


Erfahrungsbericht Wahlfach „Aufklärung gegen Tabak“

Immer mehr Jugendliche greifen zur Zigarette. Rauchen gehört in vielen Cliquen zur Coolness, auch an Gymnasien.

Es ist wichtig den Jugendlichen zu zeigen, dass Rauchen eben nicht „cool“ ist, sondern im Gegenteil viel Schaden anrichtet mit dem eigenen Körper. Als Ärztinnen und Ärzte werden wir später große Verantwortung haben, mit unserem Wissen darüber Patienten aufzuklären. Das Wahlfach „Aufklärung gegen Tabak“ ist eine tolle Möglichkeit, sich schon jetzt darin zu üben und vor allem bei Jugendlichen, also einer Zielgruppe, bei der man mit Aufklärung noch viel erreichen kann. Ziel ist es, den jungen Menschen die Augen zu öffnen, hinsichtlich Problemen und Folgen, die das Rauchen mit sich bringt, sodass sie informiert ihre eigenen Entscheidungen darüber treffen können.

Bei unserem Schulbesuch haben wir zunächst eine Aulapräsentation gehalten und sind später in Zweierteams noch in Klassen gegangen, um das Thema dort noch einmal zu vertiefen, praktische Übungen durchzuführen und auch um persönlicher mit den Kindern sprechen zu können. Die Lehrer verlassen dafür die Klasse, damit offenere und ehrlichere Gespräche möglich werden. „Aufklärung gegen Tabak“ setzt dabei den Fokus nicht darauf, den Kindern Angst zu machen. Im Gegenteil, die Kinder sollen mit freiem Kopf mit solchen Problemen des Rauchens konfrontiert werden, die in ihrem Alter interessant für sie sind. Dazu gehört zum Beispiel das Aussehen und wie Rauchen unter anderem zu Pickeln und früher zu Falten führt oder auch, was man sich alles mit dem Geld kaufen kann, wenn man es nicht für Zigaretten ausgibt. Die Schüler sind dabei in meinen Augen sehr unterschiedlich mit unserem Besuch umgegangen: einige waren eher schüchtern, aber viele von ihnen wirkten auch sehr interessiert und wissbegierig und haben sich aktiv beteiligt. Das Wichtigste meiner Meinung nach ist, dass wir die Jugendlichen dazu anregen sich Gedanken über das Thema zu machen. So ist es eben nicht nur die ältere Generation, wie Eltern oder Großeltern, die das Thema anspricht, sondern auch junge Menschen mit denen sie auf Augenhöhe sprechen können.

Während unseres Wochenendseminars haben wir neben Präsentationen über medizinische Aspekte des Rauchens und Ausarbeitungen über Therapiemöglichkeiten, auch praktisch geübt, wie wir später im Beruf unsere Patienten auf das Thema Rauchen ansprechen können. Wir haben gelernt, welche Möglichkeiten und Therapien wir ihnen anbieten sollten und wie wir am Besten Unterstützung und Empathie zeigen. Die Nachstellung der Arzt-Patienten-Gespräche habe ich als sehr positiv empfunden, weil man im Studium nur selten die Chance hat, sich in solchen späteren Alltagssituationen zu üben und zu verbessern. Der theoretische Anteil des Seminars war sehr lehrreich, denn über das Thema Rauchen hatte ich nur ein sehr oberflächliches Wissen, was ich nun vertiefen konnte.



Besonders betont wurde immer wieder, dass es sich in jedem Alter lohnt mit dem Rauchen aufzuhören, was mir so vorher nicht bewusst war. Schafft man es bis zum dreißigsten Lebensjahr, kann sich die Lunge fast vollständig regenerieren und auch in höherem Alter hat man nach dem Aufhören ein deutlich niedrigeres Risiko eine Lungenerkrankung zu entwickeln. Dies hat mir noch einmal verdeutlicht, wie wichtig Gespräche mit meinen Patienten über das Rauchen später sein werden und wie wichtig es ist Jugendliche aufzuklären, so wie es bei „Aufklärung gegen Tabak“ getan wird. Nicht so gut hat mir gefallen, dass am zweiten Tag des Seminars viel noch einmal wiederholt wurde, da dadurch die Aufmerksamkeit nachließ.

Ich kann das Wahlfach meinen Mitstudenten sehr empfehlen, weil es einem sowohl im Medizinstudium als auch persönlich weiterbringt.