



Empfehlung 2 zum Thema Passivrauchen

Vermeiden Sie Tabakrauch in Ihren Wohnräumen und in Ihrem Fahrzeug.

Zusammenfassung der wichtigsten Punkte

- Das Einatmen von Tabakrauch, der von anderen Personen ausgeatmet wird oder aus dem brennenden Ende einer Zigarette stammt, kann bekanntermaßen Krebs verursachen. Rauch kann unsichtbar sein, stundenlang in der Luft verbleiben und sich auf Oberflächen ablagern.
- Passivrauchen kann bei Personen, die nie geraucht haben, Lungenkrebs verursachen und möglicherweise auch das Risiko für andere Krebsarten erhöhen. Es birgt zudem weitere Gesundheitsrisiken für schwangere Frauen, Säuglinge und Kinder.
- Passivrauchen kann für Personen, die versuchen, mit dem Rauchen aufzuhören, ein Problem darstellen.
- Wenn Sie Ihr Zuhause und Ihr Auto rauchfrei halten, schützen Sie sich selbst und andere vor Passivrauchen.

Passivrauchen und Krebs

Im Jahr 2023 waren 23 % der Einwohner der Europäischen Union (EU) im Alter von 15 Jahren und älter in Innenräumen Tabakrauch ausgesetzt, die Hälfte davon täglich. Die tägliche Belastung durch Tabakrauch in Innenräumen traf Männer häufiger als Frauen. Im Jahr 2021 starben in der EU 53 000 Menschen an den Folgen des Passivrauchens; fast 9 000 davon starben an Krebs. Die Belastung durch Passivrauchen bei Kindern im Alter von 13 bis 15 Jahren ist zwischen 2002 und 2017 zwar zurückgegangen, bleibt jedoch in einigen EU-Mitgliedstaaten weiterhin hoch.

Es ist bekannt, dass das Einatmen von Tabakrauch, der von anderen ausgeatmet wird (sogenannter Passivrauch), sowie von Rauch, der vom brennenden Ende von Zigaretten, Zigarren, Pfeifen und anderen gerauchten Tabakerzeugnissen, einschließlich Shisha, stammt (sogenannter Seitenrauch), Krebs verursacht. Tabakrauch enthält mehr als 5 000 Chemikalien, von denen einige krebserregend sind.

Passivrauchen (insbesondere über einen längeren Zeitraum) kann bei Personen, die nie geraucht haben, Lungenkrebs verursachen. Es gibt Belege dafür, dass Passivrauchen mit Brust- und Gebärmutterhalskrebs sowie mit Kopf- und Halskrebs in Verbindung steht. Neueste Forschungsergebnisse deuten darauf hin, dass Passivrauchen im Haushalt ein erhebliches Hindernis für die Raucherentwöhnung bei Patienten und Patientinnen mit Krebsarten darstellen kann, die traditionell nicht mit Tabakkonsum in Verbindung gebracht werden. Hinzu kommen weitere schwerwiegende Gesundheitsrisiken, die mit der Belastung durch Passivrauchen verbunden sind, insbesondere für Schwangere, Säuglinge und Kinder. Zu diesen Risiken gehört unter anderem ein niedriges Geburtsgewicht des Kindes nach Passivrauchen während der Schwangerschaft. Säuglinge und Kinder, die Passivrauch ausgesetzt sind, haben ein erhöhtes Risiko für Atemwegs- und Ohrenerkrankungen sowie für den plötzlichen Kindstod.

So senken Sie Ihr Krebsrisiko

Rauchverzicht ist die beste Möglichkeit, das Risiko der Passivrauchbelastung für andere Personen zu vermeiden. Mit dem Rauchen aufzuhören, senkt in jedem Alter das Krebsrisiko. Die Erfolgsaussichten steigen, wenn Sie professionelle Hilfe in Anspruch nehmen können, einschließlich Verhaltenstherapie und Pharmakotherapie (Medikamente, die Ihnen helfen, mit dem Rauchen aufzuhören).

Sorgen Sie dafür, dass in Ihrem Zuhause und Ihrem Auto nicht geraucht wird, und meiden Sie Innenräume, in denen andere rauchen. Diese Maßnahmen verringern das Risiko der Passivrauchbelastung für Sie selbst und andere Personen. Tabakrauch kann sich in der Wohnung leicht ausbreiten und von Raum zu Raum wandern. Er kann stundenlang in der Luft verbleiben, und auch das Lüften in der Wohnung oder im Auto beseitigt das Belastungsrisiko nicht vollständig. Sollten Sie oder andere Personen in Ihrem Haushalt rauchen, rauchen Sie bitte immer im Freien und bitten Sie andere, dies ebenfalls zu tun. Ergreifen Sie Maßnahmen, um Ihr Fahrzeug rauchfrei zu halten, indem Sie während der Fahrt nicht rauchen und andere Personen im Fahrzeug bitten, ebenfalls nicht zu rauchen.

Positive Nebeneffekte für die Prävention nicht übertragbarer Krankheiten mit ähnlichen Risikofaktoren und Möglichkeiten der Gesundheitsförderung

Passivrauchen kann bei Personen, die nie geraucht haben, zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Herzerkrankungen und Schlaganfällen führen. Es stellt auch einen Risikofaktor für Atemwegserkrankungen dar, einschließlich chronisch obstruktiver Lungenerkrankungen. Die Verringerung oder Vermeidung der Belastung durch Passivrauchen verringert daher auch das Risiko für diese Erkrankungen.

Besondere Zielgruppen

Rauchen ist die häufigste vermeidbare Ursache für gesundheitsbezogene Ungleichheiten. In vielen Teilen der EU stammen Personen, die nie geraucht haben und mit Rauchern zusammenleben, häufiger aus weniger wohlhabenden Haushalten. Passivrauchen trägt ebenso wie aktives Rauchen zu diesen gesundheitsbezogenen Ungleichheiten bei.



© Bild: doucefleur/AdobeStock.com

Politische Maßnahmen, mit denen die Belastung durch Passivrauchen reduziert oder verhindert werden soll

Es gibt eine Reihe von Maßnahmen, die die Reduzierung oder Einstellung des Tabakkonsums unterstützen. Diese Maßnahmen tragen auch dazu bei, die Belastung durch Passivrauchen zu reduzieren. Das Rahmenübereinkommen der Weltgesundheitsorganisation zur Eindämmung des Tabakkonsums, das von der EU und ihren Mitgliedstaaten gebilligt wurde, regelt diese Maßnahmen.

- Es wurden umfassende Nichtraucherchutzgesetze zum Schutz der Menschen vor Passivrauchen in öffentlichen Verkehrsmitteln, am Arbeitsplatz, in öffentlichen Innenräumen und an anderen öffentlichen Orten erlassen. Die Schaffung vollständig rauchfreier Umgebungen unterstützt Raucher beim Aufhören und verhindert, dass Jugendliche mit dem Rauchen beginnen.
- Einige EU-Mitgliedstaaten haben außerdem Maßnahmen eingeführt, um das Rauchen in Privatfahrzeugen zu unterbinden, wenn Kinder und Schwangere anwesend sind. Diese Vorschriften werden in der Regel von der Polizei durchgesetzt und sehen eine Geldstrafe vor, wenn ein Erwachsener beim Rauchen in einem Privatfahrzeug mit Kindern als Beifahrer angetroffen wird.

Literaturangaben

Carreras et al. (2020). Int J Cancer, 147(9): 2387-2393. PMID: 32356370.

Carreras et al. (2019). Prev Med, 129:105833. PMID: 31505203.

Europäische Kommission (2024). Attitudes of Europeans towards tobacco and related products. Abrufbar unter: <https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2995>.

Global Burden of Disease Collaborative Network (2021). Global Burden of Disease Study 2021 Results.

Idris et al. (2019). J Otolaryngol Head Neck Surgery, 48(1): 1-6. PMID: 31337433.

Internationales Krebsforschungszentrum (2012). Personal Habits and Indoor Combustions. IARC Monographs, Bd. 100E.

Lawson et al. (2015). Cancer, 121(15): 2655-2663. PMID: 25877384.

Malevolti et al. (2023). J Cancer Res Clin Oncol, 149(15):14353-14363. PMID: 37516982.

Öberg et al. (2011). The Lancet, 377(9760): 139-146. PMID: 21112082.

Rat der Europäischen Union (2024). Empfehlung des Rates über rauch- und aerosolfreie Umgebungen.

Royal College of Physicians (2010). Passive smoking and children. A report by the Tobacco Advisory Group.

Weltgesundheitsorganisation. Rahmenübereinkommen der WHO zur Eindämmung des Tabakkonsums. Abrufbar unter: <https://fctc.who.int/>.

Weltgesundheitsorganisation. Regionalbüro für Europa (2019). European tobacco use: trends report 2019. <https://iris.who.int/handle/10665/346817>.

Dieses Informationsblatt wurde von der Arbeitsgruppe 1 „Lebensstilbezogene Gesundheitsfaktoren“ mit Unterstützung der Arbeitsgruppe 5 „Kommunikation und Gesundheitskompetenz“ und dem Sekretariat des Projekts Europäischer Kodex zur Krebsbekämpfung, 5. Auflage, erstellt.

Oktober 2025



© Europäische Union, 2026

Für die Verwendung oder Wiedergabe von Elementen, die nicht Eigentum der Europäischen Union sind, muss gegebenenfalls direkt bei den jeweiligen Rechteinhabern eine Genehmigung eingeholt werden.

PDF ISBN 978-92-68-35603-6 doi:10.2875/3834470 EW-01-25-137-DE-N