



# Rauchen

ist ein langsamer Tod

**Tabakrauchen** (verkürzt: *Rauchen*) ist das Inhalieren von Tabakrauch, der durch das Verbrennen tabakhaltiger Erzeugnisse (z. B. Zigaretten, Zigarillos, Shishatabak) entsteht. Zigarren, Pfeifen usw. werden eigentlich „gepafft“. Doch umgangssprachlich wird auch hier oft vom Rauchen gesprochen. Der Übergang ist fließend, manchmal wird der Tabakrauch von Wasserpfeifen oder Zigarillos gepafft, manchmal inhaliert.



# Geschichte des Rauchens

Das Rauchen war in verschiedenen altamerika-nischen Kulturen schon lange üblich und wurde dort in erster Linie rituell betrieben. Älteste Darstellungen rauchender Maya-Priester sind schon von 600-500 v. Chr. bekannt. Nach der Entdeckung Amerikas durch Kolumbus tauchten 1497 erste Berichte über die Tabakpflanze in Europa auf. Bald war das Rauchen so verbreitet, dass Zar Michail Romanow den Tabakkonsum im 16./17. Jahrhundert mit Strafen zu bekämpfen versuchte.



# Detail einer Raucherlunge





# Mediziner Meinung nach:



- Eine Zigarette kürzt das Leben auf 15 Minuten; ein Päckchen – auf 5 Stunden;
- Jener, der ein Jahr lang raucht, verliert 3 Monate seines Lebens;
- Jener, der 4 Jahre lang raucht, verliert 1 Jahr seines Lebens;
- Jener, der 20 Jahre lang raucht, verliert 5 Jahre seines Lebens;
- Jener, der 40 Jahre lang raucht, verliert 10 Jahre seines Lebens.

Während der Schwangerschaft  
schadet das Rauchen Ihrem Kind





Der Tabaksrauch schadet der Krankheit jener, die Sie umgeben. Es gilt, dass ein aktiver Raucher nur 30 % der schädlichen Stoffe bekommt, während ein passiver Raucher bekommt andere 70 %. Also, wenn jemand nicht weit von Ihnen raucht, ist es für Sie viel schlimmer als für ihn.



Schützt die Kinder: erlaubt Sie nicht,  
Ihren Rauch zu atmen!







Am Rauchen sterben etwa **6 Millionen** Menschen jährlich in der Welt. Die Verbreitung des Rauchens in Russland ist die höchste in der Welt. In Russland jährlich sterben mehr als **340 Tausend** Menschen wegen des Rauchens. Alle **6 Sekunden** nimmt der Tabak ein Leben mit!



Jede dritte Russin raucht

Alle **6 Sekunden** nimmt der Tabak ein Leben mit!

In der Welt leben mehr als **1,1 Milliarde** der Raucher

**Eine Million** der Russen stirbt jährlich am Rauchen

In Russland alle **9 Sekunden** stirbt ein Mensch an den

Krankheiten, die durch das Rauchen hervorgerufen sind  
Russlands Bewohner beginnen schon

seit **10-12 Jahren** zu rauchen

Zu 2030 am Rauchen werden **10 Millionen** Menschen jährlich sterben

Russische Kennziffer der Sterblichkeit überbieten  
Rekorde



STOP CONSUMING YOUR BODY.



STOP CONSUMING YOUR BODY.



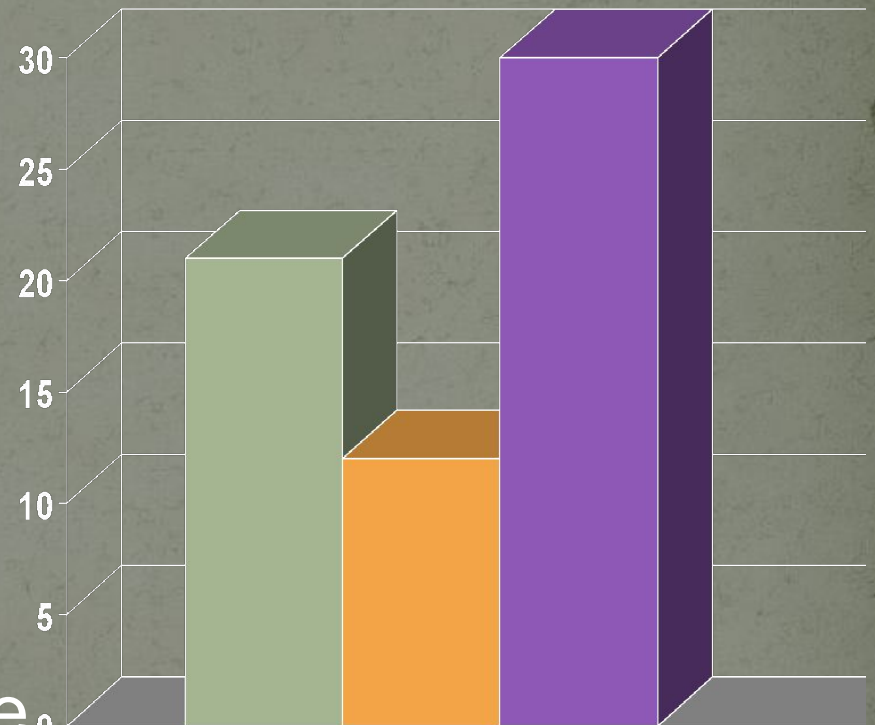
# 63 Schüler der 8. Klassen wurden von uns befragt:

1. Hast du einmal geraucht?

a) Man hat mir vorgeschlagen, aber ich habe mich losgesagt - **21**

b) Man hat mir vorgeschlagen und ich war einverstanden - **12**

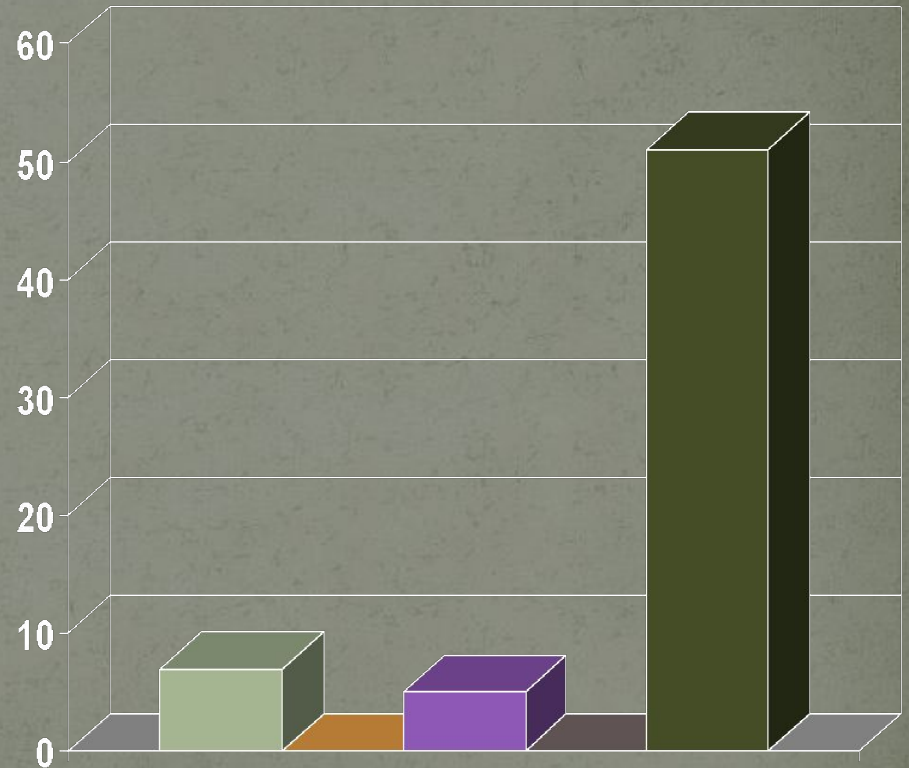
c) Man hat mir nicht vorgeschlagen, ich rauche nicht - **30**



# 63 Schüler der 8. Klassen wurden von uns befragt:

2. Du hast es gemacht, denn ...

- a) es war interessant zu erfahren, was das ist - **7**
- b) man hat dich dazu gezwungen - **0**
- c) es war langweilig, da war nichts zu machen - **5**
- d) du wolltest nicht, dass man dich für den Schwächsten hielt - **0**
- e) du hast nicht probiert - **51**

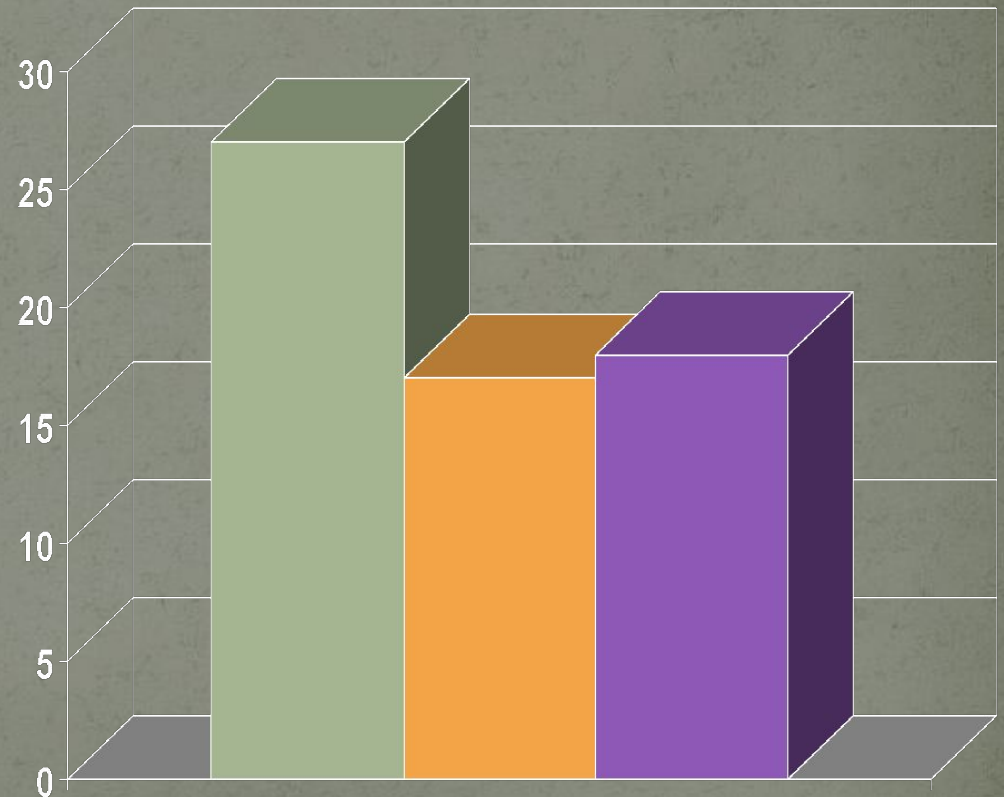




# 63 Schüler der 8. Klassen wurden von uns befragt:

3. In unserer Stadt können die Jugendlichen Zigaretten ...

- a) leicht kaufen - **27**
- b) nicht leicht kaufen - **17**
- c) überhaupt nicht kaufen - **18**



# Aussagen über Rauchensucht

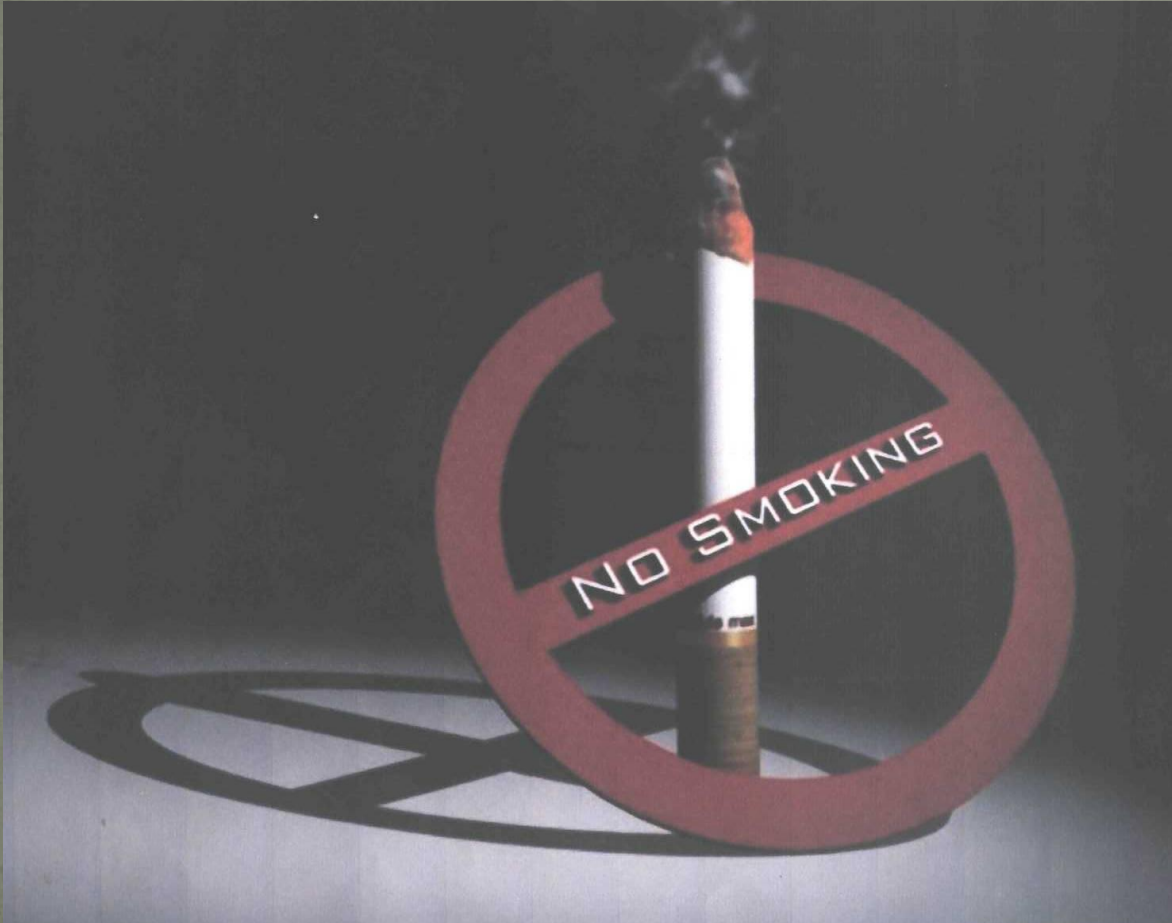
"Das Rauchen macht dumm; es macht unfähig zum Denken und Dichten. [...] Die Raucher verpesten die Luft weit und breit und ersticken jeden honetten Menschen, der nicht zu seiner Verteidigung zu rauchen vermag."

*(Johann Wolfgang von Goethe, Brief an Karl Ludwig von Knebel)*





# Sprichwörter über Rauchensucht



"Wer weder  
raucht noch  
trinkt, wird  
als sehr  
gesunder  
Mensch  
sterben."

*(Aus  
Georgien)*

Ich wähle das Leben! Und ihr?

