



Gemeinsame Pressemitteilung

2. Februar 2023

Seite 1 von 3

Weltkrebstag 2023: BZgA weist auf hohes Krebsrisiko durch Rauchen und Alkohol hin

Zum Weltkrebstag am 4. Februar 2023 informieren die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) und der Beauftragte der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen zu den Risiken des Rauchens und des Konsums von Alkohol für die Gesundheit.

In Deutschland erkranken jährlich etwa 500.000 Menschen an Krebs. 25 bis 30 Prozent aller Krebstodesfälle sind auf das Rauchen zurückzuführen. Auch Alkoholkonsum kann Krebs auslösen, denn das Zellgift Alkohol kann alle Organe im Körper schädigen. Wird Alkohol in Kombination mit Rauchen konsumiert, erhöht sich das Krebsrisiko deutlich.

Burkhard Blienert, Beauftragter der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen: „Rauchen und Alkohol gehören zu den größten vermeidbaren Gesundheitsrisiken überhaupt. Die Zahlen zu den Krebstodesfällen sind einfach erschreckend! Für mich ist wichtig, dass Zigaretten und andere Nikotinprodukte auf absehbare Zeit der Vergangenheit angehören. Und auch, was Bier, Schnaps und Wein betrifft, müssen wir in unserem Land zu einer völlig anderen Einstellung kommen. Umso mehr begrüße ich es, dass die Koalition dem Marketing und Sponsoring durch die Tabak- und Alkoholwirtschaft endlich strenge Grenzen setzen will. Denn Werbung hat gerade bei Jugendlichen erheblichen Einfluss auf den Konsum.“

Prof. Dr. Martin Dietrich, Kommissarischer Direktor der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA): „Sowohl für das Rauchen als auch für Alkohol gilt: Je mehr konsumiert wird, desto höher ist das Risiko einer Krebserkrankung. Beides zusammen ist besonders riskant: Bei Raucherinnen und Rauchern führt schon der moderate Konsum von Alkohol eher zu einer Krebserkrankung als bei Menschen, die nicht rauchen. Neben Nichtrauchen und einem risikoarmen Alkoholkonsum sind Bewegung, die Vermeidung von Übergewicht und eine ausgewogene Ernährung Lebensstilfaktoren, die das individuelle Krebsrisiko senken können.“

Nach einem Rauchstopp sinkt das Krebsrisiko kontinuierlich. Nach zehn Jahren ist das Lungenkrebsrisiko nur noch halb so hoch, als wenn man weitergeraucht hätte. Um den Schritt in ein rauchfreies Leben zu erleichtern, bietet die BZgA kostenfreie telefonische Beratung zum Rauchstopp und auf www.rauchfrei-info.de ein Online-Ausstiegsprogramm.

Die BZgA-Informationsangebote der Kampagne „Alkohol? Kenn dein Limit.“ unterstützen mit Empfehlungen zum verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol: Gesunde Frauen sollten nicht mehr als ein kleines alkoholisches Getränk pro Tag trinken, gesunde Männer nicht mehr als die doppelte Menge. Mindestens zwei Tage pro Woche sollten alkoholfrei sein, damit sich keine Gewöhnung einstellt, die schleichend zur Sucht werden kann.

Übersicht der BZgA-Unterstützungsangebote für den Rauchstopp:

- **Online-Ausstiegsprogramm:** Infos und Tipps zum Thema Nichtrauchen auf www.rauchfrei-info.de mit Forum, Chat, unterstützender täglicher E-Mail und persönlichen rauchfrei-Lotsinnen und -Lotsen
- **Telefonische Beratung zur Rauchentwöhnung:** Kostenlose Rufnummer 0 800 8 31 31 31 – erreichbar montags bis donnerstags von 10 bis 22 Uhr und freitags bis sonntags von 10 bis 18 Uhr
- **Informationsbroschüren:** „Ja, ich werde rauchfrei“ oder „Rauchfrei in der Schwangerschaft und nach der Geburt“: Die Broschüren können kostenfrei bestellt oder direkt heruntergeladen werden unter: <https://shop.bzga.de>
- **START-Paket zum Nichtrauchen:** Broschüre „Ja, ich werde rauchfrei“, ein „Kalender für die ersten 100 Tage“, ein Stressball und andere hilfreiche kostenlose Materialien. Bestellung per E-Mail: bestellung@bzga.de
- Informationen zu Rauchen und Krebserkrankungen unter: www.rauchfrei-info.de/informieren/rauchen-gesundheit/krebserkrankungen

Die BZgA beteiligt sich mit ihren Rauchstopp-Angeboten an der Bundesinitiative „Rauchfrei leben – Deine Chance“: www.nutzedeinechance.de

Informationen der BZgA zum verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol:

- www.kenn-dein-limit.de mit Informationen für Erwachsene
- www.kenn-dein-limit.info mit Informationen für Jugendliche ab 16 Jahren
- www.null-alkohol-voll-power.de mit Informationen für Jugendliche unter 16 Jahren
- Informationen zu Alkohol und Krebserkrankungen unter: www.kenn-dein-limit.de/alkoholkonsum/folgen-von-alkohol/alkohol-und-krebs

Kontakt:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
K 1 – Presse und Öffentlichkeitsarbeit, übergreifende Kommunikation
Maarweg 149–161
50825 Köln
pressestelle@bzga.de
www.bzga.de
www.twitter.com/bzga_de
www.facebook.com/bzga.de

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist eine Fachbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit

Beauftragter der Bundesregierung für Sucht- und Drogenfragen
Friedrichstraße 108
10117 Berlin
www.bundesdrogenbeauftragter.de