



# studie zum Thema Rauchfrei-Apps

N = 306

Befragungszeitraum: 23.03.-04.05.2020

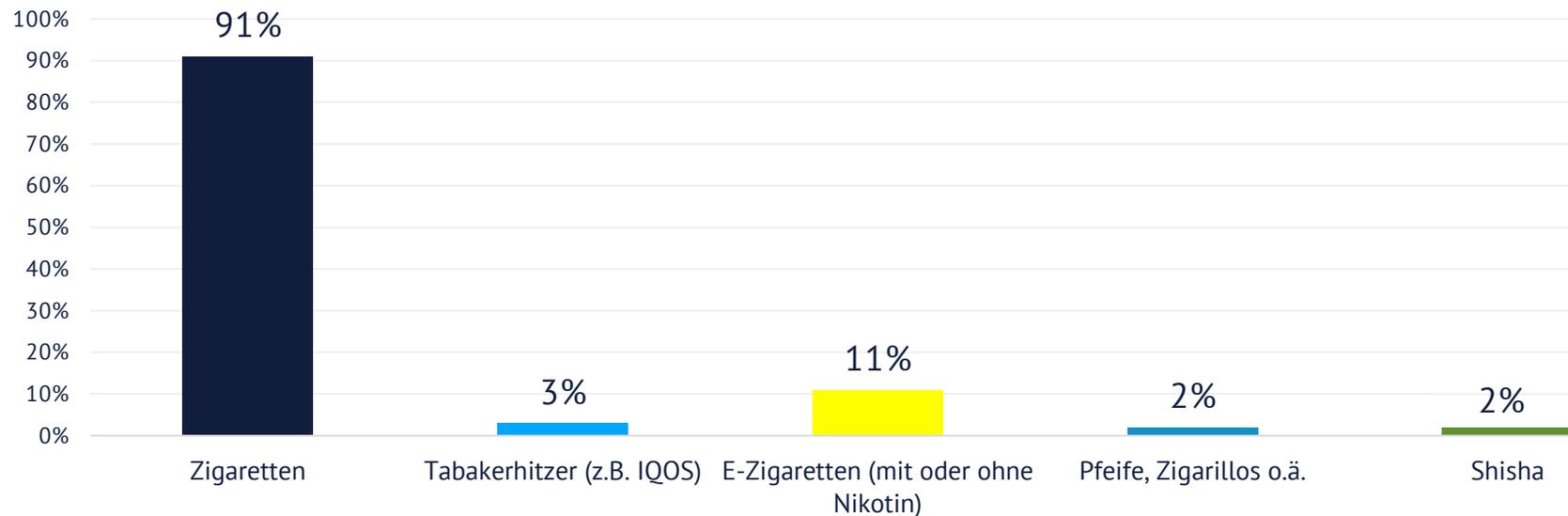


# Vorwort

In der vorliegenden Umfrage wurden 306 Teilnehmer knapp 20 verschiedenen Fragen rund um die Themen Rauchen, Rauchausstieg und Rauchfrei-Apps gestellt. Dabei gab es mehr weibliche (71%) als männliche Studienteilnehmer. Der älteste Teilnehmer war 72 Jahre alt und der jüngste 18 Jahre alt. Das Durchschnittsalter lag bei 48 Jahren. Ziel der Umfrage ist es einen Überblick über das Rauchverhalten bzw. die Aufhörversuche in Hinblick auf eine Unterstützung via App zu bekommen.

Die Umfrage wurde gezielt an Zigarettenraucher gerichtet, trotzdem rauchen einige Teilnehmer neben der Zigarette weitere Produkte. Am häufigsten die E-Zigarette mit 11%.

## Was rauchst du aktuell? (Mehrfachauswahl möglich)

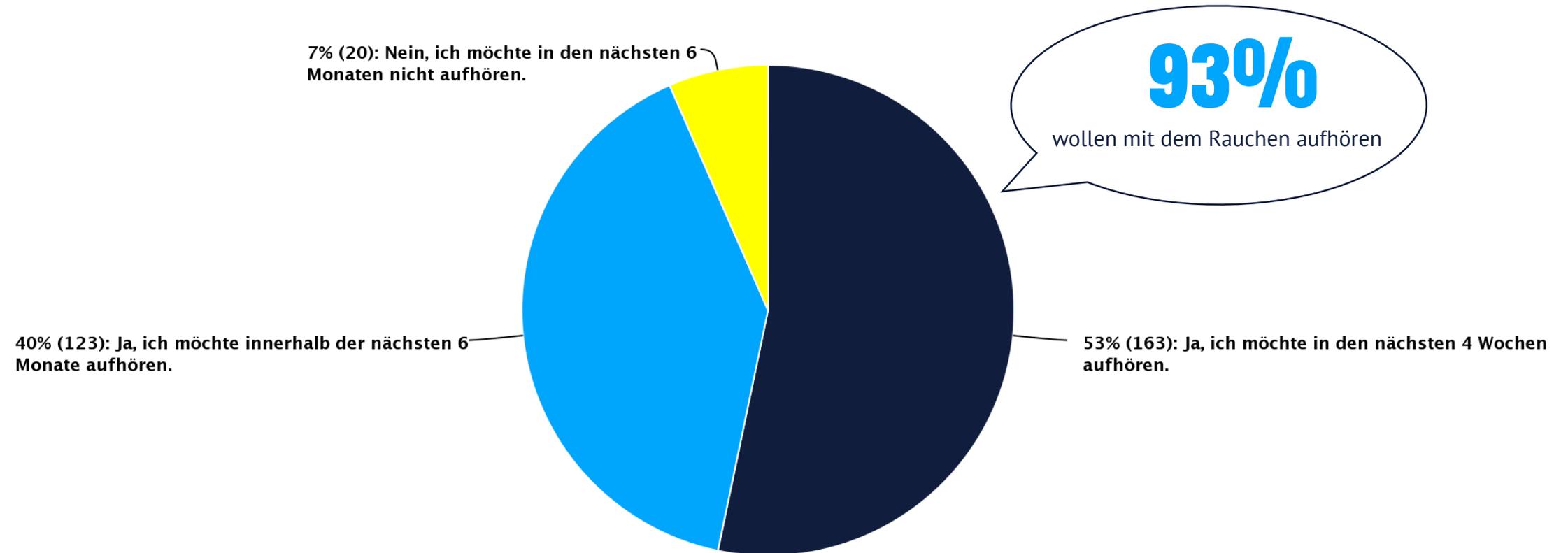


# **Aufhörbereitschaft**



Die meisten befragten Raucher möchten das Rauchen aufhören. Dabei hat die Mehrheit sogar den Wunsch, den Rauchausstieg innerhalb der nächsten 4 Wochen anzugehen. Nur 7% möchten nicht innerhalb des nächsten halben Jahres aufhören.

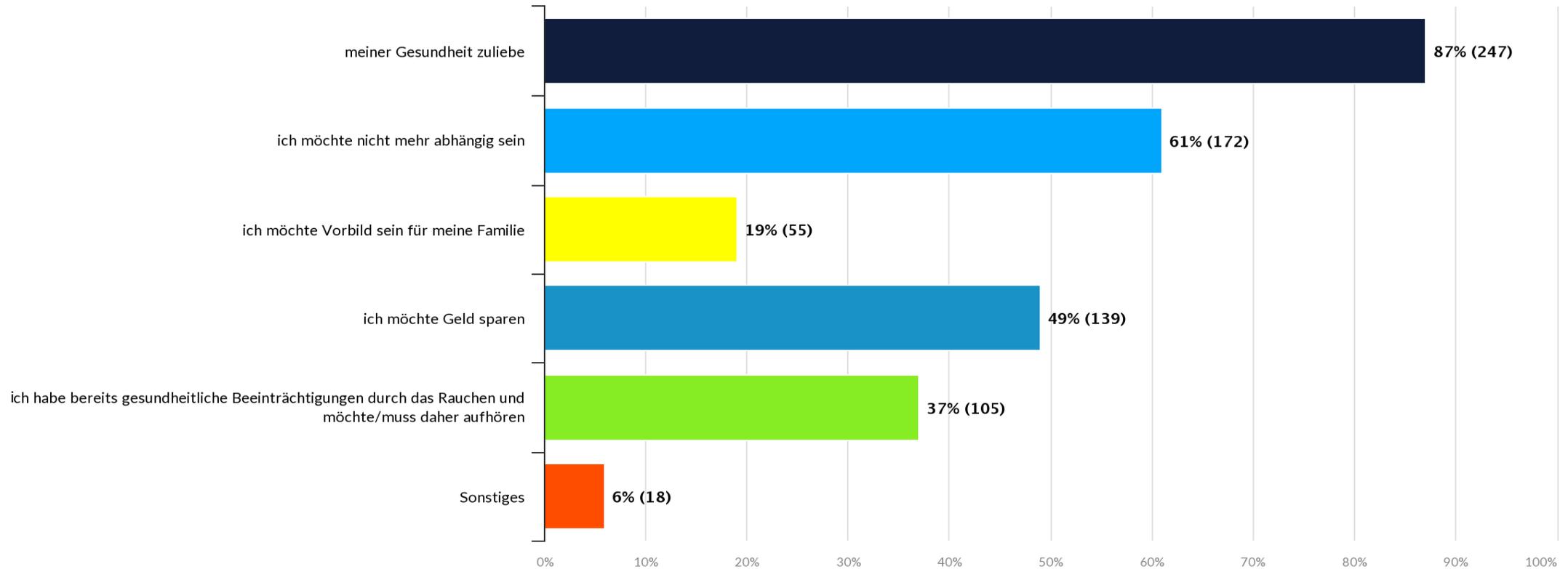
## Möchtest Du mit dem Rauchen aufhören?



# **Aufhörgründe**

Für den Rauchausstieg gibt es vielerlei Gründe. Auffällig ist, dass die Mehrheit der Befragten aus gesundheitlichen Gründen aufhören wollen und/oder nicht mehr abhängig sein möchten. Auch der finanzielle Aspekt scheint eine große Rolle zu spielen.

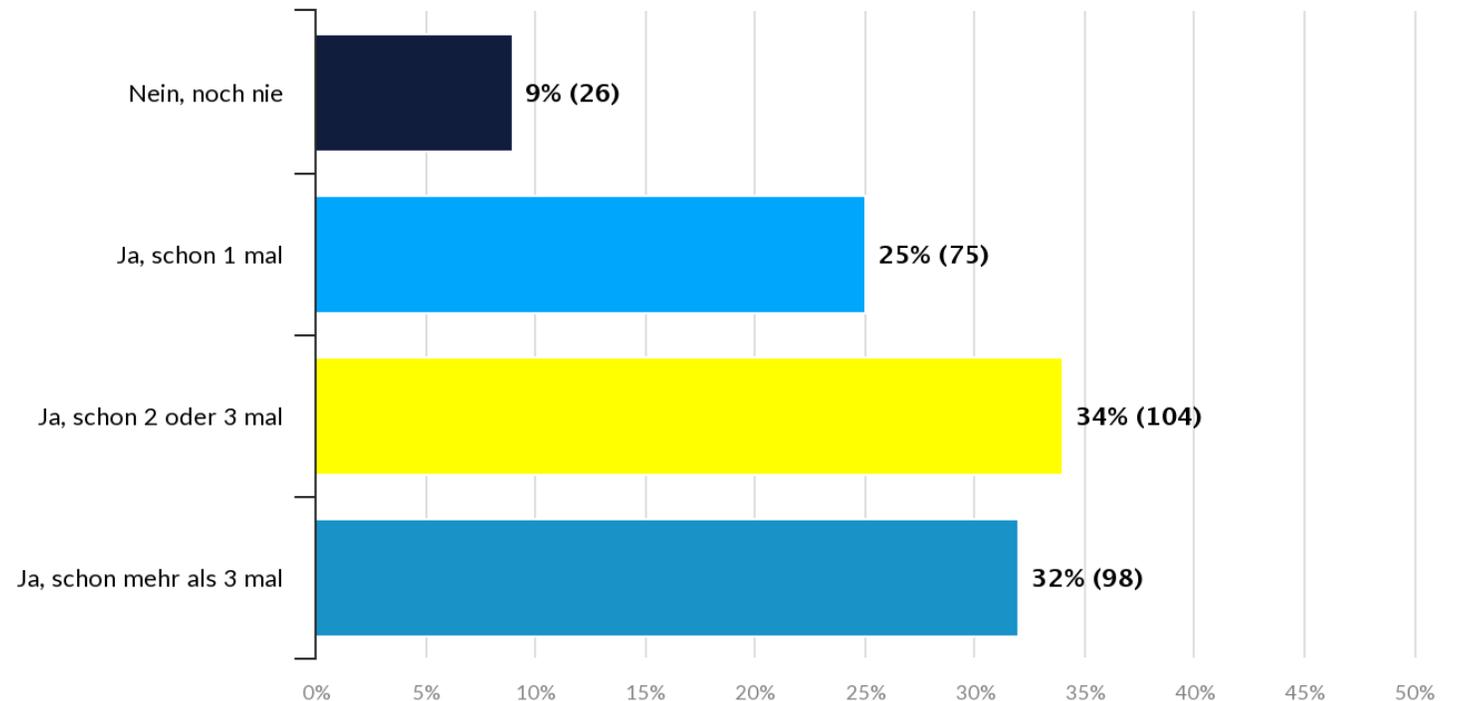
## Warum möchtest du mit dem Rauchen aufhören? (Mehrfachauswahl möglich)



# **Aufhörversuche**

Fast alle Befragten haben in der Vergangenheit bereits versucht, mit dem Rauchen aufzuhören. Dabei hat die Mehrheit sogar schon mehrere Versuche unternommen. Nur 9% haben noch nie versucht, das Rauchen sein zu lassen.

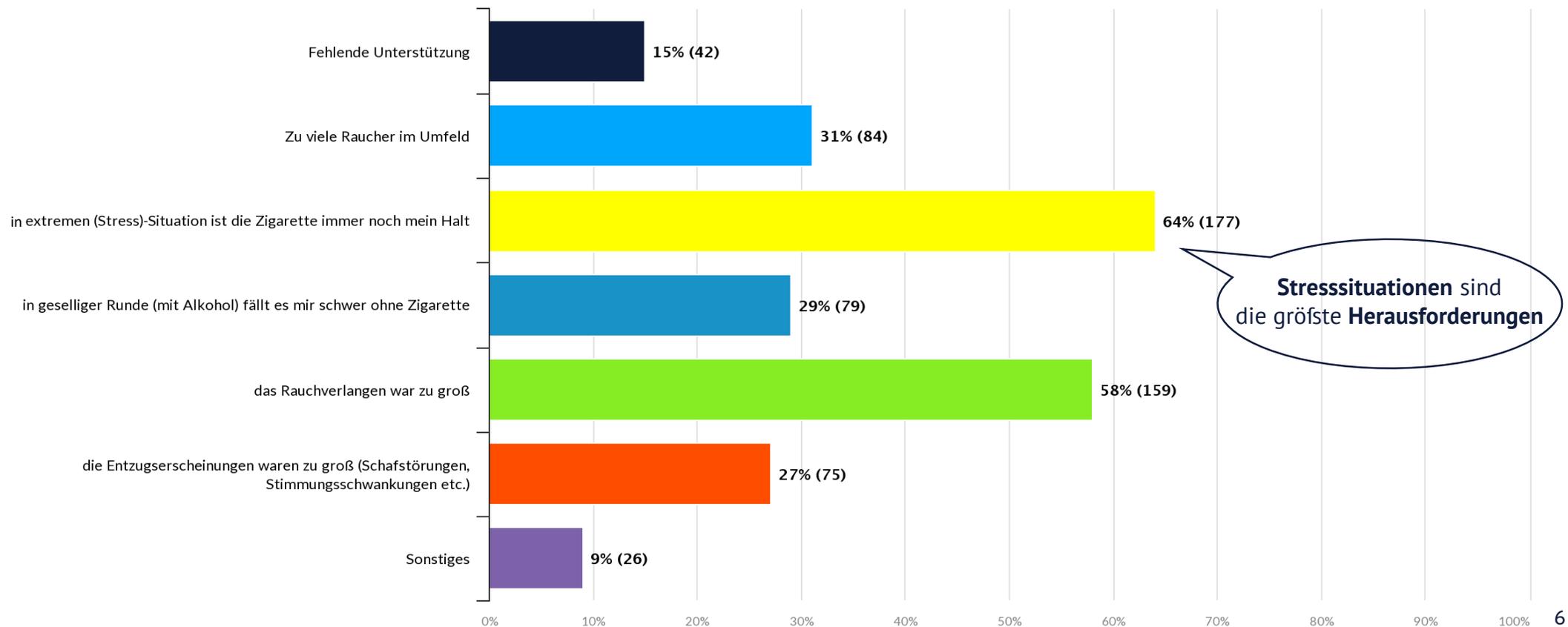
## Hast du bereits versucht mit dem Rauchen aufzuhören?



# ✘ Gründe für das Scheitern des Rauchausstiegs

Die Gründe für das Scheitern der Aufhörversuche sind vielfältig. Über die Hälfte der Befragten geben an, in extremen (Stress-)Situationen gescheitert zu sein. Auch das Rauchverlangen mit 58% und die Gefahr durch Raucher im Umfeld (31%) haben den erfolgreichen Rauchausstieg verhindert.

## Aus welchen Gründen hat der Rauchausstieg nicht geklappt? (Mehrfachauswahl möglich)

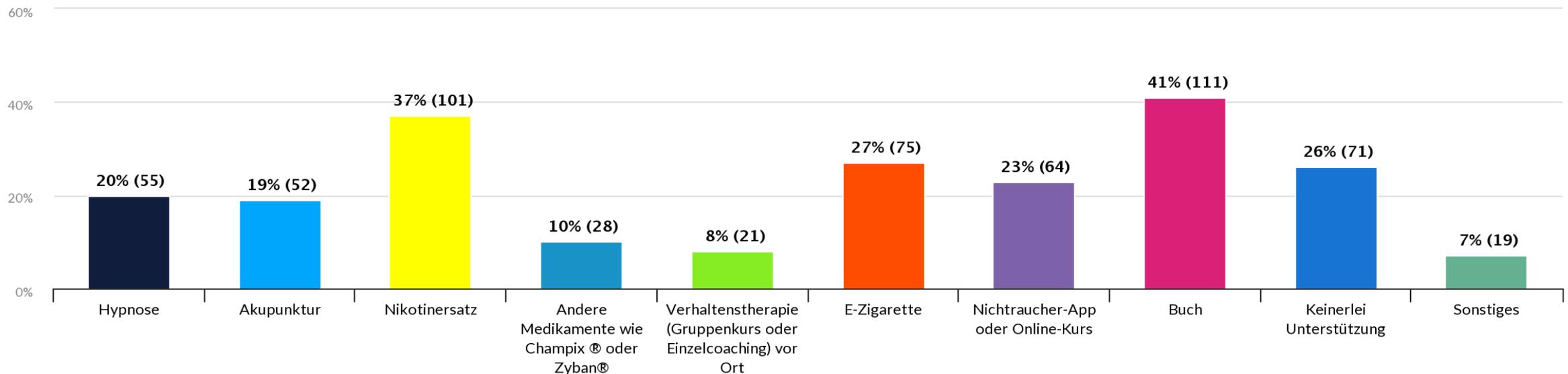


# Unterstützung beim Rauchstopp



Auf dem Markt gibt es zahlreiche Angebote, die beim Rauchausstieg helfen sollen. Dabei haben 41% der Befragten mit der Hilfe eines Buches oder mit Nikotinersatz (37%) den Rauchstopp versucht.

## Welche Unterstützung hast Du bei den bisherigen Rauchstopp-Versuchen in Anspruch genommen? (Mehrfachauswahl möglich)



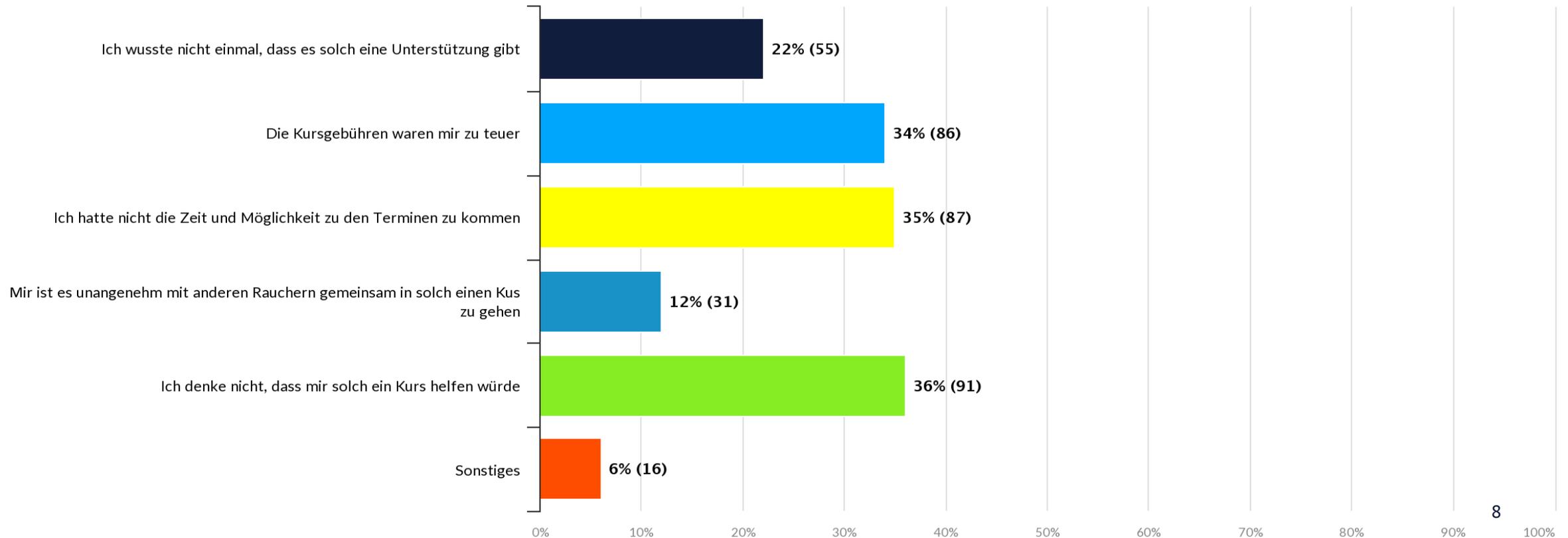


# Gründe für die Nichtinanspruchnahme professioneller Hilfe



Der Rauchausstieg muss nicht alleine durchstanden werden, sondern kann durch einen Nichtraucherkurs erleichtert werden. Die meistgewählten Gründe für die Nichtinanspruchnahme eines professionellen Nichtraucherurses vor Ort sind die Kosten, fehlende Zeit und Möglichkeit und Zweifel an der Wirksamkeit.

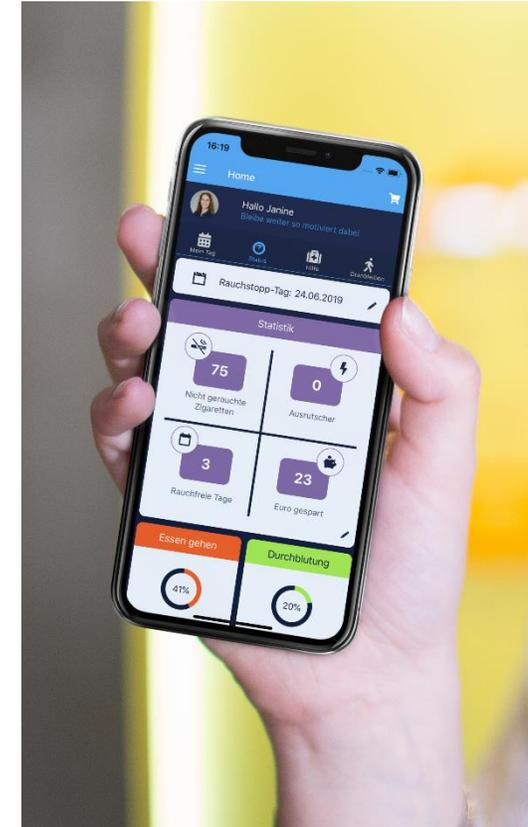
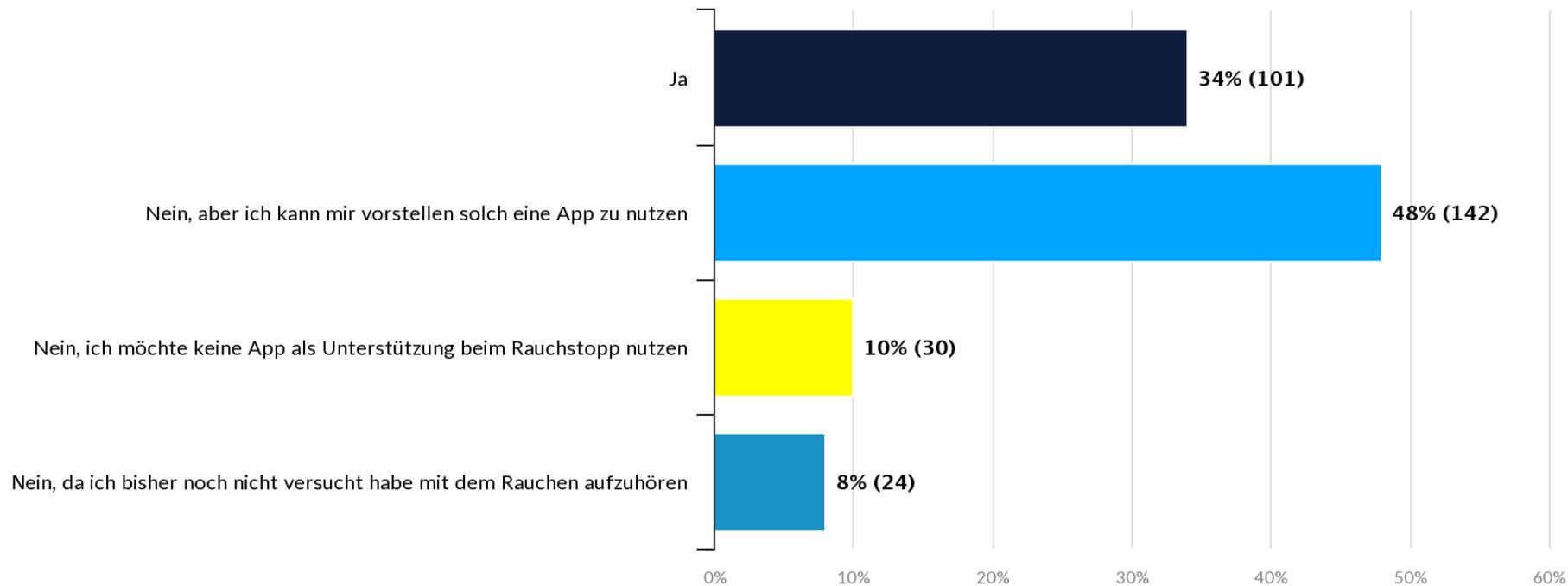
## Wieso hast du bisher keine Unterstützung in Form eines professionellen Nichtraucherurses vor Ort genutzt? (Mehrfachauswahl möglich)



# 📱 Nutzung Rauchfrei-Apps - Bereitschaft

Mithilfe von Apps soll der Rauchausstieg gelingen. 34% der Befragten haben bereits eine Rauchfrei-App genutzt. Ca. die Hälfte der Befragten kann sich das vorstellen. Nur knapp 10% möchten keine Unterstützung via App in Anspruch nehmen.

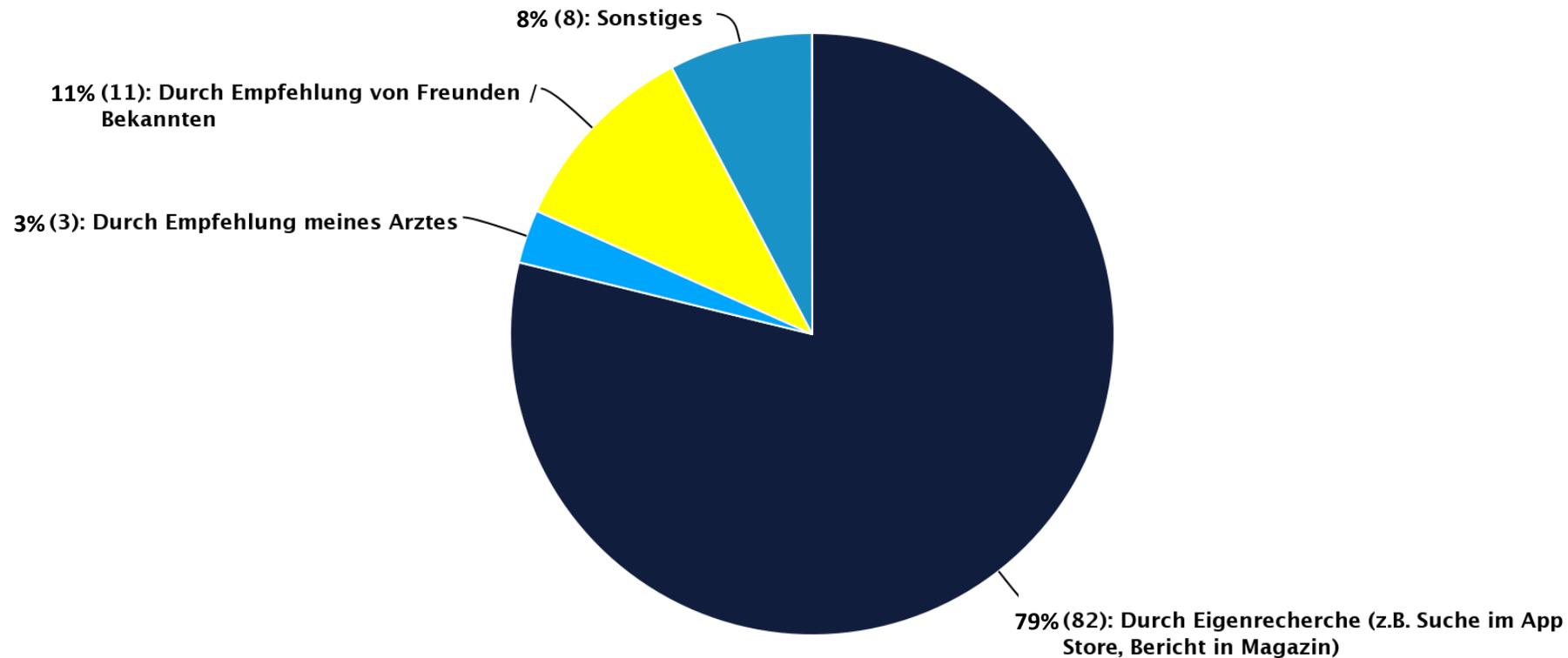
## Hast Du schon einmal eine Rauchfrei-App genutzt?



# 📱 Nutzung Rauchfrei-Apps - Finden der Angebote

Die meisten der Befragten (82%) die bereits eine App nutzten, fanden diese durch Eigenrecherche. Wenige bekamen eine Empfehlung von Freunden/Bekanntem und nur 3% der Teilnehmer haben von einer App durch ihren Arzt erfahren.

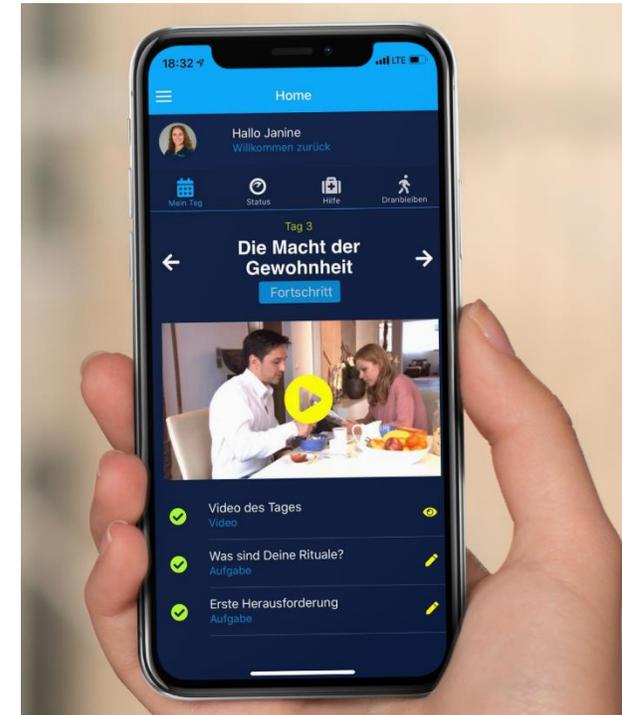
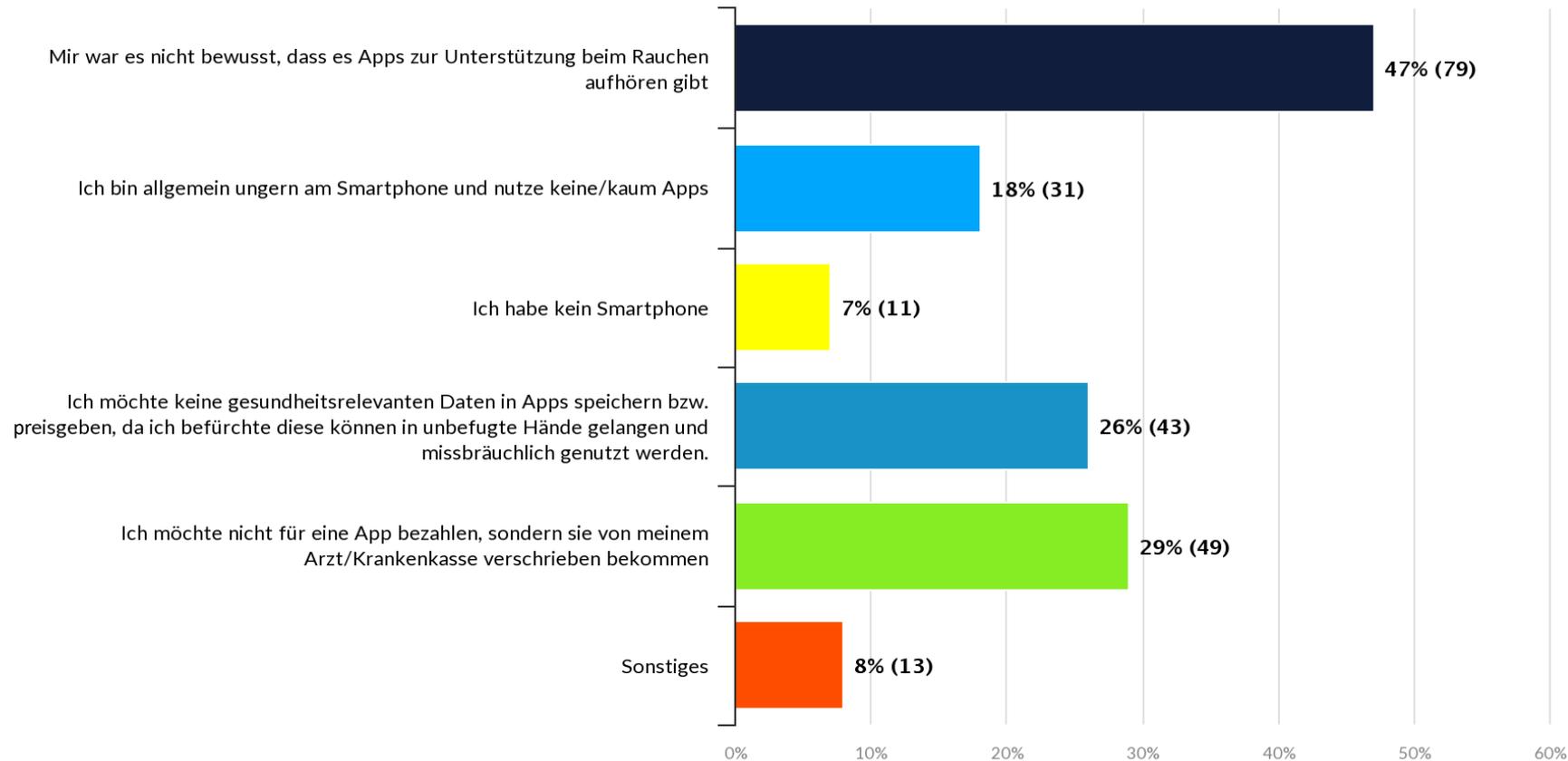
## Wie bist du auf die App aufmerksam geworden? (Mehrfachauswahl möglich)



# Nutzung Rauchfrei-Apps - Gründe Nichtnutzung

Knapp die Hälfte der Befragten, die noch keine App nutzen, geben an, dass sie gar nicht von dem Angebot wussten. 29% scheuen die Kosten und möchten die App direkt vom Arzt verschrieben bekommen. Einige der Befragten (26%) geben aber auch an, dass sie Angst vor Datenmissbrauch haben.

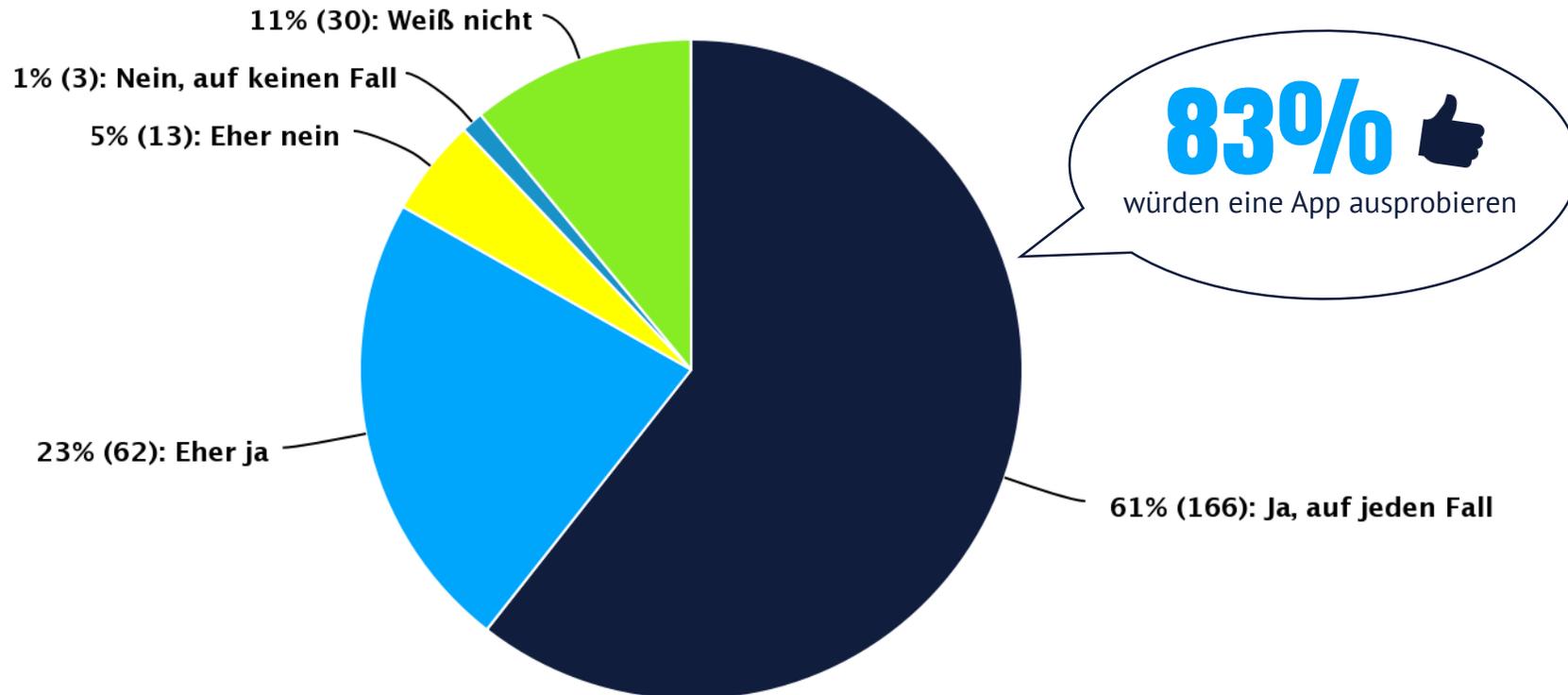
## Warum hast du bisher keine Rauchfrei-App genutzt? (Mehrfachauswahl möglich)



# 📄 Nutzung Rauchfrei-Apps - App auf Rezept

Mit dem neuen digitalen Versorgungsgesetz wird es in Zukunft Apps auf Rezept geben. Die meisten der befragten Rauchern, die aufhören wollen, würden dann auch die verschriebene App nutzen. Nur 1,1% würden das auf keinen Fall tun und 4,4% eher nicht.

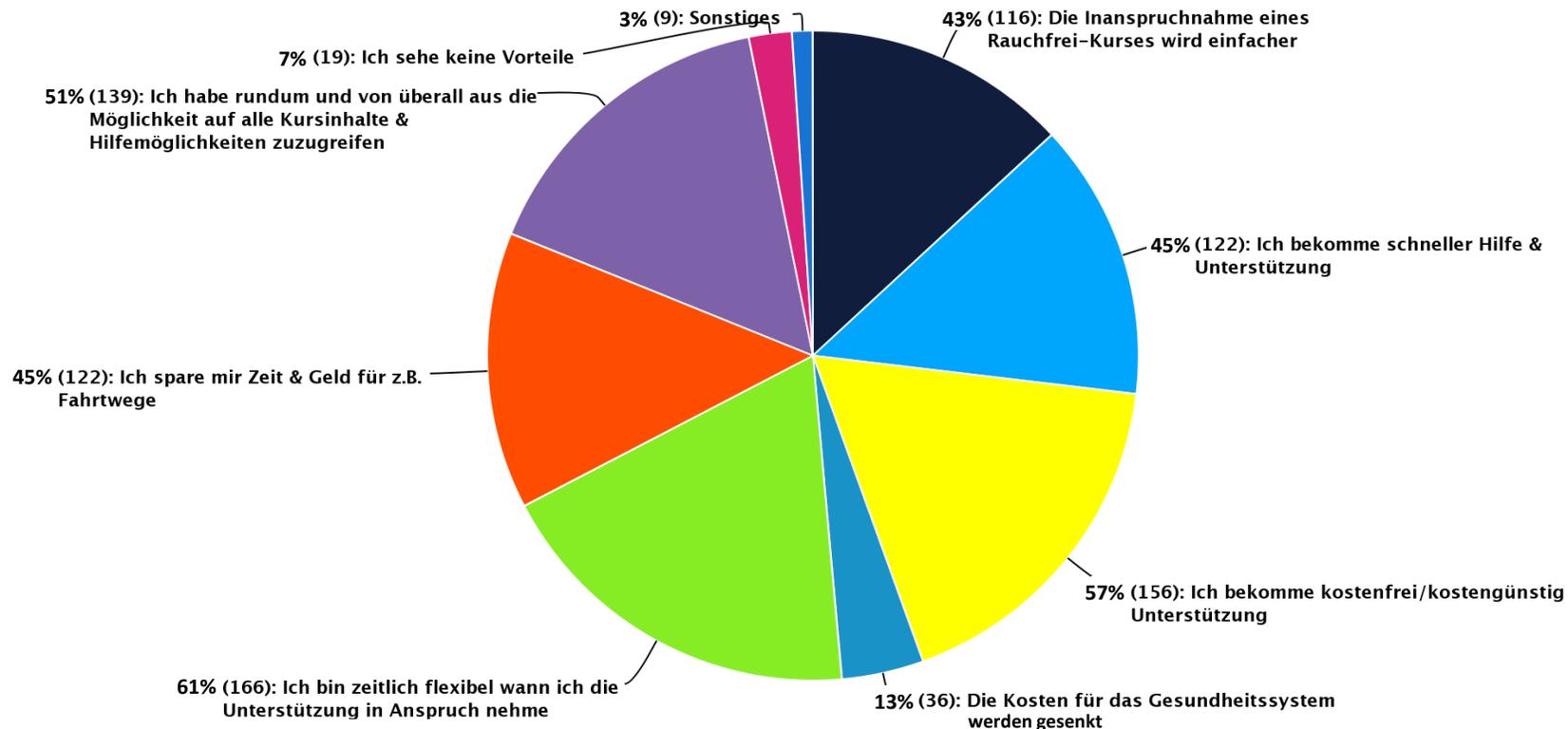
## Würdest Du eine Rauchfrei-App nutzen, wenn Du diese vom Arzt verordnet bekommst und diese Dir kostenfrei zur Verfügung steht?



# + Nutzung Rauchfrei-Apps - Vorteile der App auf Rezept

Die große Mehrheit der befragten Raucher sieht in einer Rauchfrei-App auf Rezept viele Vorteile. Besonders die Flexibilität und die einfache, schnelle und kostenfreie Unterstützung stehen für die Teilnehmer im Vordergrund. Nur 7% sehen keine Vorteile.

## Welche Vorteile siehst du bei einer Rauchfrei-App auf Rezept für dich persönlich? (Mehrfachauswahl möglich)



# Kontakt



## NichtraucherHelden.de

bytes2business GmbH

 Im Himmel 20  
70569 Stuttgart  
Deutschland

 Telefon: +49 (0)711 / 21 959 343  
Fax: +49 (0)711 / 21 959 348

 E-Mail: [service@nichtraucherhelden.de](mailto:service@nichtraucherhelden.de)

 Web: [www.nichtraucherhelden.de](http://www.nichtraucherhelden.de)

