

## 5. Wie kann ich mein Kind vor Passivrauch schützen?

- In erster Linie natürlich, indem sie strikt darauf achten, dass in der häuslichen Umgebung, in der Ihr Kind aufwächst, nicht geraucht wird. Das gilt für das Elternhaus ebenso wie für den Kindergarten, Kinderspielplätze und die Schule, Ihre „Familienkutsche“ ebenso wie die Ferienwohnung.
- Bedenken Sie auch, dass Zigarettenrauch sich sehr lange in einem Raum „halten“ kann: Feinstaubpartikel aus Tabakqualm lagern sich an Wänden, Decken, Böden und Möbeln ab. Von dort werden sie wieder emittiert.
- Innenräume, in denen Rauchen erlaubt ist, stellen somit eine kontinuierliche Expositionsquelle für die Tabakschadstoffe dar, selbst wenn dort aktuell nicht geraucht wird. Auch „kalter“ Tabakrauch gefährdet die Gesundheit.
- Auch moderne Lüftungstechnische Anlagen schützen nicht wirksam vor den Schadstoffen des Tabakrauchs.
- Bitten Sie Großeltern, Babysitter und Gäste, in Anwesenheit des Kindes auf keinen Fall zu rauchen.

## 6. Wie kann ich mit dem Rauchen aufhören?

- Mittlerweile gibt es zahlreiche Angebote, die Ihnen helfen, mit dem Rauchen aufzuhören, dazu zählen Tabakentwöhnungskurse, Einzel-

beratungen, telefonische Raucherentwöhnung, Angebote im Internet, Broschüren und Bücher.

- Unter [www.essen.de/gesundheitskonferenz](http://www.essen.de/gesundheitskonferenz) finden Sie eine umfangreiche Liste mit Angeboten zur Tabakentwöhnung in Essen.
- Fragen Sie Ihre Krankenkasse nach zertifizierten Angeboten zur Tabakentwöhnung und den Möglichkeiten einer Bezuschussung.

## 7. Rauchfreie Kitas in Essen

In Essen ist das Projekt „Rauchfreie Kitas“ inzwischen ein voller Erfolg. Mittlerweile sind 100 der ca. 250 Kitas rauchfrei. 45 davon wurden bereits durch die Gesundheitskonferenz zertifiziert.

Für eine Zertifizierung müssen verschiedene Kriterien erfüllt werden; so darf auch in der Abholsituation nicht geraucht werden.

- Weitere Informationen zum Projekt „Rauchfreie Kitas“ gibt die Geschäftsstelle der Gesundheitskonferenz, Gesundheitsamt Essen, Frau Lisa Schwermer, Tel.: 0201/88-53118; E-Mail: [Lisa.Schwermer@gesundheitsamt.essen.de](mailto:Lisa.Schwermer@gesundheitsamt.essen.de)

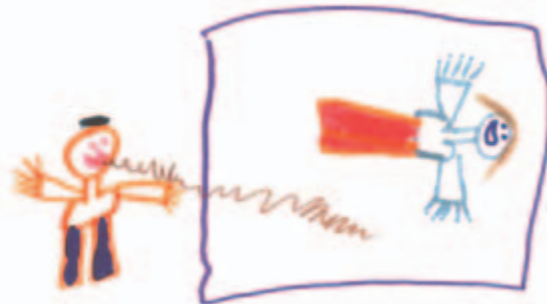
### Bedenken Sie:

Jede Zigarette, die Ihr Kind mitraucht, schadet seiner Gesundheit.

Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind rauchfrei und gesund aufwächst!

Folgende Kindergesundheitsbriefe sind bereits erschienen:

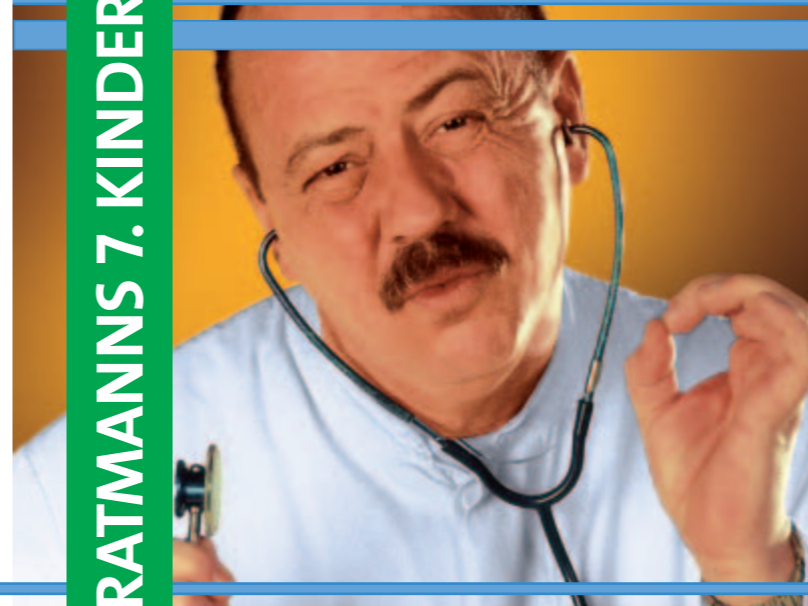
1. Kindesentwicklung – Bewegung macht schlau
2. Ja zur Vorsorge – Impfungen vom Kindes- bis zum Jugendalter
3. Ja zur Vorsorge – Vorsorgeuntersuchungen vom Kindes- bis zum Jugendalter
4. Schulstart – Unser Kind wird ein Schulkind
5. Kinderernährung – Gesund und fit durch vollwertige Ernährung
6. Kindesentwicklung – Allergien bei Kindern



„Ich finde mein Papa stinkt, wenn er geraucht hat und mir dann einen Gutenachtkuss gibt.“ - Annika - 6 Jahre  
Mir zuliebe rauchfrei

dieneue.net

# DOKTOR STRATMANN'S 7. KINDERGESUNDHEITSBRIEF



## Passivrauchen

## Ihr Kind raucht mit

Möchten Sie noch weitere Informationen?  
Oder haben Sie Anmerkungen oder Anregungen? Wir freuen uns über Ihre Antwort.  
Internet: [www.essen.de](http://www.essen.de)  
E-Mail: [kinderbuero@essen.de](mailto:kinderbuero@essen.de)

Herausgeber: Aktionsgemeinschaft Essen  
Großstadt für Kinder  
Rathaus, Porscheplatz  
45121 Essen  
Gesundheitsamt der Stadt Essen  
Hindenburgstr. 29  
45127 Essen  
Tel.: 02 01 / 88 53-000  
oder 02 01 / 88 53-480

Mit freundlicher Unterstützung der  
AOK Rheinland/Hamburg  
Internet: [www.aok.de/rh](http://www.aok.de/rh)  
E-Mail: [aok.e@rh.aok.de](mailto:aok.e@rh.aok.de)  
Text: Prof. Dr. Nikolaus Konietzko,  
Essener Netzwerk Tabakentwöhnung



# Leben mit Kindern



Kindertagesstätte St. Augustinus  
Adelkampstr. 59  
45147 Essen  
Tel.: 0201/ 70 46 28  
Fax: 0201 / 7 49 42 81  
Email: Kita@kleiner-augustin.de  
www.kleiner-augustin.de  
26.09.06



Liebe Eltern, liebe Leser,  
in unserer Kindertagesstätte wird seit über 13 Jahren schon nicht mehr geraucht.

Damals, während der „aktiven Rauchzeit“ in der Kita, wurde ausschließlich im Mitarbeiterraum geraucht. Selbst bei Elternaktionen wurde schon zu der damaligen Zeit nur außerhalb des Gebäudes geraucht. Durch Allergien bei den Kindern und Mitarbeiterinnen, nicht genügend Raumkapazitäten im Haus, war für uns selbstverständlich: Hier wird nicht mehr geraucht!

Als das Angebot von der Gesundheitskonferenz kam Kindertagesstätten als „RAUCHFREI“ zu zertifizieren, war für uns klar, dass wir uns dafür bewerben. Nachdem darüber hinaus feststand, dass die Zertifizierung von 37 Kindertageseinrichtungen in unserer Kita stattfindet, wollten wir auch im Rahmen der Vergaben etwas von unseren Kindern gestalten lassen. In Kleingruppen malten die Kinder zum Thema „Wo stört euch das Rauchen“

Den Kindern sind sofort verschiedene Alltagssituationen eingefallen, die sie selbstständig und originell zu Papier brachten. Sehen Sie selbst ....

Viel Spaß dabei wünscht Ihnen  
Birgit Dunschen

# IHR KIND RAUCHT MIT –

## GESUNDHEITSSCHÄDEN DURCH PASSIVRAUCHEN IN DER KINDHEIT

### 1. Was heißt Passivrauchen?

- Passivrauchen bedeutet das Einatmen von Tabakrauch, der in die Umgebungsluft entweicht und den der Nichtraucher zwangsläufig mit abbekommt. Lange glaubte man (und die Zigarettenindustrie behauptet das immer noch), dass Passivrauchen für den Nichtraucher zwar lästig und unästhetisch ist, aber nicht gesundheitsschädlich. Dies ist, wie die Wissenschaft zweifelsfrei bewiesen hat, ein Irrtum:
- Passivrauchen ist krebserregend und führt zu einer Reihe Gesundheitsschäden, insbesondere an den Atemwegen. Prinzipiell hat Passivrauchen die gleichen gesundheitsschädlichen Auswirkungen wie aktives Rauchen, wenn auch in geringerem Ausmaß.
- Die größte Gefahr geht dabei vom sog. Nebstromrauch aus, d.h. dem ungefilterten Rauch, der zwischen den Zügen durch das Weiterglimmen des Tabaks entsteht. Der sog. Hauptstromrauch, den der Raucher aus der Zigarette inhaliert und dann wieder ausbläst, ist zwar für ihn selbst schädlich, enthält aber weniger Schadstoffe.
- Besonders empfindlich reagieren die Atemwege auf Tabakrauch.

### 2. Wie häufig rauchen Kinder passiv?

- In Deutschland leider erschreckend oft: Bereits im Mutterleib sind über 170.000 Ungeborene jährlich indirekt dem Tabakrauch ausgesetzt, weil ihre Mütter in der Schwangerschaft weiter rauchen und die Schadstoffe in die kindliche Blutbahn übergehen.
- Etwa die Hälfte aller deutschen Kinder unter sechs Jahren ist zu Hause Passivrauch ausgesetzt. Das sind allein in Essen ca. 15.000 Kinder.
- Etwa zwei Drittel aller Sechs- bis Dreizehnjährigen leben in einem Haushalt, in dem mindestens eine Person raucht. Dabei handelt es sich sogar um fast 24.000 Essener Kinder.
- Und über acht Millionen Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren wachsen in einem Haushalt mit mindestens einem Raucher auf.



„Ich finde Rauchen nicht so schön, weil man davon immer husten muss!“ - Latifah - 5 Jahre  
Mir zuliebe rauchfrei



„Meine Mama darf nicht rauchen, weil mich der Zigarettenrauch stört.“ - Leah  
Mir zuliebe rauchfrei

- Am stärksten wirken sich die Schäden durch Passivrauchen bei Atemwegskranken (Asthmatiker, Bronchitiker) und bei Kindern aus.

### 3. Welche Gesundheitsschäden drohen Kindern durch Passivrauchen?

- Der heranwachsende kindliche Organismus reagiert gegenüber den Schadstoffen des Tabakrauchs viel empfindlicher als der des Erwachsenen.
- Passivrauchen kann bei Säuglingen zum plötzlichen Kindstod führen.
- Da vor allem die Lunge durch Tabakrauch geschädigt wird, ist es nicht verwunderlich, dass Kinder, wenn sie mitrauchen, häufiger an Asthma, Lungenentzündung und Bronchitis erkranken.
- Auch haben passiv rauchende Kinder oft unter chronischer Mittelohrentzündung, die zu Taubheit führen kann, zu leiden.
- Kinder, die Passivrauch ausgesetzt sind, haben ein geschwächtes Immunsystem und erkranken häufiger als Kinder, die rauchfrei aufwachsen.



*Essen sein Doktor sein Hausmeister meint:*

„Jupp mit unsern Zwen da stimmt doch wat nich, hör ma wie den hustet und röchelt!“  
„Jau, der hat bestimmt Erkältung - wo hasse den Aschenbecher wieder hin?“  
„Jupp kannze nich mal dat Rauchen wenigstens einstellen, wenn unsern Zwen soundso schon schlecht bei Luft is, musse da noch seine Atembronchies mittereeren?“  
„Quatsch, dat bisken, wat da inne Luft geht, dat schadet den Zwen nix, dat is durch meine Lunge schon richtig keimfrei, staubfrei und nikotinfrei. Hängt allet schon bei mich im Bronchialbaum rum, ha ha ha!“  
„Jupp, dat stimmt nich! Ich hab gelesen, dat die Kinder, die mit ihre Eltern unbewusst mitrauchen müssen sowat von anfällig sind, datti sogar noch eher krank werden, wie die rauchenden Eltern und dann sogar noch chronischer und nich nur auffe Lunge bezogen, auf allet. Da kannze mit Vitamine und gesunde Ernährung gar nich gegen anarbeiten, watte da die Kinder



„Die Großen sollen nicht am Spielplatz rauchen!“ - Kevin - 5 Jahre  
Mir zuliebe rauchfrei

### 4. Giftige und krebserregende Inhaltsstoffe im Passivrauch

- Tabakrauch ist der bedeutendste und gefährlichste vermeidbare Schadstoff bei der Luftverschmutzung von Innenräumen.
- Die chemische Zusammensetzung von Passivrauch gleicht der des Tabakrauchs, den Raucher inhalieren.
- Tabakrauch enthält über 4.800 verschiedene Substanzen wie Blausäure, Ammoniak und Kohlenmonoxid.
- Bei über 70 dieser Substanzen ist nachgewiesen, dass sie krebserregend sind oder im Verdacht stehen, Krebs zu erzeugen.

antust, da kannze die auch jeden Tach sonst wie verletzen, dat is dat Gleiche. Stell Dich ma vor, du machs bei Dein Kind jeden Tach bisken Gift inne Suppe, und Nikotin is z.B. ein richtig gefährliches tödliches Gift, da würd jeden vernünftigen Menschen sagen, dat is ja Mordversuch auf Raten. Mitti Qualmerei bei die Kinder is dat aber dat Gleiche, und keiner sacht wat! Nur weil dat Gift nich überm Magen, sondern überere Lunge, wo dat sogar noch schneller wirkt, noch schneller inne Blutbahn kommt und noch gefährlicher ist. Jupp, bei uns is gezz inne Wohnung, im Auto und inne Nähe vonn unsern Zwen absolutes Rauchverbot, dat hilft den Zwen und Du brauchst Dich nich Gedanken über Kindermord an Dein eigenes Kind machen. Klar?“  
„Klar Inge, scheintz ja wat unsern Zwen angeht, kein Kompromist bereit zu sein, wennze also meins, ich glaub, dat lässt sich machen!“