

Kassel, den 8. November 2022

## Endlich rauchfrei!

**„Endlich rauchfrei“ – ein Ziel vieler langjähriger Raucherinnen und Raucher. Doch alleine ist der Ausstieg oft schwer. Kostenlose Unterstützung bietet die Internetseite zur Rauchstopp-Kampagne [www.nutzedeinechance.de](http://www.nutzedeinechance.de) des Drogenbeauftragten der Bundesregierung. Die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG) unterstützt diese Kampagne.**

Darauf weist sie anlässlich der Rauchstopp-Aktionswoche des Bundesdrogenbeauftragten vom 11. bis 16. November hin. Um langjährigen Raucherinnen und Rauchern den Ausstieg aus der Abhängigkeit zu erleichtern, bezuschusst die SVLFG als Landwirtschaftliche Krankenkasse (LKK) ihren Versicherten außerdem die Teilnahme an Präventionskursen zur Raucherentwöhnung, die nach § 20 SGB V von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert sind.

### **Kursdatenbank hilft bei der Auswahl**

Programme, die wirklich helfen, von der Sucht loszukommen, finden Betroffene unter [www.svlfg.de/gesundheitskurse-finden](http://www.svlfg.de/gesundheitskurse-finden). Die von der ZPP zertifizierten Kurse und Programme erfüllen strenge Qualitätskriterien. Falls kein Angebot in der Nähe zu finden ist oder Betroffene keine Zeit für regelmäßige Treffen haben, können Online-Angebote helfen. Auch dafür bezahlt die LKK einen Zuschuss, sofern diese ZPP-zertifiziert sind.

Zuschussfähige Online-Angebote zur Raucherentwöhnung finden Interessierte unter <https://portal.zentrale-pruefstelle-praevention.de/portfolio/svlfg/suche>.

Über „Weitere Suchkriterien“ kann der Themenbereich (Umgang mit Suchtmitteln) festgelegt und die Auswahl auf Onlinekurse eingegrenzt werden.



### **Deshalb lohnt sich der Schritt aus der Sucht**

Aus gutem Grund suchen viele Raucherinnen und Raucher nach Wegen aus der Sucht. Nicht erst seitdem abschreckende Bilder auf Tabakprodukte gedruckt werden, weiß jeder, dass Rauchen der Gesundheit schadet. Rauchen verursacht Lungenkrebs und begünstigt viele weitere Krebsarten, zum Beispiel in der Mundhöhle, Speiseröhre, Bauchspeicheldrüse, Nieren, Harnblase, Gebärmutter, Brust sowie des Knochenmarks und Dickdarms. Im Vergleich zu Nichtrauchern haben Raucher ein mehr als doppelt so hohes Risiko für eine Herz-Kreislauferkrankung und ein doppelt so hohes Risiko für Schlaganfälle, so die Deutsche Krebsgesellschaft.

Bis zum Jahr 2040 sollen 95 Prozent aller Europäerinnen und Europäer Nichtraucher sein, so lautet das im Krebsplan festgeschriebene Ziel der Europäischen Union.

Unter [www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/bewusst-leben/rauchen-und-krebs.html](http://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/bewusst-leben/rauchen-und-krebs.html) gibt es weiterführende Informationen.

**SVLFG**

