythmisches, kräftiges Eindrücken des Brustkorbs ohne Beatmung genügt, um die Zeit bis zum Eintreffen des Notarztes zu überbrücken. Entscheidend ist die Vermeidung von jeglichem Zeitverlust. Uns wurde von einem 12-jährigen Schüler

berichtet, der seinen Großvater erfolgreich wiederbelebt hat.

Wie verläuft der Unterricht?

- Insgesamt führen wir möglichst viele Gespräche. Dabei kommt häufig zutage, dass z.B. Shisharauchen bei den Schülern gar nicht als Rauchen gilt und sie erstaunt sind, wenn wir ihnen klarmachen müssen, dass der Rauch der Wasserpfeife sogar ganz besonders giftig ist und dass Haschkiffen den Einstieg in die Drogenkarriere bedeuten kann.

Diskutieren Sie auch: Wie kann ich mich gegen den Gruppendruck wehren? Wie widerstehe ich der Versuchung, mit den anderen zu rauchen, zu kiffen, zu trinken?

- Wenn wir die Mechanismen ansprechen, die dazu führen, unter dem Druck von Gleichaltrigen oder von Werbung zur Zigarette zu greifen, sind die Schüler sehr offen. Das sind



Wie gefährlich Shisharauchen ist, erklärt Prof. Dr. Thomas Wendt.

Themen, mit denen sie sich selbst beschäftigen, weil sie in diesem Alter verstärkt dem Gruppendruck ausgesetzt sind und es in ihren Augen zum Erwachsenwerden gehört, Grenzen zu überschreiten und Verbotenes zu tun.

Diese Diskussionen sind für die 9. Klassen besonders geeignet. Als attraktiv dafür hat sich das relativ neue Fach *Darstellendes Spiel* herausgestellt, das sich neben den Fächern *Kunst* und *Musik* an den Schulen etabliert. Dort vertiefen wir mit den 14- und 15-jährigen Jugendlichen das Thema Rauchen und beschäftigen uns besonders mit den Gründen, die zum Rauchen verleiten können. An der Philipp-Reis-Schule in Friedrichsdorf wird ein solches Projekt entwickelt und erprobt.

Das Konzept von RAUCHZEICHEN ist für Gymnasien entwickelt worden. Jetzt kommt es darauf an, dass mehr Haupt-/Realschulen und Gesamtschulen daran teilnehmen. Wie gehen Sie da vor?

- Ermutigend ist, dass gerade diese Schulen an RAUCHZEICHEN besonders interessiert sind. Das gilt sowohl für Lehrer wie für Schüler. Julie Thomas, die RAUCHZEICHEN organisiert, wurde zum Beispiel in der Pause

auf dem Schulhof einer Gesamtschule von Hauptschülern angesprochen: „Kommt Ihr auch zu uns?“, fragten die Schüler.

Haupt- und Realschüler fühlen sich oft zurückgesetzt. Wenn mit RAUCHZEICHEN Ärzte in ihre Klassen kommen, erhalten sie eine besondere Aufmerksamkeit, die diese Schüler sonst vermissen. Die Diskussionen sind in diesen Klassen oft besonders lebendig, weil viel mehr Schüler als in Gymnasien bereits Raucherfahrung haben oder schon abhängige Raucher sind.

Was sind die Schwierigkeiten für die Ausweitung des Projekts?

- Der Engpass bei RAUCHZEICHEN ist der Ärztemangel. Von den 72 Ärzten, die uns zurzeit zur Verfügung stehen, sind viele schon seit Jahren dabei. Sie sind immer wieder begeistert von den Herausforderungen, die der Umgang mit den Jugendlichen darstellt und opfern einen oder mehrere Vormittage für den Unterricht trotz eines sehr ausgefüllten Berufslebens. Die Herzstiftung ist für diesen ehrenamtlichen Einsatz sehr dankbar. Neue Ärzte gewinnen wir häufig in Zusammenarbeit mit den Schulen, insbesondere, wenn Kinder von Ärzten die betreffende Schule besuchen.

Welche Erwartungen verbinden Sie mit RAUCHZEICHEN?

■ Es wäre naiv zu glauben, mit einer Doppelstunde Jugendliche, die so vielen Einflüssen ausgesetzt sind, vom Rauchen abhalten zu können. Aber unser Projekt ist *ein* Baustein in der Entwicklung von Heranwachsenden. Wir unterstützen die Tendenz, dass Rauchen gesellschaftlich immer weniger akzeptiert wird. Laut dem Tabakatlas des Deutschen Krebsforschungszentrums rauchten 2005 noch rund 20% der 12- bis 17-Jährigen, im Jahr 2014 jedoch nur noch rund 10%. Diese Zahlen beziehen sich aber auf Zigarettenraucher! Bezieht man Shishas und E-Zigaretten

mit ein, so hat ein Drittel der 13- bis 17-jährigen Jugendlichen bereits Shisha geraucht und über ein Viertel hat E-Zigaretten ausprobiert.

RAUCHZEICHEN will den Einstieg in die Raucherkarriere verhindern. Das geschieht nicht durch Abschreckung, sondern durch die Ermutigung zur selbstständigen Entscheidung. Wer eine solche Entscheidung gegen das Rauchen trifft, ist auch gegen Drogen und Missbrauch von Aufputzmitteln besser geschützt. Es geht also um einen Aufklärungs- und Erziehungsauftrag, in den Lehrer und Eltern einbezogen sind.

Interview: Irene Oswalt



HERZHEUTE



2/2017

Luftverschmutzung
gefährdet das Herz

Herzkrank in Deutschland
Wie gut sind Patienten versorgt?

Die tragbare Defibrillatorweste

RAUCHZEICHEN

Klein gegen Groß

Die Herz-Biker aus dem Saarland

Sprechstunde:
Patienten fragen - Ärzte antworten