

Zusammenfassung des Schlussberichts – Tabakprävention als integrierte Strategie der Betrieblichen Gesundheitsförderung

Das Projekt zielte darauf ab, die Verbreitung und den Impact von Tabakprävention (TP) in Betrieben zu erhöhen, indem TP in den breiteren Ansatz des betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM) integriert wird. Folgende *Strategien* wurden verfolgt:

- A. Integration bestehender Tabakpräventionsstrategien in ein systematisches BGM-Programm
- B. Sensibilisierung und Akquisition von Betrieben für die integrierte Tabakprävention
- C. Umsetzung der in BGM integrierten Tabakprävention in Betrieben
- D. Formative Evaluation, Wirksamkeitsüberprüfung und Entwicklung evidenzbasierter Verbreitungsstrategien

Bez. Strategie A wurde zu Beginn des Projekts die TP konzeptuell in einen systematischen Ablauf des BGM eingearbeitet. Auf dieser Basis wurden entsprechende Materialien zur Sensibilisierung und Akquisition von Betrieben sowie zur Umsetzung von TP als integraler Bestandteil des BGM erarbeitet – unter Beizug bestehender TP Materialien der Projektpartner Lungenligen Zürich und Basel sowie Züri Rauchfrei.

Bez. Strategie B ging 2007 ein flächendeckender Versand an alle Zürcher Betriebe mit mehr als 20 Mitarbeitenden, um die Ausgangslage zu erheben. Alle Betriebe erhielten einen Fragebogen zum Stand und der Nachfrage von Unterstützungsangeboten zu TP und BGM. Um Vergleiche anstellen zu können, wurden die Unternehmen zufällig entweder der Gruppe der „integrierten TP“ zugeordnet (n= 3749), welche eine integrierte Broschüre TP/BGM erhielt, oder der Gruppe der „fokussierten TP“, welche die reine TP Broschüre von arbeitsplatz.rauchfrei erhielt (n=957). Insgesamt beantworteten 1648 der 4706 angeschriebenen Unternehmen den Fragebogen (36.5%). Für diese liess sich aufgrund des Stands der TP und der Nachfrage nach Unterstützungsleistungen anschliessend bedarfs- und zielgruppenorientierte Interventionen zur Sensibilisierung und Akquisition der Betriebe ableiten. Bei den Sensibilisierungsstrategien zeigt sich, dass Informationsveranstaltungen auf wenig Resonanz bei den Betrieben stiessen (Teilnahme 26 von 947 angeschriebenen Betrieben). Stattdessen wurde vermehrt auf telefonische und persönliche Beratungen vor Ort gesetzt. So konnten in der Gruppe der integrierten TP 87 Unternehmen beraten werden, in der Gruppe der fokussierten TP 48 Unternehmen.

Bez. Strategie C erfolgte die Unterstützung der Betriebe bei der Umsetzung von TP v. a. durch die telefonischen und persönlichen Beratungen der Betriebe. Bei der Gruppe der integrierten TP haben diese Gespräche bei 10 der 87 Betriebe zu weitergehenden Unterstützungsmassnahmen von aussen geführt, wie vertiefte Beratung, Vermittlung Rauchstopp-Kurse, Offerte für BGM-Projekt oder Umsetzung eines umfassenderen BGM Projekts geführt.

Bez. Strategie D wurde eine ausführliche Begleitevaluation durchgeführt und in Form eines ausführlichen Evaluationsberichts zusammengefasst. Im Rahmen einer Follow-up Erhebung wurden 2009 die folgenden Ergebnisziele überprüft:

1. Die Betriebe besitzen ein grösseres Wissen zu den Folgen des Tabakkonsums in Betrieben und zu Massnahmen der Tabakprävention (Wissensebene).
2. Die Betriebe haben verbesserte Einstellungen und Erwartungshaltungen gegenüber der Tabakprävention und ihrer Umsetzung (Einstellungsebene).
3. Die Anzahl Betriebe mit klarer Rauchregelung ist gestiegen (Verhältnisebene).
4. Die Betriebe zeigen eine höhere Registrationsrate auf der Webseite des nationalen Projektes arbeitsplatz.rauchfrei (Verhältnisebene)

Die Auswertung der Ergebnisziele zeigt, dass persönliche Beratungen einen höheren Wissenszuwachs zu den Folgen des Tabakkonsums in den Betrieben brachte (in 63% der Fälle) als telefonische Beratungen (in nur 13% der Fälle). Eine verbesserte Einstellung und Erwartungshaltung gegenüber Tabakprävention konnte jedoch vermehrt durch telefonische Beratungen erreicht werden (in 38% der Fälle) im Gegensatz zu den persönlichen Beratungsgesprächen (vor allem in grossen Betrieben), wo sich die Einstellung kaum verbesserte. Dies mag daran liegen, dass bei den Grossbetrieben wegen ihres systematischeren Umgangs mit TP ein Spielraum „nach oben“ kaum noch gegeben war. Im Vorher-/Nachhervergleich der Befragungen zeigte sich die grössten Veränderung im Bereich verschärfter Rauchregelungen. Rauchen war in mehr Betrieben nur noch im Freien erlaubt (2007: 40.0%, 2009: 48.6%) und nicht mehr „draussen und in bestimmten Räumen“ (2007: 47.6%, 2009: 41.4%). Positive Effekte zeigten sich auch bei den Problemen durch Passivrauchbelastung, die mit der Schärfe der Rauchregelungen abnehmen. Diese positive Entwicklungen bez. Rauchregelungen dürften aber v.a. auf die Sensibilisierung durch das bevorstehende Bundesgesetz zum Schutz vor Passivrauchen zurückzuführen sein. Bei einem Vergleich der kontaktierten mit den nicht-kontaktierten Betrieben zeigt sich, dass sich erstere häufiger auf der Webseite des nationalen Projektes arbeitsplatz.rauchfrei registrierten. Dabei machte es aber keinen Unterschied, ob es sich um integrierte oder fokussierte TP handelte. Zusätzlich wurde

untersucht, ob die Betriebe besser für TP erreicht werden können, wenn sie in BGM integriert ist. Die Resultate zeigen jedoch kein eindeutiges Ergebnis.

Als Fazit hat sich die gestufte Interventionsstrategie – zunächst Beratungsgespräche und dann vertiefte, unternehmensspezifische Unterstützungsgespräche – sowohl für die fokussierte als auch die in das BGM integrierte TP in Betrieben bewährt. Intensiverer Kontakt zu den Betrieben erhöhte die Wahrscheinlichkeit von Rauchstopp-Trainings sowie strengerer Rauchregelungen. In beiden Teilprojekten zeigte sich darüber hinaus während des Projektzeitraumes eine generelle Verschärfung der Rauchregelung in den an der Umfrage beteiligten Betrieben. Es lässt sich aber eine Tendenz zu Gunsten des integrierten Vorgehens feststellen: Diejenigen Betriebe, welche eine Broschüre zur integrierten TP erhielten, zeigten eine etwas grössere Nachfrage nach Dienstleistungen und es konnten anschliessend mehr Betriebe für ein persönliches Beratungsgespräch gewonnen werden. Auch bei der Beratung zeigte der integrierte gegenüber dem fokussierten TP Ansatz eine bessere Wirkung bezüglich der Strenge der Rauchregelungen – wobei die Unterschiede relativ klein sind und die Vergleichbarkeit beim Vorgehen nicht immer gegeben ist.

Aus dem Projekt ergaben sich verschiedene, klare Empfehlungen für TP Akteure sowie für Betriebe. (...)

Empfehlungen

Nachfolgend die wichtigsten Erkenntnisse.

Zielgruppe: Akteure in der Prävention

Empfehlung 1: Tabakprävention in Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) einbetten, da Betriebe dadurch mehr Interesse an diesem Thema zeigen

BGM bietet eine ideale Ausgangslage für die Integration der Thematik Tabakprävention. Obwohl Betriebe auch Interesse zeigen, wenn die Tabakprävention fokussiert angegangen wird, legen die Ergebnisse des Projekts BGM mit integrierter Tabakprävention nahe, dass bei der integrierten Form noch mehr Betriebe Interesse an einer Beratung zeigen. Auf der Verhältnisebene können so Einflussfaktoren auf das Rauchverhalten wie Rauchregelungen, Stress am Arbeitsplatz und Unterforderung ganzheitlich analysiert, das vorhandene Potenzial der Mitarbeitenden gestärkt und bestehende Strukturen und Prozesse im Betrieb optimiert werden. Massnahmen auf der Verhaltensebene wie Angebote zu Rauchstopp (in Kooperation mit den **Lungenligen Zürich und Basel, sowie Züri Rauchfrei**), Ernährung, Bewegung und Entspannung unterstützen die Mitarbeitenden zusätzlich.

Empfehlung 2: Eine Befragung zum Stand der Zielgruppe bezüglich Tabakprävention erlaubt ein gezieltes Vorgehen bei der Informationsvermittlung und der Beratung der Betriebe

2007 wurden in einer ersten Befragung alle Betriebe (inkl. Verwaltung) im Kanton Zürich mit mehr als 20 Mitarbeitenden zum Stand der Tabakprävention sowie Betrieblichem Gesundheitsmanagement befragt. Ausserdem wurde auch der Informations- und Beratungsbedarf erhoben. Die Auswertung der Betriebe, welche geantwortet haben, erlaubte dadurch ein gezieltes Vorgehen bei der Kontaktaufnahme.

Empfehlung 3: Informationen zu rauchfreiem Betrieb und Rauchstopp-Trainings durch Telefonberatung oder Beratung vor Ort direkt an Betriebe vermitteln

Die Betriebsvertretenden haben meist spezifische Fragen bezogen auf ihren Betrieb und sind, wie das Projekt BGM mit integrierter Tabakprävention gezeigt hat, weniger interessiert an Informationsveranstaltungen für mehrere Betriebe.

Zielgruppe: Betriebe

Empfehlung 4: Wann immer möglich, einen absolut rauchfreien Betrieb einführen

Das heisst, es darf nur ausserhalb des Gebäudes geraucht werden. Diese Rauchregelung ist strenger als die vorgesehene Verordnung im Bundesgesetz, gewährleistet jedoch einen absoluten Schutz vor Passivrauchen. Viele Betriebe (2007 40% im Kanton Zürich, 2009 bereits 48.6%) setzen dies bereits heute erfolgreich um. In rauchfreien Betrieben gelingt den rauchenden Mitarbeitenden der Ausstieg

mehr als doppelt so häufig. Rauchenden Mitarbeitenden gelingt es ausserdem in rauchfreien Betrieben, ihren Zigarettenkonsum täglich um ca. 4 Zigaretten zu reduzieren.

Empfehlung 5: Vorgehen zur Umsetzung des rauchfreien Betriebs

Die Einführung rauchfreier Betrieb kann im Rahmen eines Gesundheitszirkels oder als einzelnes Modul geplant werden. Es ist von Vorteil für die Interventionsplanung eine betriebsinterne Arbeitsgruppe mit rauchenden und nichtrauchenden Personen einzusetzen.

Folgende Schritte sind zu beachten:

- **Situationsanalyse** bzgl. der aktuellen Rauchregelungen im Betrieb, der betroffenen Arbeitsplätze und der Rückmeldungen zum Passivrauchen schafft die nötige Informationsgrundlage
- **Entwicklung der Massnahmen** beinhaltet Rauchregelungen gemäss den gesetzlichen Vorgaben festzulegen, die Informationspolitik zu definieren, bauliche Massnahmen abzuklären, unterstützende Massnahmen zu planen und den Termin der Einführung festzulegen
- Zentral beim dritten Schritt **Umsetzung** sind eine gute Informationspolitik, klare Regelungen für den ganzen Betrieb und unterstützende Massnahmen wie Rauchstopp, Ernährung, Bewegung und Entspannung, welche die Akzeptanz der Einführung rauchfreier Betrieb erhöhen
- Die **Evaluation** prüft, ob die Umsetzung geklappt hat, oder Klärungsbedarf besteht.

Die Praxis zeigt, dass die Umsetzung oft problemlos verläuft.

Empfehlung 6: Wichtig ist nach der Einführung des rauchfreien Betriebs ein Rauchstopp-Angebot für rauchende Mitarbeitende

Um die Massnahme rauchfreier Betrieb abzufedern und um weiterhin den Anteil Rauchender zu reduzieren, ist es wichtig, Rauchstopp-Trainings regelmässig über längere Zeit anzubieten. 60% der Rauchenden möchten mit dem Rauchen aufhören. Die Mitarbeitenden werden wie oben beschrieben besser erreicht, wenn die Tabakprävention in ein BGM eingebettet ist.