



29.05.2024 12:00 CEST

Weltnichtrauchertag 2024: Rauchfreies Leben zahlt sich mehrfach aus

Köln, 29. Mai 2024 – Anlässlich des Weltnichtrauchertages der Weltgesundheitsorganisation am 31. Mai 2024 macht die Zurich Gruppe Deutschland auf die Vorteile des Nichtrauchens aufmerksam. Denn: Der Verzicht auf Zigaretten hat nicht nur gesundheitliche Vorteile, sondern auch langfristige positive Auswirkungen auf die finanzielle Sicherheit und die Lebensqualität. Der Versicherer stellt drei überzeugende Gründe vor, warum es sich lohnt, mit dem Rauchen aufzuhören.

1. Verbesserte Gesundheit und höhere Lebenserwartung

Rauchen schädigt fast jedes Organ im Körper und ist die Hauptursache für zahlreiche schwerwiegende Erkrankungen, einschließlich Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Lungenkrebs und chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD). So heißt es im Tabakatlas des Deutschen Krebsforschungszentrums aus dem Jahr 2020: „Rauchen ist der wichtigste vermeidbare Risikofaktor für chronische, nicht übertragbare Krankheiten (non-communicable diseases, NCDs). So sind in Deutschland rund 80 Prozent aller Lungenkrebsfälle auf das Rauchen zurückzuführen und auch für chronisch obstruktive Lungenerkrankungen (chronic obstructive pulmonary diseases, COPDs) ist Rauchen die bedeutendste Ursache. Rauchende haben zudem im Vergleich zu Nichtrauchenden ein mehr als doppelt so hohes Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen und ein doppelt so hohes Risiko für Schlaganfälle.“

Bereits wenige Tage nach dem Verzicht auf Zigaretten beginnt sich der Körper zu erholen: Der Blutdruck normalisiert sich, die Lungenfunktion verbessert sich, und das Risiko für Herzinfarkte sinkt. Langfristig erhöht sich die Lebenserwartung erheblich.

2. Finanzielle Ersparnisse

Rauchen ist nicht nur gesundheitsschädlich, sondern auch teuer. Durch den Verzicht auf Zigaretten kann eine beachtliche Summe an Geld gespart werden, die in die Zukunft investiert werden kann. Zudem profitieren Nichtraucher von niedrigeren Prämien bei der Risikolebensversicherung und anderen [Versicherungen](#), da das Gesundheitsrisiko deutlich geringer ist.

Ein Beispiel: Ein 35-jähriger Nichtraucher, der seit mindestens zehn Jahren auf das Rauchen verzichtet, zahlt für eine Risikolebensversicherung mit einer Versicherungssumme von 100.000 Euro einen Monatsbeitrag in Höhe von 7,86 Euro. Ein Kunde, der seit mindestens einem Jahr nicht raucht, zahlt 9,15 Euro im Monat. Ein Raucher zahlt dagegen 19,55 Euro im Monat. Das Beispiel zeigt: Nichtraucher können erheblich an Versicherungsprämien sparen.

3. Bessere Lebensqualität

Nicht mehr zu rauchen, verbessert das Leben in vielerlei Hinsicht. Die körperliche Leistungsfähigkeit steigt, Nichtraucher sind energiegeladener und

haben weniger Atembeschwerden. Auch der Geschmackssinn und Geruchssinn erholen sich, was das Genießen von Speisen und Düften intensiviert. Außerdem reduziert sich die Belastung der Familie und der Freunde durch Passivrauchen und verbessert die sozialen Interaktionen.

Trend: Weniger Raucher unter Jugendlichen

Bei Jugendlichen hält der Trend zum Nichtrauchen an, wie die aktuellen [Zahlen](#) der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung belegen. Der Anteil männlicher jugendlicher Raucher ist von 27,2 Prozent im Jahr 2001 auf 9,3 Prozent im Jahr 2015 deutlich zurückgegangen und lag 2023 bei 7,2 Prozent. Bei den 12- bis 17-jährigen Rauchern verringerte sich der Anteil von 27,9 Prozent im Jahr 2001 auf 6,1 Prozent im Jahr 2016 ebenfalls deutlich und lag im Jahr 2023 bei 6,4 Prozent.

Die Zurich Gruppe in Deutschland gehört zur weltweit tätigen Zurich Insurance Group. Mit Beitragseinnahmen (2022) von rund 6 Milliarden EUR, Kapitalanlagen von mehr als 49 Milliarden EUR und rund 4.700 Mitarbeitern zählt Zurich zu den führenden Versicherungen in Deutschland.

Zurich bietet innovative, leistungsfähige und nachhaltige Lösungen und Services zu Versicherungen, Vorsorge und Risikomanagement aus einer Hand. Im Einklang mit dem Ziel „gemeinsam eine bessere Zukunft zu gestalten“, strebt Zurich danach, eines der verantwortungsbewusstesten und wirkungsvollsten Unternehmen der Welt zu sein.

Kontaktpersonen



Zurich Gruppe Deutschland

Pressekontakt

Unternehmenskommunikation

Kontakt für Journalisten

media@zurich.de

+49 (0)221 7715 8000

Bernd O. Englien

Pressekontakt

Pressesprecher / Bereichsleitung

Politik & Unternehmenskommunikation

bernd.englien@zurich.com

(0172) 8103858

+49 (0)172 810 38 58