

Sachdokumentation:

Signatur: DS 3104

Permalink: [www.sachdokumentation.ch/bestand/ds/3104](http://www.sachdokumentation.ch/bestand/ds/3104)



### Nutzungsbestimmungen

Dieses elektronische Dokument wird vom Schweizerischen Sozialarchiv zur Verfügung gestellt. Es kann in der angebotenen Form für den Eigengebrauch reproduziert und genutzt werden (private Verwendung, inkl. Lehre und Forschung). Für das Einhalten der urheberrechtlichen Bestimmungen ist der/die Nutzer/in verantwortlich. Jede Verwendung muss mit einem Quellennachweis versehen sein.

### Zitierweise für graue Literatur

Elektronische Broschüren und Flugschriften (DS) aus den Dossiers der Sachdokumentation des Sozialarchivs werden gemäss den üblichen Zitierrichtlinien für wissenschaftliche Literatur wenn möglich einzeln zitiert. Es ist jedoch sinnvoll, die verwendeten thematischen Dossiers ebenfalls zu zitieren. Anzugeben sind demnach die Signatur des einzelnen Dokuments sowie das zugehörige Dossier.



## SCHWEIZER SUCHTPANORAMA 2021

Corona-Stress und Sucht:  
Frühzeitig Hilfe holen

# Das Schweizer Suchtpanorama 2021

Welches sind die aktuellen Konsumtrends bei Alkohol, Tabak und illegalen Drogen in der Schweiz? Welche Probleme manifestieren sich beim Konsum von Medikamenten, beim Geldspiel und beim Internetgebrauch? Das jährlich erscheinende Schweizer Suchtpanorama nimmt sich dieser und weiterer Fragen an, liefert neuste Fakten und Zahlen, stellt Zusammenhänge her und kommentiert.

## Inhalt

Corona-Stress und Sucht	3
Das Wichtigste in Kürze	5
<i>Ausführliche Artikel</i>	
Alkohol	7
Tabak	12
Illegale Drogen	17
Psychoaktive Medikamente	22
Geldspiel	27
Digitale Welt	32

---

## Impressum

### Auskünfte

Monique Portner-Helfer  
Mediensprecherin  
mportner-helfer@suchtschweiz.ch  
Tel.: 021 321 29 74

Markus Meury  
Mediensprecher  
mmeury@suchtschweiz.ch  
Tel.: 021 321 29 63

### Herausgeberin

Sucht Schweiz

Die Stiftung Sucht Schweiz ist ein nationales Kompetenzzentrum im Suchtbereich. Sie betreibt Forschung, konzipiert Präventionsprojekte und engagiert sich in der Gesundheitspolitik. Das Ziel der Stiftung ist, Probleme zu verhüten oder zu vermindern, die aus dem Konsum von Alkohol und anderen psychoaktiven Substanzen hervorgehen oder durch Glücksspiel und Internetnutzung entstehen. Das Dienstleistungsangebot von Sucht Schweiz ist nur möglich dank regelmässigen Geldspenden.

[www.suchtschweiz.ch](http://www.suchtschweiz.ch)

Um sich einen Überblick über neuste Konsumtrends zu verschaffen oder ein Thema zu vertiefen:  
[zahlen-fakten.suchtschweiz.ch](http://zahlen-fakten.suchtschweiz.ch)

*Sämtliche Infografiken und Abbildungen können mit Quellenangaben weiterverwendet und bei Bedarf angepasst werden.*

### Copyright

© 2021 Sucht Schweiz, Lausanne

---

## SCHWEIZER SUCHTPANORAMA 2021

# Corona-Stress und Sucht: Frühzeitig Hilfe holen

Die Gesundheitskrise sowie die sozialen und wirtschaftlichen Folgen verstärken die besonders gefährlichen Konsummotive wie die Stressbewältigung und sie erweitern die Risikogruppen. Nebst der Allgemeinbevölkerung sind Pflegende in Notfallstationen oder das Personal im Transportwesen oder im Verkauf besonders betroffen. Auch Menschen, die ein Trauma erlitten wie z.B. schwer Erkrankte und ihre Angehörigen sind stark belastet. Sie alle haben ein erhöhtes Risiko, die Kontrolle über ihren Alkohol-, Drogen- oder Medikamentenkonsum zu verlieren. Wenn es problematisch wird, wird aber oft geschwiegen. Sucht Schweiz rüttelt am Tabu und appelliert an Betroffene, Angehörige und Arbeitgebende, frühzeitig Hilfe zu holen.

Wir leben in einer Ausnahmesituation. Zahlreiche Menschen waren und sind äusserst ungewohnten und starken Belastungen und Traumata ausgesetzt. Manche von ihnen gebrauchen Alkohol, Drogen oder Medikamente kurzfristig, um sich zu entlasten. Dabei riskieren sie, anstatt Lösungen weitere Probleme zu bekommen. Es ist wichtig, Hilfe zu holen, wenn die Kontrolle einem selbst, einer nahestehenden Person oder jemandem aus dem Arbeitsteam entgleitet. Ein solcher Schritt zeugt von Mut, nicht von Schwäche und ist in einer Krisensituation zentral, um die negativen Auswirkungen der Pandemie auch langfristig zu begrenzen. Im aktuellen Suchtpanorama spricht Sucht Schweiz die Wechselwirkung zwischen Pandemie und Suchtverhalten an und fasst zentrale Entwicklungen bei Substanzen und Verhalten mit Abhängigkeitspotenzial zusammen.

### Krise schafft neue Risikogruppen

Die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf das Suchtverhalten werden sicher lange Zeit nachwirken. Der Forschungsbedarf ist gross, um sie mit Zahlen zu benennen. Für Fachleute ist klar: Menschen, die schon zuvor Mühe hatten, den Konsum psychoaktiver Substanzen, das Geldspiel oder Online-Aktivitäten zu kontrollieren, sind während der Krise einmal mehr gefährdet. Die Pandemie begünstigt Motive wie die Flucht vor Alltagsorgen oder Stress – und damit Beweggründe, welche die Entwicklung einer Abhängigkeit oder eines problematischen Konsums fördern. Von besonderen Risiken sind heute zusätzlich jene Personen betroffen, die ganz direkt mit COVID-19 und den Auswirkungen konfrontiert oder einem erhöhten Ansteckungsrisiko ausgesetzt sind: das Gesundheitspersonal, das Personal im Transportbereich oder im Verkauf, Schwerkranke, Personen, welche ihren Angehörigen nicht beistehen konnten und Menschen, welche wirtschaftliche Konsequenzen der Pandemie tragen müssen.

## Pandemie belastet die mentale Gesundheit noch lange

Beispiel Alkohol, ein traditioneller, fest verankerter Bestandteil der hiesigen Kultur: Fast neun von zehn Personen trinken zumindest gelegentlich, gut jede fünfte Person trinkt zu viel oder zu oft: Mittel- und langfristig dürften der Risikokonsum und Alkoholabhängigkeit in Teilgruppen der Bevölkerung steigen. Davon betroffen sind insbesondere Männer sowie Personen mit geringerem sozioökonomischem Status. Dazu kommen jene, die von der Pandemie am stärksten betroffen sind, wie ausländische Studien nahelegen. Auswirkungen auf die mentale Gesundheit werden wie bei früheren Epidemien oder Katastrophen noch Jahre danach weiterbestehen und durch ungesunde Bewältigungsversuche mit Alkohol, Drogen und Medikamenten verlängert und verschlimmert. Darunter leiden immer auch Familienangehörige.

## Öffnung des Geldspielmarktes zum falschen Zeitpunkt

Die Pandemie und Massnahmen gegen die Ausbreitung des Virus wie der Lockdown begünstigen eine Suchtentwicklung auch im Fall von Geldspielen. Hier birgt ein zufälliges zeitliches Zusammentreffen unabsehbare Folgen: Die mit der Gesundheitskrise fast gleichzeitige Öffnung des Geldspielmarktes für Online-Angebote wird sich für manche Spielende stark auswirken. Seit Anfang 2019 erlaubt das neue Geldspielgesetz, das Spiel um Geld auch online anzubieten. Dieses Angebot erfuhr mit dem nationalen Lockdown im letzten Frühjahr ein starkes Wachstum, das ohne Pandemie wohl geringer ausgefallen wäre. Gleichzeitig nahm die Werbung für Online-Geldspielplattformen massiv zu, teils mit aggressiven Methoden. Auch die Lotterien buhlen um (neue) Spielende.

Studien zeigen, dass Online-Spielende mehr Probleme riskieren, weshalb ein Anstieg der problematisch Spielenden in der Bevölkerung zu befürchten ist. Die wirtschaftlichen und sozialen Folgen der Gesundheitskrise sorgen für Stressfaktoren, welche bei manchen Spielenden den Kontrollverlust beschleunigen.

## Sich trauen, frühzeitig Hilfe zu holen

Wer sich Gedanken über den eigenen Substanzkonsum macht oder besorgt ist, weil er oder sie zu häufig Geldspiele spielt oder wer sich um eine nahestehende Person sorgt, sollte darüber sprechen. Dies fällt nicht immer leicht, weil über Suchtprobleme in der Gesellschaft oft geschwiegen wird. Sucht Schweiz ruft dazu auf, sich Rat zu holen und Hilfe zu beanspruchen. « Wir leben in einer noch nie dagewesenen Belastungssituation und wir alle müssen damit umgehen, so gut es geht. Was jetzt zählt ist, dass all jene Hilfe bekommen, die sie jetzt brauchen, weil sie die Kontrolle über ihren Konsum verloren haben », betont Grégoire Vittoz, Direktor von Sucht Schweiz. Betroffene und Angehörige sind nicht allein – es existieren in allen Regionen Hilfsangebote. « Aber sie brauchen ein gesellschaftliches Umfeld, in dem man sich nicht schämen muss, Hilfe zu holen ».

Sich mit Angehörigen oder engen Freunden zu vernetzen, kann extrem helfen. Man kann sich an Selbsthilfegruppen oder Fachstellen wenden, die sowohl Betroffene als auch Angehörige unterstützen, Lösungen zu finden. Sehr viele Angebote sind kostenlos und häufig helfen bereits kurze Gespräche, um eine neue Perspektive zu gewinnen und sich für weitere Schritte zu motivieren.

→ **Rat und Hilfe** mit Kontakten, Adressen, Angeboten

## Das Wichtigste in Kürze

### Alkohol

Die geschätzte Anzahl alkoholabhängiger Menschen beläuft sich auf 250 000. Jedes Jahr sterben in der Schweiz rund 1 550 Personen an den Folgen ihres Alkoholkonsums. Etwa 8 % aller Todesfälle in der Altersgruppe der 15- bis 74-Jährigen sind alkoholbedingt. Ein häufig unterschätztes Risiko sind die alkoholbedingten Krebsleiden. Bei den 15- bis 24-jährigen Männern sind fast 20 % der Todesfälle auf Alkohol zurückzuführen, meist wegen Unfällen und Verletzungen. Studien zum Konsum in Krisensituationen zeigen, dass es zu Anstiegen in Teilgruppen kommt, also eine Verschlimmerung des Konsums vor allem bei Personen mit bereits vorherigem problematischem Trinken. Neue Risikogruppen kommen im Zuge von COVID-19 mit jenen Menschen hinzu, die einem erhöhten Infektionsrisiko ausgesetzt sind. Über Alkoholprobleme, eigene oder von Angehörigen, wird oft geschwiegen. Reden ist besser. Viele Fachstellen oder Selbsthilfegruppen bieten Hilfe.

### Tabak

In den 10er-Jahren ist die Raucherquote in der Schweiz wegen fehlender politischer Massnahmen nicht mehr gesunken, hingegen kamen ständig neue Nikotinprodukte hinzu – die auch bei Jugendlichen sehr beliebt sind. Trotz der beunruhigenden Situation und dem sich schnell wandelnden Markt sind seit 2018 keine neuen epidemiologischen Daten mehr vorhanden und es werden bis mindestens 2023 keine weiteren mehr veröffentlicht.

Während des Lockdowns hat ein Teil der Rauchenden versucht, mit dem Rauchen aufzuhören, 4.6 % unter den Rauchenden haben es auch geschafft. Der Effekt verpuffte danach aber bei rund der Hälfte. Ein erheblicher Teil der täglich Rauchenden hat den Konsum während und nach dem Lockdown aber noch verstärkt, während er unter den gelegentlich Rauchenden tendenziell abnahm.

Trotzdem interessiert sich das Parlament weiterhin kaum für die jährlich 9 500 Toten auf Grund des Rauchens. Als letztes Land Europas wehrt es sich mit Händen und Füssen gegen griffige Massnahmen zum Schutz der Jugendlichen.

### Cannabis und andere Drogen

Beim Konsum von illegalen Drogen gab es in letzter Zeit wenig Bewegung, aber es wurden Besorgnis erregende Entwicklungen beobachtet, so die Verwendung von synthetischen Cannabinoiden bei legalem CBD-Cannabis, um solche Produkte auf dem Schwarzmarkt zu verkaufen. Konsumierende sehen es den Cannabisprodukten nicht an, ob sie synthetische Wirkstoffe enthalten, bei denen sie schwere Vergiftungen riskieren. Der Drogenmarkt hat sich schnell an die neue Situation im Pandemie-Jahr angepasst. Abgesehen von gewissen regionalen Engpässen bei Cannabis haben sich Angebot und Nachfrage während des nationalen Lockdowns im Frühjahr wenig verändert.

Auf politischer Ebene ist die Legalisierung und Regulierung von Cannabis weiterhin das zentrale Thema, sowohl auf internationaler als auch auf nationaler Ebene, wobei die Pilotversuche zur kontrollierten Cannabis-Abgabe an erwachsene Konsumierende hierzulande im Zentrum stehen.

## Medikamente

Mehrere Dutzend Jugendliche verstarben in den letzten rund drei Jahren infolge eines Medikamenten-Mischkonsums. Um die Hintergründe dieser Todesfälle besser zu verstehen, braucht es dringend mehr Forschung. Bekannt ist einzig, dass der Medikamentenkonsum unter den Buben in den letzten 15 Jahren zunahm.

Lieferungen und Verkäufe von starken opioidhaltigen Schmerzmitteln steigen weiterhin an. Wie verbreitet Suchtprobleme sind ist nicht bekannt, es fehlen auch hier die Daten. Die Entwicklung muss engmaschiger als bisher verfolgt werden.

Die Einnahme von starken Schlaf- und Beruhigungsmitteln (z.B. Benzodiazepine) scheint leicht zu sinken, allerdings ist das Konsumniveau noch immer sehr hoch.

Wie sich die Corona-Pandemie auf den Medikamentenkonsum auswirkte, ist aufgrund fehlender Daten unklar. Möglich ist, dass die allgemeine Verunsicherung bei gewissen Menschen zu einem Mehrkonsum führte. Auch hier wäre ein zeitnahes Monitoring nötig.

## Geldspiel

Gut 3 % der Bevölkerung spielen exzessiv um Geld. Schon vor der Pandemie. Das von COVID-19 belastete Jahr 2020 brachte für den neuen Markt der Schweizer Online-Geldspiele ideale Voraussetzungen. Bereits vor Corona hatte fast jeder zehnte Online-Spieler deswegen Probleme. 18- bis 29-Jährige sind überdurchschnittlich betroffen. Spielende mit mittlerem Risiko und problematisch Spielende stehen für knapp die Hälfte der Einnahmen aus Online-Geldspielen.

Im Zuge der Pandemie werden mehr Menschen die Kontrolle über ihr Spiel verlieren, worunter immer auch nahestehende Personen leiden. Letzteren steht es zu, Probleme anzusprechen, den Betroffenen kein Geld zu leihen und bei Bedarf selber professionelle Beratung zu beanspruchen.

## Digitale Welt

Bis zu 290 000 Personen in der Schweiz verlieren die Kontrolle über ihre Internetnutzung. Von der Corona-Pandemie sind sowohl Chancen als auch Risiken zu erwarten: Der digitale Graben zwischen Alt und Jung dürfte kleiner werden. Gleichzeitig riskieren jene einen Kontrollverlust, die z.B. emotionalen Stress zu regulieren versuchen und die schon vor der Pandemie Mühe bekundeten, ihr Nutzungsverhalten im Griff zu behalten.

Während epidemiologische Daten darauf hindeuten, dass internetbezogene Störungen unter Frauen und Männern etwa gleich häufig auftreten, sind Mädchen und Frauen deutlich weniger in Behandlung als Männer. Fachleute gehen davon aus, dass Frauen sich eher wegen gleichzeitig auftretenden Erkrankungen in Behandlung begeben und Symptome der internetbezogenen Störung unbehandelt bleiben. Auch werden bei ihnen Probleme vom sozialen Umfeld weniger wahrgenommen. Hier besteht besonderer Handlungsbedarf, um das Problembewusstsein zu schärfen und eine Unterstützung zu ermöglichen.

## ALKOHOL



### Die Gesundheitskrise schafft neue Risikogruppen

Die Corona-Pandemie schafft neue Gruppen von Konsumierenden, die einen problematischen Alkoholkonsum riskieren, unter anderem beim Personal im Gesundheitssektor, im Verkauf und Transportwesen. Die Krise erhöht riskante Konsummuster auch bei jenen, die schon zuvor stärker konsumierten und Alkohol zur Stressregulierung oder Selbstmedikation einsetzen.

Probleme frühzeitig erkennen und Unterstützung beanspruchen sind die Gebote der Stunde.

*Redaktion: Monique Portner-Helfer; Gerhard Gmel*



# 1. Aktuelle Situation



Täglicher Konsum

Der jährliche Pro-Kopf-Konsum, basierend auf Verkaufszahlen, betrug im Jahr 2019 7.9 Liter reiner Alkohol und bewegt sich damit auf einem ähnlichen Niveau wie in den Vorjahren. Gut jede zehnte Person ab 15 Jahren in der Schweiz (10.9 % der Bevölkerung) trinkt täglich Alkohol, wie die letzte Schweizerische Gesundheitsbefragung von 2017 zeigt. Dieser Anteil hat sich seit 1992 (20.4 %) fast halbiert, wobei die Abnahme bei den Männern deutlicher ausfällt als bei den Frauen. In der Altersgruppe ab 65 Jahren ist der Anteil jener, die mindestens einmal am Tag Alkohol trinken, höher als bei den Jüngeren.

Zuversichtlich stimmt die Entwicklung beim chronisch risikoreichen Konsum (d.h. der durchschnittlich tägliche Konsum, der ein mittleres [Frauen: 2 bis 4 Standardgläser; Männer: 4 bis 6 Standardgläser] oder ein hohes Gesundheitsrisiko [Frauen: über 4 Standardgläser; Männer über 6 Standardgläser] darstellt). Er nahm von 2002 bis 2017 in der Gesamtbevölkerung von 6.1 % auf 4.7 % ab. Diese Entwicklung ist dem Rückgang bei den Männern geschuldet, während der Anteil der Frauen in etwa gleichbleibt.

## Rauschtrinken: Kurve zeigt nach oben

Das Rauschtrinken legte im Zeitvergleich in allen Altersgruppen zu. Im Jahr 2017 gaben 15.9 % der Bevölkerung an, in den letzten 12 Monaten mindestens einmal im Monat grössere Mengen Alkohol getrunken zu haben (Frauen 4 Standardgläser und Männer 5 bei einer Gelegenheit). Im Jahr 2007 waren es noch 11 %. Männer (20.7 %) tun dies häufiger als Frauen (11.1 %), wobei es vor allem Personen bis 34 Jahre sind.

Konsum bei Jugendlichen verbleibt auf hohem Niveau.

Die Daten zur internationalen Schülerbefragung HBSC unter der Schirmherrschaft der Weltgesundheitsorganisation Europa geben Einblicke ins aktuelle Gesundheitsverhalten von Schulkindern in über 40 Ländern. Alkohol ist international die von Jugendlichen meist konsumierte psychoaktive Substanz. Im Alter von 15 Jahren fühlten sich in der Schweiz 13 % der Jungen und 8 % der Mädchen mindestens einmal im letzten Monat vor der Befragung richtig betrunken. Während Frankreich ähnliche Werte aufweist wie die Schweiz, sind sie in Italien höher und in Österreich sowie Deutschland gar deutlich höher. Der Zeitvergleich zeigt, dass in der Schweiz die Konsumraten zwischen 2010 und 2014 stark zurückgingen – eine Entwicklung, die sich im Jahr 2018 aber nicht fortsetzte.

## Jede 12. Person stirbt wegen Alkohol

**~1'550**  
Alkohol-Tote  
pro Jahr

Rund 1 550 Personen sterben in der Schweiz jedes Jahr an den Folgen ihres Alkoholkonsums. Schätzungsweise 8 % aller Todesfälle in der Altersgruppe der 15- bis 74-Jährigen sind alkoholbedingt. Die durch risikoreichen Alkoholkonsum bedingte Sterblichkeit geht auf verschiedene Krankheiten, Unfälle oder



Bei den 15- bis 24-jährigen Männern sind fast 20 % der Todesfälle auf Alkohol zurückzuführen.

Konsumanstieg in Teilgruppen

Wer schon vor der Pandemie problematisch trank, riskiert, den Konsum zu verschlimmern.

Personal im Gesundheitswesen, im Verkauf oder im Transportbereich ist in der Pandemie besonders gefährdet.

Alkohol beeinträchtigt das Immunsystem und fördert Gewalt.

Verletzungen zurück. Mit über einem Drittel fallen alkoholbedingte Krebsleiden am stärksten ins Gewicht, gefolgt von Krankheiten des Verdauungssystems und Unfällen oder Verletzungen. Bei den 15- bis 24-jährigen Männern sind fast 20 % der Todesfälle auf Alkohol zurückzuführen.

Nicht nur übermässiger Konsum, sondern auch moderates Trinken kann laut einer kanadischen [Studie](#) zu Spitalaufenthalt und Tod führen. Danach wäre es besser, wenn Männer auch nicht mehr als ein alkoholisches Getränk pro Tag tranken. In vielen Ländern gelten höhere Werte bei den Faustregeln für einen risikoarmen Konsum, so auch in der Schweiz. Die « [Orientierungshilfe zum Alkoholkonsum](#) » der Eidgenössischen Kommission für Alkoholfragen gesteht den Männern 2 Standardgläser pro Tag zu.

### Corona-Krise und Alkohol: Wen es am meisten treffen wird

Noch fehlen solide Daten zum Alkoholkonsum während der Corona-Pandemie. Frühere Studien zum Konsum in Krisensituationen zeigen, dass es sowohl zu einem Rückgang in der Gesamtbevölkerung als auch zu Anstiegen in Teilgruppen kam, also eine Verschlimmerung des Alkoholkonsums vor allem bei Personen mit bereits vorherigem problematischem Konsum.

Die zu erwartenden Konsumanstiege betreffen gefährdete Gruppen in besonderem Mass. Es sind dies vor allem: bereits vor Ausbruch von COVID-19 stärker Konsumierende sowie Personen, die Alkohol zur Selbstmedikation bzw. Stressregulierung und Vermeidung negativer Gefühle gebrauchen. Betroffen sind in der Mehrzahl Männer und Personen niedriger formaler Bildungsschichten oder geringen Einkommens. Erschwerend ist, dass bei vielen wegen Heimarbeit oder Arbeitslosigkeit der Alltag weniger strukturiert ist und ein Teil der sozialen Kontrolle wegfällt.

Es sind dies aber auch Menschen, die am stärksten einem Infektionsrisiko ausgesetzt sind wie medizinisches Personal, das Personal im Verkauf oder im Transport. Gesundheitsfachleute, namentlich Pflegende auf Intensivstationen oder das Personal in Ambulanzen, sind besonders belastet, da sie mit dem krankheitsbedingten Leid und Todesfällen stark konfrontiert sind. Gefährdet sind auch Personen, die COVID-Fälle im näheren Umfeld erlebt haben, aber aus Sorge vor Eigenansteckung nicht helfen durften oder konnten.

In Zusammenhang mit der Corona-Pandemie machte das [WHO-Regionalbüro für Europa](#) auf die besonderen Risiken des Alkoholkonsums aufmerksam und bestärkte die Regierungen darin, Massnahmen zur Beschränkung des Konsums durchzusetzen. Die WHO verwies u.a. auf die Beeinträchtigung des Immunsystems durch Alkohol und die Risiken für Gewaltakte.

## 2. Politik

Auf politischer Ebene bewegt sich im Bereich Alkohol in letzter Zeit kaum etwas, und wenn, sind es meist Liberalisierungsschritte. So dürfen seit Anfang 2021 auf Autobahnraststätten wieder alkoholische Getränke ausgeschenkt und verkauft werden. Im Herbst 2017 hatte das Parlament beschlossen, den Alkoholverkauf auf Raststätten zu erlauben. Das Verbot galt während über 50 Jahren. Es war 1964 zusammen mit einer Promillegrenze eingeführt worden.

Weniger illegale Verkäufe, aber viel Verbesserungspotential beim Jugendschutz.

Alkoholtestkäufe: Die Statistik der 6534 gesamtschweizerisch vorgenommenen Testkäufe im Jahr 2019 zeigt, dass in 20.3 % der Kaufversuche durch Minderjährige der Alkohol illegal verkauft wurde. Dies bedeutet eine Verbesserung gegenüber den Vorjahren. Es bleibt allerdings noch viel zu tun, so z.B. die Unterstützung des Verkaufspersonals mit der nötigen Infrastruktur.

Erfreulich sind die Schritte im Kanton Aargau für ein nächtliches Alkoholverkaufsverbot in Anlehnung an die Regelung in der Waadt. Eine Praxisänderung soll es hingegen in Chur geben. Der Churer Gemeinderat möchte kein nächtliches Alkoholverbot mehr.

### Alkoholmarketing zielt auf eine junge Kundschaft

Dass viele Menschen in jungen Jahren anfangen zu trinken, hat auch mit dem Alkoholmarketing zu tun, wie ein internationales Expertengremium feststellt. Aus diesem Grund sollten Regierungen mehr gesetzliche Regelungen schaffen, so die Autoren, um die für Jugendliche attraktiven Werbebotschaften zu begrenzen.

Alkoholindustrie nutzt digitale Plattformen, um junge Menschen zu erreichen.

Gemäss einem Bericht der WHO zur Alkoholwerbung passt sich in allen Teilen der Europäischen Region die Werbung schneller neuen Gegebenheiten an als die jeweilige Gesetzgebung. So nutzt die Industrie digitale Plattformen gezielt zu Marketingzwecken. Die WHO zeigt, wie die Konsumierenden mit Online-Werbung zum Trinken animiert und zu Akteuren der Werbung werden. Sie ruft die Mitgliedstaaten dazu auf, Online-Werbung in bestehende Regulierungsrahmen einzubinden.

Ein Bericht des Health Evidence Networks (HEN) befasst sich mit der Kennzeichnung von alkoholischen Getränken in vielen Ländern der Europäischen Region der WHO. Die Kennzeichnung mit Gesundheitsinformationen, Inhalts- sowie Nährwertangaben, eine von der WHO empfohlene Praxis, ist in vielen Ländern, darunter die Schweiz, nicht vorgeschrieben. Als positives Beispiel wird Frankreich genannt, wo ein Gesetz eingeführt wurde, das die verbindliche Kennzeichnung aller alkoholischen Getränke mit einer Warnung vor dem Konsum während der Schwangerschaft vorsieht. Die Behörden betteten die Vorschrift in eine weiter gefasste Strategie zur Schärfung des Bewusstseins für die durch Alkoholkonsum während der Schwangerschaft verursachten gesundheitlichen Schäden ein.

## 3. Unsere Forderungen

Alkohol: 2.8 Milliarden Franken  
volkswirtschaftliche Kosten;  
Todesursache Nummer eins bei  
jungen Menschen.

Alkoholmissbrauch verursacht in der Schweiz jährlich geschätzte volkswirtschaftliche Kosten von rund 2.8 Milliarden Franken; dies entspricht 335 Franken pro Kopf. Alkohol ist jedes Jahr für 3 Mio. Todesfälle weltweit verantwortlich, von denen ein Drittel auf die Europäische Region der WHO entfällt. Alkohol ist die Todesursache Nummer eins bei jungen Menschen. Er ist ein führender Risikofaktor für nichtübertragbare Krankheiten wie Krebs und Herzleiden und trägt zu psychischen Gesundheitsproblemen, Unfällen und Gewaltakten bei. Darüber hinaus schwächt ein hoher Konsum das Immunsystem und die Abwehr von Infektionskrankheiten und er erhöht das Risiko für das akute Atemnotsyndrom, eine der schwersten Komplikationen von COVID-19.

### Vorbeugen und rechtzeitig handeln

Es gilt, Alkoholprobleme zu vermeiden, zu vermindern und frühzeitig zu erkennen.

#### → Attraktivität und Zugang zu Produkten einschränken

Strukturelle Massnahmen müssen die Attraktivität und den Zugang zu den Produkten einschränken. Dazu zählen Einschränkungen des Marketings für Alkohol (Stichworte Sponsoring und Werbung im Internet und via Social Media), ein Mindestpreis gegen Billigalkohol sowie ein Nachtverkaufsverbot. Mit Alkohol versetzte Mineralwasser, sog. Hard Seltzer, sind in den USA ein Trendgetränk, das auch hierzulande eingeführt wird. Sucht Schweiz warnt vor dem Marketing, welches diese Getränke gerade für eine jüngere Klientel als gesündere Alternative zu anderen Alkoholika erscheinen lässt.

#### → Problemkonsum früh erkennen

Ansätze zur Früherkennung und Frühintervention müssen dringend weiterentwickelt werden. So sollten Fachleute im medizinisch-sozialen Bereich besser sensibilisiert und befähigt werden, um Gefährdungen zu erkennen und Kurzinterventionen durchzuführen.

Ein Eckpfeiler der Sensibilisierung auf nationaler Ebene ist die Aktionswoche für Kinder suchtkranker Eltern, die im März 2021 zum dritten Mal stattfindet. Da diese Kinder ein höheres Risiko haben, im Laufe ihres Lebens Alkoholprobleme oder eine Abhängigkeit zu entwickeln, brauchen sie besondere Aufmerksamkeit und angemessene Unterstützung.

#### → Gefährdete Gruppen besser erreichen

Präventionsbotschaften, auch solche zu einem risikoarmen Konsum, müssten bekannter sein und die Menschen besser erreichen, insbesondere Jüngere und schwangere Frauen. Ein Hinweis auf die Risiken (Sterblichkeit und Krankheit) sollte auf den Getränke-Verpackungen ins Auge gefasst werden. Und die Empfehlung für Schwangere, auf Alkohol zu verzichten, müsste durch ein Piktogramm nach französischem Vorbild sichtbar sein.

#### → Hilfe bekannter machen

Wenn Betroffene und Angehörige Angebote kennen, suchen sie eher Hilfe.

## TABAK



### Der Konsum bleibt hoch – aber das Parlament will keinen griffigen Jugendschutz

In den 10er-Jahren ist die Raucherquote in der Schweiz wegen fehlender politischer Massnahmen nicht mehr gesunken, hingegen kamen ständig neue Nikotinprodukte hinzu – die auch bei Jugendlichen sehr beliebt sind. Trotz der beunruhigenden Situation und dem sich schnell wandelnden Markt sind seit 2018 keine neuen epidemiologischen Daten mehr vorhanden und es werden bis mindestens 2023 keine weiteren mehr veröffentlicht.

Während des Lockdowns hat ein Teil der Rauchenden versucht, mit dem Rauchen aufzuhören, gewisse haben es auch geschafft. Der Effekt verpuffte aber zum Teil kurz danach. Ein erheblicher Teil der täglich Rauchenden hat den Konsum während und nach dem Lockdown aber verstärkt.

Trotzdem interessiert sich das Parlament weiterhin kaum für die jährlich 9 500 Toten auf Grund des Rauchens. Als letztes Land Europas wehrt es sich mit Händen und Füssen gegen griffige Massnahmen zum Schutz der Jugendlichen.

*Redaktion: Markus Meury; Hervé Kuendig*

# 1. Aktuelle Situation



19% der Schweizer  
Bevölkerung raucht täglich



5.6% 3.6%

der 15-jährigen  
rauchen täglich

Die letzten verfügbaren Daten [der Schweizerischen Gesundheitsbefragung](#) aus dem Jahr 2017 zeigten, dass noch immer gut ein Viertel der Schweizer Bevölkerung raucht, rund 19 % raucht täglich. Die (erst im 2020 veröffentlichten) [Detailzahlen](#) zu den gerauchten Produkten zeigen, dass das Shisha-Rauchen stark zugenommen hat. In den letzten Jahren kamen zu den klassischen Tabakprodukten auch Verdampfer und erhitzte Tabakprodukte dazu. Die hier vorliegenden Daten sind in einem sich schnell wandelnden Markt bereits wieder veraltet. Neue Datenveröffentlichungen sind erst wieder im 2023/24 geplant.

Die Zahlen aus der Schülerstudie «[Health Behaviour in School-aged Children](#)» (HBSC) aus dem Jahr 2018 zeigen, dass unter den 15-jährigen SchülerInnen bereits fast 10 % der Buben und 7.7 % der Mädchen mindestens wöchentlich rauchten, 5.6 % der Buben und 3.6 % der Mädchen gar täglich.

Das Jugendalter ist entscheidend für den Einstieg in den Konsum von Nikotinprodukten, deshalb ist ein Blick auf die neuen Konsumtrends wichtig. Die Raucherquote ist zwar unter den 15-Jährigen zwischen 2014 und 2018 leicht zurückgegangen. Gleichzeitig haben (noch vor der Markteinführung von Juul in der Schweiz, siehe weiter unten) über 50 % der 15-jährigen Buben und 33 % der gleichaltrigen Mädchen bereits einmal eine E-Zigarette ausprobiert. Zudem haben in den letzten 30 Tagen vor der Befragung rund 14 % der 15-jährigen Buben Shisha geraucht und 6 % Snus konsumiert.

## Covid 19: Mehr Stress bedeutet oft auch mehr Tabakkonsum

Im Rahmen der Corona-Krise hat Sucht Schweiz, basierend auf internationalen Erfahrungswerten in Krisensituationen [Hypothesen](#) zur Evolution der Raucherquote und des Rauchverhaltens der Bevölkerung veröffentlicht. Mit einer [Untersuchung](#) der Rauchgewohnheiten während und nach dem nationalen Lockdown konnten einerseits die Zunahme der Rauchstoppversuche und andererseits die Zunahme des Tabakkonsums von Personen, die durch die Krise besonders belastet wurden, bestätigt werden:

Tatsächlich unternahmen über 17 % der Rauchenden während des Lockdowns einen Rauchstoppversuch, und 4.6 % der Rauchenden hörten wirklich auf. Doch fast die Hälfte von Letzteren fing danach wieder an, vor allem die Gelegenheitsrauchenden. Es zeigte sich auch, dass eine Polarisierung des Konsums stattfand: Unter den täglich Rauchenden gaben gut 15 % an, während und nach dem Lockdown den Konsum erhöht zu haben, während gut 8 % den Konsum reduzierten. Unter den Gelegenheitsrauchenden haben hingegen in beiden Zeiträumen mehr Menschen den Konsum reduziert.

Männer und Rauchende, deren soziale Beziehungen sich während des Lockdowns zu Hause (und bei den täglich Rauchenden auch auswärts) verbesserten, zeigten eher eine positive Entwicklung bezüglich der Rauchreduktion. Umgekehrt hatten

17 % der Rauchenden haben  
während des Lockdowns einen  
Rauchstoppversuch unternommen

Unter den täglich Rauchenden  
gaben gut 15 % an, während  
und nach dem Lockdown den  
Konsum erhöht zu haben

Mehr Stress bedeutet oft auch mehr Tabakkonsum

vor allem junge Rauchende sowie Menschen, deren psychische Gesundheit oder deren Beziehungen sich während des Lockdowns verschlechterten, und auch Menschen, die sich um ihre Arbeitsstelle sorgten ein grösseres Risiko, mehr zu rauchen. Mehr Stress bedeutet also oft auch mehr Tabakkonsum.

Motiviert zu weiterer Rauchreduktion wurden vor allem Menschen, die sich bewusst wurden, dass sie als Rauchende ein grösseres Risiko für einen schwereren Covid-Verlauf hatten.

## Markt: Kampf um Kundschaft

Die Anzahl in der Schweiz verkaufter industrieller Zigaretten stieg von 8.9 Milliarden Stück im 2019 auf 9.3 Milliarden Stück im 2020, was wohl mindestens zum Teil vom wegfallenden Einkaufstourismus herrührt. Weiter hat die Einfuhr von Tabak für Zigaretten zum selber drehen zwischen 2014 und 2019 um rund 22 % zugenommen.

Im Bereich der Tabakprodukte zum Erhitzen scheint langsam eine Marktberreinigung stattzufinden: Nurmehr Philip Morris vertreibt entsprechende Produkte in der Schweiz, die anderen Hersteller (Japan Tobacco und BAT) nicht mehr. Letztere setzen nun auf E-Zigaretten und Snus.

Auch bei den rauchlosen Tabakprodukten hat sich der Markt verändert: Im Sommer 2019 hat das Bundesgericht entschieden, dass Snus auch innerhalb der Schweiz legal verkauft werden darf. Darauf sind mehrere Produzenten mit aggressivem Marketing neu im Schweizer Markt eingestiegen. Genaue Verkaufszahlen sind aber nicht erhältlich. Es ist einzig bekannt, dass die Einfuhr von Kau-, Rollen- und Schnupftabak aus Schweden zwischen 2016 und 2019 um 150 % gestiegen ist. Nach den Detailzahlen von 2018 wird Snus kaum zum Rauchausstieg genutzt.

Die Einfuhr von Kau-, Rollen- und Schnupftabak aus Schweden ist zwischen 2016 und 2019 um 150 % gestiegen

Auch bei den E-Zigaretten sind keine Marktzahlen erhältlich. Es ist aber davon auszugehen, dass die Verkaufszahlen nach der Freigabe des inländischen Verkaufs von nikotinhaltigen E-Liquids durch das Bundesverwaltungsgericht im 2018 gestiegen sind. Die Freigabe hat auch zum Einstieg von Juul und Japan Tobacco im Schweizer E-Zigarettenmarkt geführt. Die Diskussion um die Juul-Epidemie unter Jugendlichen in den USA hat in der Folge zu einer « Selbstbeschränkung » des Verkaufs von nikotinhaltigen E-Zigaretten an nur über 18-Jährige durch die grössten Vertreiber geführt, was aber von kleineren Vertreibern nicht mitgetragen wird. Seit dem 1. Januar 2021 verkauft das Unternehmen sein Produkt Juul nicht mehr in der Schweiz.

## Kosten von 3.9 resp. 6.2 Milliarden Franken pro Jahr

Eine Studie hat neue Zahlen zu den volkswirtschaftlichen Kosten des Rauchens im Jahr 2017 vorgelegt: Alleine das Rauchen (ohne Konsum von anderen Tabakprodukten und Passivrauch) führt jährlich in der Schweiz zu volkswirtschaftlichen Kosten von 3.9 Milliarden Franken. Davon betragen die Kosten für das Gesundheitswesen über 3 Milliarden Franken, die Produktionsverluste für die Wirtschaft 833 Millionen Franken. Wenn der Produktionswert der verlorenen Lebensjahre dazugerechnet wird steigen die gesamten volkswirtschaftlichen Kosten auf 6.2 Milliarden Franken.

**CHF 3.9 Mrd.**

volkswirtschaftlichen  
Kosten des Rauchens



## 2. Politik

Die Schweiz ist Klassenletzter und dennoch macht das Parlament kaum vorwärts – am Gängelband der Konzerne?

Die Bevölkerung hat genug von Tabakwerbung

Die Kantone werden geknebelt

Passivrauch ist nicht Passivrauch

Abgabealters 18, aber kein Engagement zur Durchsetzung

Im Jahr 2019 ist die Schweiz gemäss der Tobacco Control Scale bei der Regulierung der Tabakprodukte im Vergleich der europäischen Länder auf den zweitletzten Platz abgerutscht. Und da das letztplatzierte Deutschland inzwischen neue Werbeverbote eingeführt hat, ist die Schweiz nun gar das Schlusslicht Europas.

Laut der Erhebung «Lifestyle und Gesundheit» waren im Jahr 2018 64 % der Bevölkerung für ein generelles Werbeverbot für Tabakprodukte (nur 20 % sprachen sich dagegen aus), und 63 % für ein Sponsoringverbot (21 % dagegen). Eine Befragung der Lungenliga im vergangenen September zeigte ähnliche Resultate.

Trotzdem konnten sich die eidgenössischen Räte bisher nicht zu griffigen Massnahmen gegen die Rauchepest durchringen. Nachdem sich der Ständerat im September 2019 (unter Druck der eingereichten Initiative «Zum Schutz der Kinder und Jugendlichen vor Tabakwerbung») zu Einschränkungen der Werbung in Printmedien und im Internet durchgerungen hatte, hat der Nationalrat im Dezember 2020 diese beiden Werbemöglichkeiten wieder weitgehend erlaubt, dafür die Kino- und Plakatwerbung verboten. Dazu wurden gleich noch die Kantone geknebelt: Obwohl sie die Hauptlast an den tabakbedingten Schäden tragen müssen, sollen sie keine weitergehenden Beschränkungen erlassen dürfen. Einige Kantone müssten nun gar wieder Tabakwerbung auf Festivals zulassen!

Gleichzeitig war zunächst vorgesehen, Tabakerhitzer und E-Zigaretten dem Passivrauchgesetz zu unterstellen. Doch auch hier hat sich die Tabakindustrie im Nationalrat durchgesetzt: Neu soll deren Gebrauch in speziell gekennzeichneten Zonen zugelassen werden. Zudem ist auch die Promotion von Tabakerhitzern und E-Zigaretten weiterhin erlaubt.

Einzig die Fixierung des Abgabealters von 18 Jahren ist unbestritten, allerdings ist dem Parlament dessen Durchsetzung weniger wichtig. Denn gemäss dem Nationalrat soll die Hauptverantwortung für die illegale Abgabe weiterhin auf dem Verkaufspersonal und nicht auf dem Unternehmen lasten, obwohl das Personal unter grossem Druck steht.

Noch ist die parlamentarische Debatte zum neuen Gesetz nicht abgeschlossen, doch der aktuelle Stand ist für die Prävention völlig ungenügend. Zudem könnte die Schweiz damit (als letztes Land Europas) noch nicht einmal die Rahmenkonvention der WHO zur Eindämmung des Tabakgebrauchs ratifizieren. Die Gesundheitskommission des Ständerates hat nun aber entschieden, dass sie an den ursprünglichen, weitergehenden Einschränkungen des Ständerates festhalten will.

Immer mehr Kantone (TG, BL, BS, GE, SO, FR, VS, NE) führen inzwischen auch für E-Zigaretten eine Alterslimite von 18 Jahren ein oder diskutieren entsprechende Gesetze (BE, ZH, SG, AI).



## 3. Unsere Forderungen

Die nachweislich effektivsten und kosteneffizientesten Massnahmen zur Senkung der Raucherquote sind schon länger bekannt: Diese sogenannte « **Best Buys** » der WHO umfassen in erster Linie Preiserhöhungen, neutrale Zigarettenpackungen und ein umfassendes Verbot von Werbung und Promotion. Doch das Bundesparlament ist unter starkem Einfluss der Tabakindustrie und blockiert deshalb wirksame Massnahmen, wie in der aktuellen Diskussion um Werbeverbote.

### → Nur umfassende Werbeverbote schützen die Jugend

Die Initiative « Kinder ohne Tabak », die von Sucht Schweiz mitgetragen wird, verlangt ein Verbot aller Werbung, die auch die Jugend erreicht. Mit halbherzigen Einschränkungen wird die Jugend weiterhin Zielscheibe sein, auch wenn nur mit-gemeint... Denn die Tabakindustrie ist darauf angewiesen, die 9 500 Toten Kunden pro Jahr mit jungen Menschen zu ersetzen. Da nach 21 Jahren kaum mehr jemand mit dem Rauchen oder generell mit dem Nikotinkonsum beginnt muss sich das ganze Marketing auf möglichst junge Menschen konzentrieren. Die im Moment beratenen Werbeverbote sind für einen wirklichen Schutz also völlig ungenügend. Das Volk wird wahrscheinlich über die Initiative befinden.

### → Die Tabakindustrie darf die Gesetzgebung nicht beeinflussen

Das Rahmenübereinkommen der WHO zur Eindämmung des Tabakgebrauchs besagt, dass die Tabak-Gesetzgebung vor Einflussnahme der Tabakindustrie geschützt werden muss. In der Schweiz ist das Gegenteil der Fall: Hinter den Kulissen wehrt sich die Tabaklobby mit Händen und Füßen gegen Einschränkungen der Attraktivität der Zigaretten. Und in der Öffentlichkeit bringt sie sich in grossen Medienkampagnen mit alternativen Produkten als Gesundheitsförderer ein. Doch in Wirklichkeit geht es der Industrie nur darum, ihre Milliardengewinne zu sichern, indem die Konsumenten in der Nikotinabhängigkeit gefangen gehalten werden. Die Tabaklobby darf die Gesetzgebung nicht weiter korrumpieren.

### → Rauchausstieg fördern

Es darf auch bezweifelt werden, ob der Rauchausstieg genügend gefördert wird: Haben wir genügend einfach zugängliche und ausgebildete Rauchstoppfachleute und -Zentren? So sollten auch die erwiesenermassen hilfreichen Nikotinersatzprodukte von den Krankenkassen bezahlt werden. Doch in der Schweiz haben die Produzenten offenbar gar kein Interesse an einer Aufnahme dieser Produkte in die Spezialitätenliste, denn damit könnten sie nicht mehr alleine die Preise bestimmen und Werbung machen.

Grossbritannien könnte bei der Förderung des Rauchstopps ein Vorbild sein. Gerade die Corona-Pandemie stellt in dieser Hinsicht eine Gelegenheit dar, die ergriffen werden sollte, denn für gewisse Raucher ist die Bedrohung durch das Virus ein Ansporn zum Ausstieg.

### → Es braucht dringend neue epidemiologische Daten

Damit sinnvolle Massnahmen ergriffen werden können braucht es nun aber aktuelle Daten zur Epidemiologie und zur Motivation von Rauchenden. Das Fehlen von aktuellen Daten ist für die Prävention in einem sich schnell verändernden Markt schwerwiegend.

## ILLEGALE DROGEN



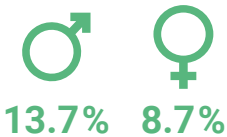
### Ein Markt, der keine Krise kennt

Beim Konsum von illegalen Drogen gab es in letzter Zeit wenig Bewegung, aber es wurden Besorgnis erregende Entwicklungen beobachtet, so die Verwendung von synthetischen Cannabinoiden, um Cannabis-Konsumierende zu täuschen. Der Drogenmarkt hat sich ansonsten schnell mit den Einschränkungen im Zuge der Pandemie zurechtgefunden. Politisch bleibt die Legalisierung und Regulierung von Cannabis national und auch international das zentrale Thema. Dagegen wird eine andere wichtige Reform, die Entkriminalisierung des Drogenkonsums in der Schweiz kaum diskutiert, obschon Portugal hier seit 20 Jahren Vorbild ist.

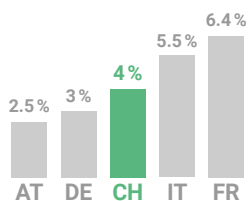
*Redaktion: Frank Zobel*

# 1. Aktuelle Situation

**Cannabis: Die meistkonsumierte illegale Droge unter Jugendlichen und Erwachsenen**



15-Jährige, die im letzten Monat Cannabis konsumiert haben



Cannabiskonsum der 15- bis 64-Jährigen in den letzten 30 Tagen

**Kokain und Ecstasy: Wachsende Zahl an Konsumierenden?**

Die meisten Daten zum Konsum illegaler Drogen sind schon ein paar Jahre alt, doch weisen jüngere Erhebungen darauf hin, dass es hier zu keinen wesentlichen Veränderungen gekommen ist.

Rund jeder vierte 15-jährige Schüler (27.2 %) und jede sechste gleichaltrige Schülerin (17.3 %) gaben im Jahr 2018 an, schon einmal Cannabis konsumiert zu haben. Damit folgt die Prävalenz seit rund 15 Jahren einem sinkenden Trend. Dagegen bleibt der Anteil der 15-jährigen Schüler/innen, die im letzten Monat Cannabis konsumiert haben, im internationalen Vergleich auf hohem Niveau stabil (13.7 % der Jungen, 8.7 % der Mädchen).

Von der Gesamtbevölkerung geben 4 Prozent der 15- bis 64-Jährigen an, in den letzten 30 Tagen Cannabis konsumiert zu haben (5.7 % der Männer, 2.2 % der Frauen). Damit liegt die Prävalenz höher als in Österreich (2.5 %) und Deutschland (3 %), aber tiefer als in Italien (5.5 %) und Frankreich (6.4 %).

Im Jahr 2017 gaben 0.9 Prozent der 15- bis 64-Jährigen an, im letzten Jahr Kokain konsumiert zu haben. Bei Ecstasy (MDMA) waren es 0.7 Prozent, also etwa zehn Mal weniger als bei Cannabis (7.7 %). Bei allen illegalen Substanzen ist der Anteil der Konsumierenden unter den Männern und den Jugendlichen grösser. Die Datenlage legt überdies nahe, dass die Zahl der Konsumierenden in den letzten Jahren zugenommen hat.

Im Rahmen einer Abwasserstudie, die 2019 in 70 europäischen Städten durchgeführt wurde, liegen alle fünf schweizerischen Standorte beim Kokainverbrauch pro Kopf in den « Top 20 »: St. Gallen (Rang 3), Zürich (4), Basel (6), Genf (9) und Bern (18). Bei den übrigen Stimulanzien gelangten lediglich Zürich bei Ecstasy (7) und Methamphetamin (8), sowie Basel bei Methamphetamin (11) auf die vorderen Plätze.

Diese Studie wies für die Schweizer Städte einen starken Anstieg beim Konsum von Kokain (2015–2017) und Ecstasy (2015–2018) nach. Diese Entwicklung hing teilweise mit der grösseren Reinheit des Kokains und der grösseren Menge MDMA in den Ecstasy-Pillen zusammen, die auf dem inländischen Markt im Umlauf waren.

**Heroin: Stabile Lage, wenige Erstkonsumierende, doch Wachsamkeit bleibt angezeigt**

Der Heroinkonsum verursacht hierzulande immer noch einen grossen Teil der Drogenprobleme. In der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2017 antworteten 0.9 Prozent der 15- bis 64-Jährigen, dass sie schon einmal Heroin konsumiert haben. Dieser Wert ist seit Anfang der 2000er Jahre konstant. Auch die Entwicklung der übrigen Indikatoren (Behandlungsnachfragen, Verzeigungen, Preis) legt nahe, dass die Situation eher stabil und die Zahl der Erstkonsumierenden gering ist. Die neusten Daten zu den drogenbedingten Todesfällen zeigen jedoch für das Jahr 2018 einen Anstieg der Fälle um 20%, was seit mehr als zwei Jahrzehnten nicht mehr vorkam. Die 45- bis 54-Jährigen sind die am stärksten betroffene Altersgruppe.

### Synthetische Cannabinoide auf dem Schwarzmarkt täuschen Konsumierende

## Drogenmarkt: Achtung synthetische Cannabinoide!

Im Jahr 2020 wurde der letzte Studienbericht über den Waadtländer Drogenmarkt publiziert. Diese Studie zum Cannabismarkt hat insbesondere ergeben, dass auf dem Schwarzmarkt (legales) CBD-Cannabis als illegales Cannabis verkauft wird. In Zürich wurde 2019 erstmals CBD-Cannabis beschlagnahmt, das mit synthetischen Cannabinoiden vermischt war. Seither haben diese Fälle zugenommen und ähnliche Produkte wurden auch in anderen Regionen sichergestellt. Sie werden als illegales (THC) Cannabis verkauft, und die Käuferinnen und Käufer wissen nicht, dass sie viel gesundheitsschädlichere Produkte konsumieren als herkömmliches Cannabis.

## Corona-Krise: Bislang wenig Auswirkungen

Illegale Drogen, mit Ausnahme eines Teils beim Cannabis, legen Tausende von Kilometern zurück, bevor sie in der Schweiz konsumiert werden. Die Pandemie und die Schutzmassnahmen (geschlossene Grenzen und Gastronomiebetriebe, reduzierte Mobilität, Versammlungsverbot, Polizeipräsenz im öffentlichen Raum usw.) hatten das Potenzial, die Versorgungsketten zu stören und Nachschubprobleme zu verursachen.

### Regional Cannabis-Engpässe

Eine Allianz von Westschweizer Organisationen führte im Frühling 2020 eine Studienserie durch, um die Auswirkungen der Pandemie und des Lockdowns auf den Drogenmarkt und die am stärksten marginalisierten Konsumierenden zu erheben. Diese Studien haben ergeben, dass der Betäubungsmittelmarkt die neuen Einschränkungen relativ problemlos umgehen konnte. Mit Ausnahme einzelner Regionen mit gewissen Engpässen beim Cannabis, waren die Drogen ohne wesentliche Preis- und Qualitätsveränderungen erhältlich. Dasselbe gilt in vielen Fällen auch auf europäischer und globaler Ebene.

Auch das Konsumverhalten änderte sich während des nationalen Lockdowns nicht grundlegend. Dies geht aus Studien in der Schweiz unter Freizeitdrogenkonsumierenden und unter Menschen in Substitutionsbehandlung hervor. Auch die Abwasseranalysen weisen auf eine stabilere Lage hin, als anzunehmen war.

### Innovative Lösungen beim Zugang zu Hilfsangeboten

Wegen der coronabedingten Hygiene- und Distanzmassnahmen waren die Angebote im Bereich Behandlung und Schadensminderung weniger gut zugänglich. Aus diesem Grund wurden innovative Lösungen gesucht und vielfach umgesetzt, um mit den Drogenkonsumierenden in Kontakt zu bleiben. Es war auch möglich, bei der Behandlung mit ärztlich verschriebenem Heroin gewisse Einschränkungen zu lockern.

## 2. Politik

### Pilotversuche in der Schweiz

Das Parlament hat eine Revision des Betäubungsmittelgesetzes (BetmG) verabschiedet und somit die Durchführung von Pilotversuchen zur Abgabe von Cannabis in Städten erlaubt. An diesen Pilotversuchen dürfen nur Erwachsene teilnehmen und die Versuche werden mit einer äusserst detaillierten Verordnung geregelt. Zahlreiche Städte haben ihr Interesse angemeldet, solche Projekte durchzuführen: Basel, Bern, Biel, Genf, Lausanne, Luzern, St. Gallen, Thun, Winterthur und Zürich. Diese sollten im Jahr 2022 beginnen. Ausserdem wurde eine parlamentarische Initiative eingereicht, die bezweckt – noch vor dem Vorliegen von Resultaten aus den Pilotversuchen – Cannabis zu legalisieren und zu regulieren. Eine ähnliche Initiative war 2018 vom Parlament abgelehnt worden. Hingegen hat sich der Nationalrat deutlich für eine Vereinfachung bei der ärztlichen Verschreibung von Medikamenten mit Cannabinoiden ausgesprochen.

### Legalisierung im Ausland

Auch im Ausland ist Cannabis ein Thema. Die Bevölkerung von Neuseeland hat in einer Volksabstimmung die Legalisierung von Cannabis für Volljährige abgelehnt, während im November 2020 vier weitere Staaten – Arizona, Süddakota, Montana und New Jersey – dafür gestimmt haben. Damit lebt heute ein Drittel der US-amerikanischen Bevölkerung (rund 110 Mio. Menschen) in einem der 15 Gliedstaaten, in denen Cannabis legalisiert ist. Dazu kommen Kanada und Uruguay, wo Cannabis im gesamten Land legal ist. Die Regulierungsmodelle in den Ländern und Regionen mit legalisiertem Cannabis sind recht unterschiedlich. Mit Israel, Mexiko und Luxemburg werden in weiteren Ländern neue Modelle entwickelt, die möglicherweise schon bald verabschiedet werden.

### Blockade in der UNO

Die Vereinten Nationen (UNO) machten sich daran, den rechtlichen Status von Cannabis zu revidieren, das seit einem halben Jahrhundert als eine der gefährlichsten Drogen ohne jegliches therapeutisches Potenzial eingestuft ist. Mit einer kleinen Mehrheit hat die UNO nun anerkannt, dass Cannabis von medizinischem Interesse ist. Zugleich beharrt sie aber darauf, Cannabis als gleich gefährlich einzustufen wie Heroin und Kokain. Eine Gruppe von Staaten unter der Leitung von Russland und Ländern wie China, Japan sowie zahlreichen afrikanischen und arabischen Ländern widersetzt sich jeglicher Änderung des rechtlichen Status von Cannabis, obschon dieser den aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und den gesellschaftlichen Entwicklungen nicht mehr entspricht.

### 3. Unsere Forderungen

Es war vor gut 20 Jahren: Die Schweiz und Portugal lancierten Reformen, um die Kriminalisierung des Drogenkonsums zu beenden, Menschen mit problematischem Konsum zu helfen statt sie zu bestrafen und solche mit unproblematischem Konsum zu informieren statt zu sanktionieren. In Portugal wurde diese Reform durchgeführt: Seit 20 Jahren werden Drogenkonsumierende bei Polizeikontrollen gerichtlich nicht verfolgt oder gebüsst, sondern zu einem Gespräch mit einer Gesundheitsfachperson eingeladen. Dieser Ansatz hat sich bewährt und steht weder national noch international in der Kritik. In der Schweiz wurde die Reform 2004 abgelehnt. Seither wurden nur Ordnungsbussen für Cannabis-Konsumierende eingeführt, eine schlecht aufgegleiste Reform, die uneinheitlich umgesetzt wird und auch weiterhin auf Sanktionen setzt.

#### → Kriminalisierung des Drogenkonsums beenden

Während die Debatte in anderen Teilen der Welt wieder aufflammt (USA, Kanada, Neuseeland), sollte sich auch die Schweiz wieder dafür interessieren und sich fragen, wie nützlich und sinnvoll es ist, Jahr für Jahr Zehntausende Bürgerinnen und Bürger wegen Drogenkonsums zu bestrafen statt ihnen zu helfen. Im Grunde sollte es nicht schwierig sein, dem Vorreiter Portugal nachzueifern.

#### → Neugewichtung der öffentlichen Ausgaben im Drogenbereich

Eine kürzlich erschienene Studie über die suchtbedingten Kosten in der Schweiz zeigt, dass jährlich 467 Millionen Franken für die Durchsetzung des Betäubungsmittelgesetzes ausgegeben werden. Dieser Betrag liegt deutlich über den drogenbedingten Gesundheitskosten, die 274 Millionen betragen (ohne Spitalkosten). Diese Schätzungen sollten zwar mit Vorsicht genossen werden, doch wirft dieser grosse Unterschied doch Fragen auf, wie stark die vier Säulen der nationalen Drogenpolitik gewichtet werden. Dies gilt besonders für die Säulen « Prävention » und « Schadensminderung », die in dieser Studie nicht berücksichtigt wurden und oft über finanzielle Ressourcen verfügen, die im Vergleich zu den Kosten für die Repression und die Behandlung lächerlich erscheinen. Eine frühere Studie war zum Schluss gekommen, dass Prävention, Forschung und Schadensminderung zusammen nur etwa 9 Prozent der drogenbedingten öffentlichen Ausgaben ausmachen.

#### → Gegen das Vergessen

2020 wurde geprägt von der Erstaufführung von zwei Filmen über die Drogensituation in der Schweiz der 1980er und 1990er Jahre: der Spielfilm Platzspitzbaby und der Dokumentarfilm Suotschêl blau. Überdies veröffentlichte ein Zürcher Arzt, der in derselben Zeit vorbildliche Arbeit geleistet hat, eine Autobiografie, die in bewegender Weise die Begegnungen und Fragestellungen ausführt, die seinen Einsatz geprägt haben. Damit liegen drei Beiträge gegen das Vergessen vor, damit uns diese Zeit, die uns vieles über die Drogenproblematik gelehrt hat, weiterhin vor Augen bleibt.

Dem Vorreiter Portugal  
nacheifern: Drogenkonsum  
entkriminalisieren

Zu wenig Geld für Prävention  
und Schadensminderung

## PSYCHOAKTIVE MEDIKAMENTE\*



### Neue Aufmerksamkeit auf dem Mischkonsum von Jugendlichen

Der Medikamenten-Mischkonsum forderte in den letzten rund drei Jahren mehrere Dutzend Todesfälle von jungen Menschen. Über die Hintergründe besteht wenig Wissen, zusätzliche Forschung ist dringend nötig. Bekannt ist einzig, dass der Medikamentenkonsum unter den Buben in den letzten 15 Jahren zugenommen hat.

Die Zahlen der Lieferungen und der Verkäufe von starken opioidhaltigen Schmerzmitteln steigen weiterhin an. Verbreitete Suchtprobleme sind nicht bekannt, es fehlen auch hier die Daten. Die Entwicklung muss engmaschiger als bisher verfolgt werden.

Es existieren keine aktuellen Daten zur Auswirkung der Corona-Pandemie auf den Medikamentenkonsum. Möglich ist, dass die allgemeine Verunsicherung zu einem Mehrkonsum geführt hat. Umso mehr wäre jetzt ein besseres und zeitnahes Monitoring nötig.

*Redaktion: Markus Meury*

---

\* Zu den psychoaktiven Medikamenten mit Abhängigkeitspotenzial gehören opioidhaltige Schmerz- oder Hustenmittel, Schlaf- und Beruhigungsmittel oder Stimulanzen.



# 1. Aktuelle Situation

Medikamenten-Mischkonsum in der Jugend wirft Fragen auf. In den letzten drei Jahren sind in der Schweiz mehrere Dutzend Todesfälle von Jugendlichen oder jungen Erwachsenen bekannt geworden, die auf Mischkonsum von Medikamenten mit anderen Substanzen zurückzuführen waren. Laut Jugendstaatsanwaltschaft sind alleine im Kanton Baselland einige weitere Jugendliche nur knapp dem Tod entkommen.

~4.3%

der 15-jährigen haben  
mindestens einmal  
Medikamente genommen,  
um psychoaktive Effekte  
zu erleben

Laut der Studie Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) haben im Jahr 2018 4.5 % der 15-jährigen Buben und 4.1 % der gleichaltrigen Mädchen mindestens einmal im Leben Medikamente genommen, um psychoaktive Effekte zu erleben, was bei den Buben eine klare Steigerung im Vergleich zum Jahr 2006 bedeutet. Im Vergleich zu den Mädchen haben die Buben seit 2010 aufgeholt. Um welche Medikamente es sich dabei handelt, ist aufgrund der Fragestellung nicht bekannt, es kann aber davon ausgegangen werden, dass es sich auch um Beruhigungsmittel (wie Xanax), opioidhaltige Schmerzmittel oder Hustensirupe mit Codein oder Dextromorphan handelt. Der Europäische Espad-Bericht zum Konsum unter den 15- bis 16-jährigen Jugendlichen zeigt einen leicht höheren, aber über die Zeit stabilen Konsum von entsprechenden Medikamenten in den umliegenden Ländern.

Hustensirupe beispielsweise werden schon seit einigen Jahren zur Herstellung des sogenannten « Purple Drank » (Mix aus Limonade und entsprechendem Hustensirup sowie manchmal Alkohol) gebraucht, der in der internationalen Hiphop-Szene besungen wird. Wegen des verbreiteten Missbrauchs hat die Zulassungsbehörde Swissmedic diese Hustenpräparate auf Anfang 2019 neu in die Abgabekategorie B heraufgestuft, womit die Abgabe weiterhin ohne Rezept, aber neu erst nach einem Beratungsgespräch des Apothekers/der Apothekerin und einer Dokumentation der Abgabe erfolgen soll. Dagegen sind immer noch Beschwerden vieler Produzenten hängig, und solange bleiben die Präparate in der Kategorie D (Abgabe in Apotheken und Drogerien, ohne Dokumentationspflicht).

Auch Benzodiazepine und opioidhaltige Schmerzmittel werden in der Hiphopszene besungen. Es kann davon ausgegangen werden, dass musikalische Vorbilder einen Einfluss auf Konsummuster von Jugendlichen haben. Wie gross dieser Einfluss ist, kann zur Zeit allerdings nicht abgeschätzt werden.

Opioidanalgetika: stetiges, aber abgebremstes Wachstum

Die Schweizerische Gesundheitsbefragung von 2017 zeigt, dass der allgemeine Schmerzmittelkonsum (in den letzten 7 Tagen vor der Befragung) zwischen 2002 und 2012 stark angestiegen ist, danach bis 2017 aber praktisch gleich blieb.

Eine Studie hat die Kundendaten von Helsana zwischen 2006 und 2013 ausgewertet und gezeigt, dass sich die Verschreibung von starken opioidhaltigen Schmerzmitteln im ambulanten Bereich in dieser Zeit mehr als verdoppelt hat.



Im Jahr 2013 haben 2.8 % der Versicherten solche Medikamente bezogen. In der Nachfolgestudie wurde festgestellt, dass die Anzahl der Bezüge von starken Opioiden (ohne Heroinsubstitution) zwischen 2013 und 2018 um weitere 42 % zugenommen hat. Der grösste Anteil der Opioidbezüge war für eine akute Behandlungsdauer (80 % < 90 Tage). Akute Verschreibungen wurden vor allem bei schwachen Opioiden beobachtet. Wurden starke Opioide verschrieben, nahm der Anteil der chronischen (> 90 Tage) Verwendung zu. Laut der Studie ist die Zunahme zum Teil darauf zurückzuführen, dass sich die akzeptierte Indikation für die Verschreibung solcher Präparate in medizinischen Kreisen gewandelt hat. Inwiefern dieser Anstieg auch zu einer Zunahme der Abhängigkeiten geführt hat ist unbekannt. Seit 2016 gibt es keine neuen Daten. Die Entwicklung muss engmaschiger als bisher verfolgt werden.

Die Zahlen von Swissmedic zu den opioidhaltigen Schmerzmitteln zeigen eine Steigerung der Lieferungen gewisser Produkte an die Ärzteschaft, Apotheken und Spitäler zwischen 2010 bis 2019. Parallel dazu weisen die Umsatzzahlen laut Branchenverband Interpharma zwischen 2014 und 2019 eine Steigerung von rund 18 % bei den Opioidanalgetika aus.

Eine unkontrollierte Verbreitung von opioidhaltigen Medikamenten wie in den USA ist in der Schweiz im Moment nicht auszumachen. Die fatale Entwicklung in den USA wurde durch die sehr breite und unkontrollierte Verschreibung und Bewerbung dieser Schmerzmittel ab den 1990er-Jahren ausgelöst, was zu einer grossen Zahl von Abhängigen und Todesfällen führte. Laut einer amerikanischen Studie wurden 8 bis 12 % der Einnehmenden davon abhängig.

### Schlaf- und Beruhigungsmittel: Hohes Niveau, aber guter Trend

In der Umfrage Lifestyle und Gesundheit vom Jahr 2018 gaben 2.1 % der Befragten einen chronischen Konsum von Schlaf- und Beruhigungsmitteln an (fast täglich in den letzten 3 Monaten). Eine fast tägliche Einnahme von solchen Medikamenten über mehrere Monate gilt als problematisch.

In der Schweizerischen Gesundheitsbefragung vom Jahr 2017 gaben 4.7 % der Befragten an, in den letzten sieben Tagen Schlafmittel eingenommen zu haben; in der Befragung im Jahr 2012 waren dies noch 5.3 %. Ein Trend zum Rückgang scheint in Gang gekommen zu sein.

Denn auch die Zahlen des Verbands Interpharma verweisen in den letzten Jahren auf leicht sinkende Verkäufe. Die neue Studie mit den Helsana-Daten zeigt bei Benzodiazepinen und ähnlichen Medikamenten ebenfalls einen Rückgang zwischen 2013 und 2018, und zwar um 9 % der Bezüge resp. 17 % bei den Behandlungstagen.

Der Konsum ist trotz sinkender Tendenz noch sehr hoch: Laut direkten Angaben von Helsana haben im Jahr 2017 rund 350'000 Menschen mindestens drei Packungen Benzodiazepine oder ähnlicher Medikamente bezogen und gelten damit als Langzeitbezüger.

**350'000**  
Langzeitbezüger von  
Schlafmitteln

## 2. Politik

Kein Problembewusstsein in der Politik – die Prävention wird alleine gelassen

Auf politischer Ebene sind aktuell trotz den teilweise hohen Raten an problematischem Benzodiazepin-Konsum und steigendem Konsum von opioidhaltigen Schmerzmitteln praktisch keine Aktivitäten festzustellen. Nach Erstellung der Auslegeordnung zum problematischen Gebrauch von psychoaktiven Medikamenten des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) hat der Bundesrat gar wissen lassen, dass er in diesem Bereich kaum Probleme sieht und dass er die vorhandenen Daten als ausreichend ansieht, obwohl nur alle paar Jahre einzelne Daten erhoben werden. Auch bezüglich dem Medikamenten-Mischkonsum der Jugendlichen sind kaum politische Aktivitäten feststellbar.

Die Prävention wird also weitgehend einzelnen Fachstellen oder NGOs sowie den Kantonen überlassen. So haben beispielsweise der Verbund der Stellen für Suchtprävention des Kantons Zürich sowie Infodrog (in Zusammenarbeit mit Sucht Schweiz und dem Zürcher Verbund) Factsheets herausgegeben. Punktuell haben Kantone Präventionsprogramme entwickelt (z.B. in Spitälern oder Schulen), oder es springen private Organisationen in die Bresche, wie z.B. die Arud mit der neuen Kampagne zu Medikamentensucht.

## 3. Unsere Forderungen

Die aktuelle Lagebeurteilung des Bundesrates ignoriert die Zunahme bei den starken opioidhaltigen Schmerzmitteln und die Aktualität beim Medikamenten-Mischkonsum von Jugendlichen, was in naher Zukunft noch grössere Probleme verursachen kann. Das jetzt dringend nötige engmaschige Monitoringsystem fehlt gänzlich.

### → Medikamenten-Mischkonsum: Hinsehen und handeln

Zum Medikamenten-Mischkonsum unter Jugendlichen ist relativ wenig bekannt. Es braucht dringend Forschung, denn Motive und hauptsächlich konsumierte Substanzen sind unerforscht – ebenso wenig, ob und wenn ja mit was und wieso Medikamente gemischt mit anderen Substanzen eingenommen werden und ob es bestimmte Merkmale bei Jugendlichen gibt, welche Medikamente konsumieren. Solches Wissen ist nötig, um zielgerichtete und adäquate Präventionsmassnahmen umsetzen zu können.

Weiter müssten codein- und dextromorphanhaltige Hustensirupe angesichts des verbreiteten Missbrauchs unter Rezeptpflicht gestellt werden, ungeachtet der Rekurse einzelner Hersteller gegen eine minimale Verstärkung der Kontrolle. Offenbar genügt es nicht, diese Sirupe nur an Personen ab 18 Jahren zu verkaufen, denn Letztere kaufen sie heute bisweilen für jüngere Kollegen.

### → Opioidanalgetika: Den Konsum im Auge behalten

Die Kontrollen bei der Verschreibung von opioidbasierten Schmerzmitteln scheinen sich in der Schweiz noch zu bewähren. Allerdings braucht es jetzt zeitnahe epidemiologische Untersuchungen zur Abhängigkeit von opioidhaltigen Schmerzmitteln, um rechtzeitige Interventionen zu ermöglichen. Um ein «Ärztelisting» in verschiedene Kantone oder Notfallstellen zu vermeiden, bräuchte es eine verbesserte Koordination zwischen den Kantonen und entsprechende Kontrollsysteme wie ein nationales Verschreibungs- und Abgaberegister, wie ein Bericht des BAG anregt. So kommt es häufig vor, dass Personen, die aufgrund von Schmerzen mit Opioiden behandelt werden, diese auch nach der Therapie weiter einnehmen, da sie auch stimmungsaufhellend wirken. Hier braucht es andere Lösungen. Im Rahmen der ambulanten Nachsorge nach Spitalaustritten müsste die Schmerzmittel-Dosierung engmaschig überwacht und die Opioidverschreibung schneller durch Alternativtherapien ersetzt werden.

### → Benzodiazepine: mehr Risikobewusstsein nötig

Eine physische Abhängigkeit kann sich entwickeln, wenn benzodiazepinartige Schlaf- oder Beruhigungsmittel täglich über vier bis acht Wochen eingenommen werden. Für ältere Menschen bergen diese Arzneimittel grössere Risiken. Verwirrtheit, Stürze oder Pseudodemenz zählen zu den Folgen. Die sinkenden Verkaufszahlen solcher Medikamente zeigen eine gewisse Sensibilisierung, die aber auf Grund des noch immer hohen Konsums fortgesetzt werden muss. Es wäre wünschenswert, wenn die Arbeit koordiniert geleistet werden könnte.

Nationales Verschreibungs-  
und Abgaberegister

## GELDSPIEL



### Die Gesundheitskrise gibt dem problematischen Online-Geldspiel Auftrieb

Anfang 2019 trat das neue Geldspielgesetz in Kraft, das Casinos ermöglicht, ihre Spiele auch online anzubieten. Mit mehr Online-Angeboten nahmen die Spielsperren bereits im Jahr 2019 zu. Das von der COVID-19-Pandemie belastete Jahr 2020 brachte dann ideale Voraussetzungen für den Markt der Online-Geldspiele, wobei Geld- und Videospiele oft kaum mehr auseinandergehalten werden können.

Sorgen und Belastungen im Zuge der Gesundheitskrise können das problematische Spiel fördern. Schon vor Corona hatte fast jede zehnte Person, die online um Geld spielt, deswegen Probleme. Im Zuge der Pandemie werden mehr Menschen mit Werbung zum Spiel verleitet und sie riskieren, die Kontrolle zu verlieren. Darunter leiden immer auch nahestehende Personen. Unterstützung für Betroffene und Angehörige gibt es online – aber nicht nur.

*Redaktion: Monique Portner-Helfer; Luca Notari*

# 1. Aktuelle Situation

## 192'000

Personen zeigen  
ein exzessives  
Spielverhalten

Die jüngsten Daten zum Geldspielverhalten stammen aus der alle fünf Jahre durchgeführten Schweizerischen Gesundheitsbefragung von 2017. Damals zeigten gut 3.0% der Schweizer Bevölkerung (etwa 192'000 Personen) ein exzessives Spielverhalten (risikoreiches oder pathologisches Spiel). Rund ein Drittel hat niemals im Leben gespielt und nahezu zwei Drittel betreiben ein risikoarmes Spiel.

### Lotterien und Sportwetten sind sehr beliebt

Eine Studie von Sucht Schweiz und der Groupement Romand d'Etudes des Addictions (GREA) wirft ein Schlaglicht auf die Online-Geldspiele und die Spielenden kurz vor der Öffnung des Geldspielmarktes. Seit Inkrafttreten des neuen Geldspielgesetzes im Jahr 2019 dürfen Schweizer Casinos Geldspiele auch im Internet anbieten. Um künftig die Auswirkungen auf das Spielverhalten messen zu können, liess das Westschweizer Programm zur Bekämpfung der Spielsucht (PILDJ) eine Bestandsaufnahme der Spielgewohnheiten kurz vor der Liberalisierung durchführen. Ein paar Eckdaten:

- Die überwiegende Mehrheit der Online-Spielenden frönte Lotterien, Sportwetten, und/oder kaufte Rubbellose. Poker und andere Formen des Geldspiels waren in der Minderheit.
- Fast zehn Prozent der Online-Spielenden berichteten von mittelschweren bis schweren Problemen mit diesen Geldspielen. 18- bis 29-Jährige sind überdurchschnittlich betroffen.
- Spielende mit mittlerem Risiko und problematisch Spielende stehen für knapp die Hälfte der Einnahmen aus Online-Geldspielen.
- 60% der Online-Spielenden haben in letzten 12 Monaten nicht an Offline-Spielen teilgenommen. Die Personengruppen, die offline und online spielen, überschneiden sich also nur zu einem kleinen Teil.

### Spielsperren nahmen jüngst zu

Ende 2019 waren 61 452 Spielende ausgeschlossen, wie die Statistik der Eidgenössischen Spielbankenkommission (ESBK) ausweist. Damit nahm die Zahl der Spielsperren gegenüber 2018 um 4278 zu. Dieser Anstieg ist grösser als in den Zeiten davor, was mit der Eröffnung von vier Online-Casinos in der zweiten Hälfte 2019 in Zusammenhang steht. Die jüngst von der Föderation der Suchtfachleute publizierten Richtlinien erlauben nun eine schweizweite Angleichung des Aufhebungsprozesses von Casino-Sperren. Damit gibt es eine gemeinsame Grundlage für eine faktenbasierte Beurteilung der gesperrten Personen.

Der Bruttospielertrag aus Lotterien und Sportwetten (Grossspiele) belief sich im Jahr 2019 auf 998.6 Mio. Franken. Die Schweizer Casinos weisen einen Bruttospielertrag in der Höhe von 742.5 Mio. Franken aus – dies entspricht einer Steigerung um nahezu 40 Mio. Fr. im Vergleich zum Vorjahr.



Mehr als 1741 Millionen  
Franken Geldverluste der  
SpielerInnen

## Geld- und Glücksspiel während der COVID-19-Pandemie

Gemäss neueren internationalen Studien lassen sich folgende Erkenntnisse zu COVID-19 und verändertem Glücksspielverhalten ableiten: Geldspiele sind im Zuge der Lockdowns vermehrt online verfügbar und es gibt neue (Online-) Angebote. Dieser Markt wächst. So berichten in Kanada einige Anbieter von einem Wachstum von 77 % gegenüber dem gleichen Zeitraum im Vorjahr.

Durch die neuen Angebote verändern sich auch die Gewohnheiten der Spielenden, wie z.B. in Grossbritannien. Einerseits gibt es mehr Personen (ein Drittel der Spielenden), welche während des Lockdowns das erste Mal ein Online-Angebot nutzten, andererseits haben Online-Spielende begonnen, neue Spiele zu testen; sie spielen länger und geben mehr Geld aus. Spiele mit einem schnellen Spielrhythmus wie Automatenspiele sowie eSport und Online-Poker wurden verhältnismässig häufiger gespielt.

## Werbung für Schweizer Online-Casinos plötzlich überall

An Schweizer Bahnhöfen, im Internet, im TV und in personalisierten Newslettern fordern Anbieter zum Geldspiel auf. Das Werbevolumen für Glücksspiele erfuhr eine massive Zunahme allein im April 2020, mehr als die Hälfte betraf Online-Casinos. Die Werbeoffensive sowie die Mussestunden daheim dürften etliche Personen auch hierzulande dazu bewegt haben, Geldspiele auszuprobieren. Dazu kommen Spielende, die zuvor eigentlich nur in terrestrischen Casinos spielten.

Online zu spielen ist  
besonders riskant

Diese Entwicklung ist aus Präventionssicht Besorgnis erregend, zumal Online-Geldspiele besonders problematisch sind: die Möglichkeit, gleichzeitig auf mehreren Plattformen zu spielen, die schnelle Spielabfolge, der permanente Zugang zum Geldspiel, keine soziale Kontrolle und der fehlende Bezug zum realen Geld zählen zu den Besonderheiten. Mehrere Studien bestätigen, dass wer online um Geld spielt, mehr Risiken eingeht und Probleme entwickelt.

Belastungen verstärken  
das problematische Spiel

Die psychologischen Auswirkungen der Corona-Krise könnten das problematische Spiel akzentuieren. Der Zusammenhang zwischen belastenden Ereignissen und problematischem Spiel wurde in Studien hervorgehoben. Die Pandemie sowie die wirtschaftlichen und sozialen Auswirkungen haben das Zeug, dass manche Personen die Kontrolle über das Online-Geldspiel verlieren.

## 2. Politik

### Mehr als ein halbes Dutzend Online-Angebote von Schweizer Casinos

Das am 1. Januar 2019 in Kraft getretene Geldspielgesetz gibt den 21 Spielbanken in der Schweiz die Möglichkeit, ihre Spiele auch online anzubieten. Sie benötigen dafür eine Konzessionserweiterung, die vom Bundesrat erteilt wird, sowie eine Bewilligung der Eidgenössischen Spielbankenkommission (ESBK) für die einzelnen Spiele. Eine Liste der Online-Spielbanken findet sich bei der ESBK. Das Geldspielgesetz sieht vor, dass der Zugang zu online durchgeführten Geldspielen gesperrt werden muss, wenn die Spielangebote in der Schweiz nicht bewilligt sind. Die ESBK prüft daher nicht bewilligte Online-Geldspielangebote. Sie veröffentlicht und aktualisiert dazu auf ihrer Webseite eine Sperrliste.

Die Kantone hatten bis Ende 2020 Zeit, ihre Gesetzgebung an das neue Geldspielgesetz des Bundes anzupassen. Im Kanton Basel-Landschaft wurden dabei die Vorschriften für Geldspiele wieder gelockert. Mit dem neuen kantonalen Geldspielgesetz dürfen beispielsweise in öffentlichen Gastronomiebetrieben neu Geschicklichkeitsspielautomaten mit Geldgewinnen aufgestellt werden. Auch kleine Pokerturniere sind wieder erlaubt.

### Im Parlament tauchen Fragen zur Rechtslage auf

Derweil tauchen im eidgenössischen Parlament Fragen zur Rechtslage auf: Nationalrätin Laurence Fehlmann Rielle (SP) erkundigt sich in einer Interpellation von Ende Oktober 2020 nach der Umsetzung des Geldspielgesetzes in Anbetracht der aggressiven Werbung und verlangt nach Korrekturen.

Nationalrätin Sophie Michaud Gigon (Grüne) hat in der vergangenen Sommersession eine Interpellation eingereicht, die Fragen zur Umsetzung des Geldspielgesetzes in Bezug auf den Spielerschutz aufwirft.

Die Motion von Samuel Bendahan (SP) zum Missbrauch von geldspielähnlichen Mikrotransaktionen in Videospiele, im Juni 2018 eingereicht, wurde abgeschrieben, da sie innert zwei Jahren nicht abschliessend im Rat behandelt wurde.

## 3. Unsere Forderungen

Wer exzessiv um Geld spielt, belastet 10 weitere Personen.

Geldspielautomaten, Pokerpartien, Sportwetten, Casinospiele oder Lotteriespiele haben auch in der Schweiz zahlreiche Menschen – mehr Männer als Frauen – im Griff. Nicht selten steuern von Spielsucht betroffene Personen sich selbst und ihre Familien in den finanziellen Ruin. Dass Geldsorgen nebst emotionalen Problemen und solchen in der Beziehung sehr häufig vorkommen, davon zeugen auch die Beratungsanfragen, die via die Onlineplattform von [www.sos-spielsucht.ch](http://www.sos-spielsucht.ch) erfolgen. Betroffene verlieren den Bezug zur Realität und verleugnen ihr Problem. Bei jedem exzessiven Geldspielenden sind ca. 10 weitere Personen aus dem näheren Umfeld mitbelastet. Das Onlinespielen birgt neue Gefahren, da jederzeit und überall um Geld gespielt werden kann.

Die Spielsperrmöglichkeit und die Sozialkonzepte reichen nicht aus. Mit der Öffnung des Schweizer Geldspielmarktes für Online-Casinospiele und auf dem Hintergrund der COVID-19-Pandemie braucht es aus Präventionssicht mehr begleitende Massnahmen für den Spielerschutz:

### → Ein wirksames Player-Tracking einführen

Dazu zählen die Nachverfolgung von personalisiertem Spielverhalten, die Limitierung von Geldeinsatz und Spielzeit oder landesweit gültige personalisierte Spielerkarten, welche ein Monitoring und eine bessere Identifikation von Problemspielenden – auch im Lotterie- und Wettbereich – ermöglichen. Aktuell werden Spielende, die Lotteriespiele spielen, obwohl sie gesperrt sind, erst bei einem grösseren Gewinn identifiziert und nicht, wenn sie spielen.

### → Mehr Sensibilisierung über die Risiken

Die Sensibilisierung der Allgemeinbevölkerung und der Glücksspiel-Betroffenen ist wichtig, damit eine Unterstützung eher erfolgt und mehr Betroffene Hilfe suchen. In diesem Sinne erfolgte im Herbst 2020 die neue Geldspielkampagne von Spielen ohne Sucht.

### → Gezielte Information für Jugendliche

Sorgen bereiten Fachleuten die Vermischung von Geld- und Videospiele: Während einige Geldspiele wie Videospiele daherkommen, animieren eigentlich kostenlose Videospiele (Free-to-Play) die (oft Minderjährigen) dazu, Geld für bessere Gewinnchancen oder die neuste Ausrüstung für ihre Avatare auszugeben. Spielende, insbesondere Kinder und Jugendliche, müssten verstärkt über Mikrotransaktionen aufgeklärt werden.

### → Kooperation von grenznahen Casinos

... im Rahmen von Spielsperren. Studien haben gezeigt, dass in der Schweiz gesperrte Spieler und Spielerinnen oft im grenznahen Ausland weiterspielen.



## DIGITALE WELT



### Pandemie birgt Risiken, aber auch Chancen

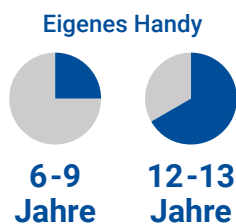
Nebst Cybermobbing oder Gewaltdarstellungen zählt der Kontrollverlust zu den Risiken in der digitalen Welt. Zwischen 1 und 4 % der Bevölkerung ab 15 Jahren verlieren die Kontrolle über ihre Online-Aktivitäten. Von der Corona-Pandemie sind sowohl Chancen als auch Risiken zu erwarten: Der digitale Graben zwischen Alt und Jung dürfte kleiner werden. Gleichzeitig riskieren jene einen Kontrollverlust, die Alltagssorgen oder emotionalen Stress zu regulieren versuchen. Kinder und Jugendliche sollten bei ihrer Mediennutzung begleitet werden.

*Redaktion: Monique Portner-Helfer; Marina Delgrande Jordan*

# 1. Aktuelle Situation

Im Jahr 2019, d.h. vor der COVID-19-Pandemie, nutzten **89 %** der Bevölkerung ab 14 Jahren das Internet mehrmals pro Woche. Dabei bestehen deutliche Unterschiede zwischen den Altersgruppen: 97-99 % unter den 14- bis 49-Jährigen; 93 % unter den 50- bis 59-Jährigen; 79 % unter den 60- bis 69-Jährigen und 53 % unter den 70-Jährigen und älter.

29% der 4- bis 6-Jährigen spielen mehrmals pro Woche oder täglich Games.



Ein Blick auf die jüngeren Altersgruppen zeigt, wie Bildschirme und Internet in ihrem Alltag allgegenwärtig sind. Beispielsweise schauen 70 % der 4- bis 6-Jährigen täglich oder mehrmals pro Woche fern und 29 % spielen mehrmals pro Woche oder täglich Games ([ADELE+ 2018](#)). Rund ein Viertel der 6- bis 9-Jährigen besitzt ein eigenes Handy, bei den 12-/13-Jährigen sind es rund zwei Drittel. 64 % der 6- bis 13-Jährigen nutzen das Internet mindestens einmal pro Woche ([MIKE 2019](#)). Ausserdem tauschen sich mehr als die Hälfte der 11- bis 15-Jährigen mehrmals pro Tag oder fast durchgehend online aus ([HBSC 2018](#)). Nahezu alle jungen Menschen zwischen 16 und 19 Jahren nutzen soziale Netzwerke täglich oder mehrmals pro Woche (bei den 18- bis 19-Jährigen sind es 97 %). Und 26 % der 16- bis 17-Jährigen und 22 % der 18- bis 19-Jährigen spielen täglich oder mehrmals pro Woche Videogames ([JAMES 2020](#)). Sie nutzen hauptsächlich ihre Mobiltelefone, um auf Nachrichten und soziale Netzwerke zuzugreifen oder um im Internet zu surfen und Musik zu hören. Die Zeit, die Jugendliche am Handy verbringen, hat insbesondere am Wochenende nochmals stark zugenommen. Die Dauer der Internetnutzung nahm hingegen leicht ab. Die James-Studie wurde online kurz nach dem nationalen Lockdown im Frühling 2020 durchgeführt.

## Kontrollverlust ist eines der Risiken

Eine kürzlich veröffentlichte [Literaturübersicht](#)<sup>1</sup> verdeutlicht, dass abgesehen von zahlreichen Vorteilen (z.B. soziale Kontakte, Arbeit, Aus- und Fortbildung, Unterhaltung) Bildschirme und das Internet unter bestimmten Anwendungsbedingungen auch Risiken für die physische und psychische Gesundheit bergen. Zusätzlich zu negativen Medienerfahrungen wie Cybermobbing und (unbeabsichtigte) Exposition gegenüber Gewaltdarstellungen, ist der Kontrollverlust ein Risiko.

Bislang liegt für Verhaltensweisen, die oft eine « problematische Internetnutzung » genannt werden, keine allgemein anerkannte Definition oder Diagnose vor. In [Fachkreisen](#) besteht mittlerweile aber ein Konsens, dass die Anwendungen und nicht das Medium selbst einen Kontrollverlust auslösen. Zu den Inhalten, die heute als besonders gefährdend betrachtet werden, weil sie das Belohnungszentrum im Gehirn ansprechen, zählen u.a. Geldspiele (dazu mehr im Modul Geldspiel) sowie Games (insb. MMORPG und Spiele mit « Lootbox » oder anderen Mikrotransaktionen<sup>2</sup>), soziale Medien, virtuelle Beziehungen, Online-Shopping und Online-Pornografie. Bisherige [Erkenntnisse](#) deuten darauf hin, dass sog. Free-to-Play-Spiele zu erheblichen, unkontrollierten Geldausgaben (Mikrotransaktionen) oder grossem Zeitaufwand führen können.

Hier sind UserInnen besonders gefährdet, die Kontrolle zu verlieren:  
Geldspiele / Games / soziale Medien / virtuelle Beziehungen / Online-Shopping / Online-Pornografie

<sup>1</sup> Waller, G. & Meidert, U. (2020). Digitale Medien: Chancen und Risiken für die Gesundheit. In Schweizerisches Gesundheitsobservatorium (Hrsg.) (2020). *Gesundheit in der Schweiz – Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene*. Bern: Hogrefe Verlag, Seite 210-243.

<sup>2</sup> MMORPG steht für Massively Multiplayer Online Role-Playing Game, ein Computer-Rollenspiel mit zahlreichen Spielenden. Eine Lootbox steht für einen virtuellen Behälter in einem Computerspiel. Er enthält Dinge, die z.B. mit Echtgeld gekauft werden können, um einen im Spiel weiter zu bringen.

**1-4%**

Anteil der Personen  
mit problematischer  
Internetnutzung

Einzig die Video- und Onlinespiel-Störung sowie die (Online-)Geldspiel-Störung (« Gaming disorder »/« Gambling disorder ») sind international definierte Krankheitsbilder (ICD-11).

In der Schweiz wurde der Anteil der Personen ab 15 Jahren mit problematischer Internetnutzung vor der Covid-19-Pandemie ungeachtet der jeweiligen Aktivitäten auf 1 bis 4 Prozent geschätzt. Eine problematische Nutzung zeichnet sich unter anderem durch einen Kontrollverlust und die Weiternutzung trotz schädlicher Folgen aus. Am stärksten betroffen waren die 15- bis 24-Jährigen (Suchtmonitoring 2015 / SGB 2017); es ist auch diese Altersgruppe, welche das Internet generell am intensivsten nutzt.

Etwa vier Prozent der im Rahmen der HBSC-Studie 2018 befragten 11- bis 15-Jährigen weisen eine problematische Nutzung sozialer Netzwerke auf. Dazu zählt u.a. der vergebliche Versuch, weniger Zeit in sozialen Netzwerken zu verbringen und die häufige Nutzung, um vor negativen Gefühlen zu flüchten.

Studien für die Schweiz zeigen, dass Personen, die mehr Zeit vor einem Bildschirm bzw. online verbringen, mehr körperliche Symptome aufweisen (HBSC 2018, JAMES 2018). Ein Zusammenhang besteht auch zwischen der Nutzungszeit und Schlafproblemen (HBSC, ADELE+). Für psycho-affektive Symptome ist die Datenlage weniger konsistent. Eine Hypothese legt nahe, dass psychisch belastete Heranwachsende häufiger online sind.

## Frauen sind weit weniger in Behandlung

Das Monitoring-Netzwerk act-info zeigt, dass im Jahr 2019 in der Schweiz 0.9 % der in den teilnehmenden Einrichtungen der Suchtbehandlung aufgenommenen Personen hauptsächlich wegen problematischer Internetnutzung behandelt wurden. Mit 91 % sind mehrheitlich Männer in Behandlung. In Fachkreisen wird ebenfalls beobachtet, dass Mädchen und Frauen weiterhin selten im Versorgungssystem der Suchthilfe und -prävention behandelt werden. Bei betroffenen Frauen ist anzunehmen, dass sie sich eher wegen gleichzeitig auftretenden Erkrankungen in Behandlung begeben und Symptome der zusätzlich vorliegenden internetbezogenen Störungen unbehandelt bleiben. Auch werden bei Frauen die Probleme vom sozialen Umfeld weniger wahrgenommen.

## Auswirkungen der Corona-Pandemie

Die Corona-Krise und die sozialen und wirtschaftlichen Folgen begünstigen die Nutzungsmotive mit besonderem Gefährdungspotenzial. Dazu zählt die Flucht vor Alltagsorgen und emotionalem Stress. Eine kleine Minderheit riskiert, eine problematische Nutzung zu entwickeln. Besonders gefährdet sind jene, die schon zuvor Mühe hatten, ihren Konsum zu kontrollieren.

Dabei darf nicht vergessen gehen, dass das Internet im Zuge der Corona-Pandemie in Beruf, Ausbildung und Freizeit an Bedeutung zunahm. Dies dürfte zu einem Abbau des digitalen Grabens zwischen Alt und Jung führen. Wie der IGEM-digiMONITOR 2020 zeigt, kann von einem Digitalisierungsschub gesprochen werden. Danach werden Smartphones und Laptops in der Bevölkerung ab 15 Jahren viel mehr genutzt, wobei die Anstiege bei den über 55-Jährigen besonders deutlich sind.

Besonders gefährdet sind jene, die schon vor der Pandemie Mühe hatten, ihr Nutzungsverhalten zu kontrollieren.

Abbau des digitalen Grabens zwischen Alt und Jung zu erwarten.

<sup>1</sup> Bis heute gibt es keine international anerkannte Diagnose für Störungen im Zusammenhang mit der Nutzung sozialer Netzwerke.

## 2. Politik

### Jugendschutz bei Filmen und Games mangelhaft.

In Anlehnung an die EU hat der Bundesrat dem Parlament im letzten September ein neues Gesetz vorgelegt, das Minderjährige vor Medieninhalten in Filmen und Videospielen besser schützen soll. Dabei geht es insbesondere um Darstellungen von Gewalt, Sexualität und bedrohlichen Szenen.

Schweizweit sollen alle Kinos, Detailhändler, Online-Versandhändler und Abrufdienste zu Alterskennzeichnungen und -kontrollen verpflichtet werden. Auch sollen Eltern Inhalte melden können, die für Minderjährige nicht geeignet sind.

Die Motion von Nationalrat Niklaus-Samuel Gugger (EVP) vom letzten Mai, die unter-16-Jährige wirksam vor pornografischen Inhalten auf dem Internet schützen wollte, ist vom Bundesrat im August 2020 zur Ablehnung beantragt worden. Nebst der oft unbeabsichtigten Konfrontation mit nicht altersgerechten Inhalten ist die Pornografie wegen des Potenzials eines Kontrollverlusts eine der Online-Aktivitäten, welche Fachleute beschäftigt.

Die sozialen Netzwerke und journalistischen Onlinemedien scheinen in der Schweiz an Einfluss auf die Meinungsbildung zu gewinnen – wohl auch im Sinne einer Polarisierung (vgl. Medienmonitor Schweiz für das Jahr 2019, den das BAKOM Ende September 2020 publizierte). Da soziale Netzwerke und andere digitale Plattformen für das Produktemarketing eingesetzt werden, liegt hier auch eine Chance für die Prävention, diese Kanäle zur Sensibilisierung der öffentlichen Meinung – und letztlich im Hinblick auf das Verhalten – zu nutzen.

## 3. Unsere Forderungen

Gefordert sind die Menschen, um ihr eigenes Verhalten kritisch zu reflektieren oder sie sind in ihrer Rolle als Eltern, Lehrkraft oder als weitere Bezugsperson gefragt. Einmal mehr sind Kinder und Jugendliche, Personen mit wirtschaftlichen Sorgen (z.B. Arbeitslosigkeit), mit psychischen Problemen oder geringer sozialer Unterstützung besonders gefährdet. Familiäre Probleme (fehlende elterliche « Überwachung » etc.) stellen für Heranwachsende Risikofaktoren dar. Überdies besteht Regulierungsbedarf beim Jugendschutz.

Aus Präventionssicht sind folgende Aspekte besonders wichtig:

### → Förderung der Medienkompetenz

Die Entwicklung dieser Kompetenz umfasst nicht nur technisches Wissen, sondern auch soziale Fähigkeiten und ethische Überlegungen für einen verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Geräten und eine kritische Haltung zu Nutzen und Missbrauch. Medienkompetenz zählt heute zu den elementaren Fertigkeiten und sollte daher systematisch in Lehrplänen verankert sein.

Unterstützung gibt es auf diversen Ebenen (z.B. [Jugend und Medien](#) / [für Eltern](#)).

### → Digitaler Raum erfordert neue Kompetenzen bei Fachleuten

Digitale Medien bieten Chancen für die Suchtprävention, neue Strategien und Kanäle zu nutzen, um Jugendliche zu erreichen (vgl. [SuchtMagazin](#), 5/2020 / [Guide](#) pour les professionnels sur les usages des écrans).

Gleichzeitig muss es darum gehen, geschlechterspezifische Ansätze bei Prävention, Früherkennung und Frühintervention zu stärken. Fachleute empfehlen u.a. eine gendersensitive Kommunikation, um bei betroffenen Frauen und Mädchen frühzeitig ein Problembewusstsein zu fördern.

### → Gesellschaftlicher Diskurs über Chancen und Risiken

Es braucht die öffentliche Debatte über internetbezogene Risiken wie den Kontrollverlust, die Bedrohung der Privatsphäre, Gewalt, Mobbing etc. Werden Probleme benannt und diskutiert, wird auch die Hilfesuche erleichtert.

Gleichzeitig sind digitale Medien in vielen Bereichen unerlässlich und sie bieten Unterhaltung, Information und Kontaktmöglichkeiten.

### → Jugendschutz verbessern

Das neue Bundesgesetz über den Jugendschutz in den Bereichen Film und Videospiele würde die Gelegenheit bieten, die Prävention zu verankern und eine Steuer auf Verkäufen zu Präventionszwecken zu erheben. Zudem braucht es die politische Debatte darüber, wie Kaufsysteme in Videospiele (z.B. Mikrotransaktionen, « lootboxes ») reguliert werden müssten.

Wenn über Probleme (auch öffentlich) gesprochen wird, ist es einfacher, Hilfe zu holen.