



Huber Verlag für Neue Medien GmbH  
Sales & Marketing  
Redaktion  
Herrn Christoph Nübel  
Lorenzstr. 29  
76135 Karlsruhe

Neuss, 27. Mai 2008

## **Pressemitteilung**

Gesundheit/Medizin/Nicotinersatztherapie

# **Fußball-EM 2008: Herausforderung für frischgebackene Nichtraucher Stärke bewahren im Fußballfieber**

Sehr geehrter Herr Nübel,

**am 7. Juni ist es endlich so weit: Das erste Spiel der Fußball EM 2008 wird angepfiffen. Bis zum großen Finale am 29. Juni fiebern Fußball-Fans wieder gemeinsam im Stadion, beim Public Viewing oder im heimischen Wohnzimmer mit ihrer National-Elf mit. Wer mit dem Rauchen aufgehört hat, oder gerade dabei ist, dem kann es in dieser Zeit besonders schwer fallen, standhaft zu bleiben. Wenn die Spannung knisternd in der Luft liegt, ausgelassene Stimmung herrscht und auch noch Alkohol ins Spiel kommt, sind gute Vorsätze schnell vergessen. Deshalb sollte jeder werdende Nichtraucher Vorsichtsmaßnahmen ergreifen, um die heiße Fußball-Phase auch ohne Zigaretten in vollen Zügen genießen zu können. Physische und psychische Unterstützung zum Durchhalten bieten in allen Lebenssituationen Nicotinersatz-Präparate wie Nicotin-Kaugummis, -Pflaster oder -Microtabs (z. B. von nicorette®) sowie Coaching-Programme, die auch über das Mobiltelefon jederzeit erreichbar sind (z. B. Anmeldung unter [www.activestop.de](http://www.activestop.de)).**

### **Gruppendynamik und Alkohol: Schwer kontrollierbare Verführer**



Die neu erlassenen Gesetze zum Nichtrauchererschutz werden frischgebackene Nichtraucher im heißen EM-Sommer kaum schützen können: Gemeinsames Fußballschauen ist spätestens seit der letzten WM ein Massen-Event jenseits der Kneipen geworden. Ob auf Leinwänden, in Biergärten oder im Stadion selbst – für



Raucher gehören Zigaretten bei diesen Gelegenheiten dazu und laut geltender Gesetzeslage spricht auch nichts dagegen. Schlimm für frischgebackene Nichtraucher: Denn in der spannungsgeladenen Sommerluft kann der Zigarettenrauch plötzlich wieder das Rauchverlangen wecken, da das Gehirn diese Situationen fälschlicherweise noch immer mit alten Gewohnheiten verbindet. Zusätzlich macht Alkoholkonsum für die Verlockung empfänglicher. Und spätestens, wenn die letzten Spielminuten laufen, kann die Anspannung schnell dazu beitragen, dass der nichtrauchende Fußballfan unbewusst in die Schachtel des Sitznachbarn greift.

### **Helfer in der Fanmeile: Mittendrin statt nur dabei**

Die Entscheidung, mit dem Rauchen aufzuhören, sollte keinesfalls dazu führen, dass auf Geselligkeit und Spaß verzichtet werden muss! Für eine unbeschwerte und vor allem rückfallfreie EM-Zeit steht Unterstützung bereit: Nicotinersatzpräparate z. B. von nicorette® können das körperliche Rauchverlangen deutlich mindern. Dabei halten Nicotinpflaster den Nicotinspiegel stabil, so dass das Verlangen gar nicht erst zu groß wird. Nicotinkaugummis können gut helfen, wenn Körper und Geist aus reiner Anspannung schlagartig nach Nicotin gieren. So fällt es leichter, auch im größten Torjubel dem Rauchverlangen zu widerstehen! Zusätzlich kann ein jederzeit erreichbarer virtueller Coach dabei helfen, Rückfälle zu vermeiden. Das kostenlose Rauchstopp-Programm NICORETTE® ACTIVESTOP® ist nicht nur online, sondern auch per Mobiltelefon jederzeit erreichbar. Sollte es im Fußballjubel doch einmal zu einem Ausrutscher kommen, so bietet das Programm auch dann Aufmunterung und Motivation durch einen Rückrufservice, damit das Ziel ‚Der Rauchausstieg‘ nicht aus den Augen gerät. Denn ein Eigentor muss nicht zwangsläufig zum Scheitern führen!

### **Wer kann teilnehmen?**

Die Anmeldung zum Rauchstopp-Programm erfolgt über die Internetseite [www.activestop.de](http://www.activestop.de). Die Benutzung des Programms ist für den Teilnehmer kostenlos und stellt eine perfekte Ergänzung zur medikamentösen Behandlung dar. Einzige Zugangsvoraussetzung ist die Angabe der Chargennummer eines nicorette® Nicotinersatzproduktes.

**Herausgeber:** Johnson & Johnson GmbH, 41470 Neuss

### **Redaktion / Ansprechpartner:**

**Medical Consulting Group** | Christine Grüb | Mörsenbroicher Weg 200 | D-40470 Düsseldorf  
Tel. +49 (0) 2 11 / 51 60 45-174 | Fax +49 (0) 2 11 / 51 60 45-149 | [christine.grueb@medical-consulting.de](mailto:christine.grueb@medical-consulting.de)

**Service-Fax an:**

Medical Consulting Group

Christine Grüb

**Fax 0211 / 51 60 45 - 149**

Tel. 0211 / 51 60 45 - 174

**Fußball-EM 2008: Herausforderung für frischgebackene  
Nichtraucher**

- Bitte senden Sie mir Bilder per E-Mail zu. Ich brauche folgendes Material:

---

---

---

- Ich plane einen Artikel zum Thema, bitte nehmen Sie Kontakt mit mir auf.
- Ich möchte einen Interviewtermin mit einem Experten zum Thema Rauchstopp.
- Ich habe weitere Fragen/Informationsbedarf. Bitte nehmen Sie Kontakt mit mir auf.
- Ich bin am Thema interessiert, bitte senden Sie mir in Zukunft weiteres Pressematerial zu.

Absender:

Redaktion: \_\_\_\_\_

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefon/Fax: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_