

# Ernährungsgewohnheiten und Zigarettenkonsum bei Adoleszenten

R. Bruppacher, H. Erne  
Abteilung für Sozial- und Präventivmedizin, Universität Basel

Ungünstige Ernährungsgewohnheiten und Zigarettenkonsum sind Risikofaktoren, die in der Adoleszenz massgebend geformt werden. Wir haben sie deshalb im Rahmen der "Adoleszentenstudie Basel-Stadt" an einer Repräsentativauswahl des achten Schuljahres untersucht. Befragungsmethodik und Ergebnisse in bezug auf die einzelnen Faktoren wurden schon an anderer Stelle mitgeteilt (1, 2). Hier sollen Ernährungsgewohnheiten und Rauchen miteinander in Beziehung gesetzt werden.

## Ergebnisse

### Verhalten am Tisch im Urteil der Eltern

Wählerisches Verhalten am Tisch und Zigarettenkonsum zeigen bei Knaben eine Konkordanz, sowohl was Rauchen an sich wie auch tägliches Rauchen anbetrifft (Tabelle 1). Die Untergruppen sind aber zu klein, um Unterschiede statistisch zu sichern. Ähnliche und etwas deutlichere Verhältnisse ergeben sich bei den Mädchen.

In bezug auf die Nahrungsmenge im Urteil der Eltern konnte bei Knaben und Mädchen eine statistisch nicht gesicherte Tendenz in Richtung einer grösseren Anzahl Raucher sowohl bei "zuviel" als auch bei "zuwenig" essen festgestellt werden.

Tabelle 1: RAUCHEN UND WAHLERISCHES VERHALTEN AM TISCH

	Isst alles	Isst das meiste	eher wählerisch	sehr wählerisch
K N A B E N				
n	108	188	43	7
% Raucher	29	33	33	71
% tägliche Raucher	6	13	14	14
M A E D C H E N				
n	112	202	53	6
% Raucher	38	35	43	67
% tägliche Raucher	15	10	21	50

### Regelmässige Einnahme der Hauptmahlzeiten

In beiden Geschlechtern ist der Anteil von Rauchern und täglichen Rauchern in der Gruppe, die angibt, kein regelmässiges Frühstück einzunehmen, hochsignifikant höher (Tabelle 2).

Gleiche Verhältnisse ergeben sich, wenn die Probanden danach aufgeteilt werden, wieviele regelmässige Hauptmahlzeiten sie zu sich nehmen. Dagegen konnte kein Zusammenhang mit der Anzahl der Zwischenmahlzeiten gefunden werden.

Tabelle 2 : RAUCHEN UND REGELMAESSIGES FRUEHSTUECK

regelmässiges Frühstück	Knaben		Mädchen	
	ja	nein	ja	nein
n	262	90	240	147
% Raucher	28	44	31	51
% tägliche Raucher	8	20	9	24

### Konsum verschiedener Nahrungsmittelgruppen

Zwischen Zigarettenkonsum und der Häufigkeit der Einnahme von Fleisch, Fett und Milch, wie sie mittels "24 hour-recall" erhoben wurden, konnten keine signifikanten Zusammenhänge festgestellt werden. Der Anteil von täglichen Rauchern ist indessen in der Gruppe, die am Vortag keinen Fruchtekonsum angab, signifikant höher (Tabelle 3).

Tabelle 3 : RAUCHEN UND FRUECHTEKONSUM AM VORTAG

Fruchtekonsum am Vortag	Knaben		Mädchen	
	ja	nein	ja	nein
n	116	236	168	219
% Raucher	26	54	35	42
% tägliche Raucher	9	18	9	19

Ueberraschend ist die Beziehung zum quantitativen Milchkonsum (Tabelle 4). Mit zunehmender Anzahl der täglich konsumierten Tassen Milch steigt nämlich auch der Anteil der Raucher hochsignifikant an ( $p = 0.01$ ). Probanden, die angaben, nicht regelmässig Milch zu konsumieren, rauchen allerdings erheblich häufiger als Probanden, die 1 - 4 Tassen pro Tag zu sich nehmen.

Tabelle 4 : ZIGARETTENRAUCHEN UND QUANTITATIVER MILCHKONSUM

Tassen Milch pro Tag	Knaben				Mädchen			
	0	1-2	3-4	5+	0	1-2	3-4	5+
n	38	116	98	63	75	143	91	31
% Raucher	36	28	34	39	53	29	36	55
% tägliche Raucher	18	7	11	14	18	8	13	16

### Motivation des Zigarettenrauchens und Ernährungsverhalten

Es konnte keine logische Uebereinstimmung zwischen der Motivation des Zigarettenrauchens - z.B. "Rauchen um nicht dick zu werden" - oder -verzichts und den angegebenen Ernährungsgewohnheiten gefunden werden. Allerdings waren die dabei gebildeten Untergruppen recht klein.

### Diskussion und Schlussfolgerungen

Zwischen Ernährungsverhalten und Zigarettenkonsum bestehen schon in der Adoleszenz deutliche Beziehungen. Dabei korreliert im allgemeinen ein als ungünstig anerkanntes Ernährungsverhalten positiv mit der Häufigkeit des Zigarettenkonsums. Die gefundenen Zusammenhänge sollten eher als Folge einer gemeinsamen Ursache denn als Wechselwirkung zwischen diesen beiden Faktoren aufgefasst werden. Diese gemeinsame Ursache ist wohl in der Persönlichkeit des Adoleszenten und den sie bestimmenden Faktoren zu suchen. Bei Untersuchungen über die Auswirkungen des Zigarettenrauchens sollten begleitende Veränderungen der Ernährungsgewohnheiten mitberücksichtigt werden.

Résumé

Alimentation et habitude de fumer chez l'adolescent

On trouve plus souvent des adolescents ayant l'habitude de fumer parmi ceux qui s'alimentent mal, p.ex. petit déjeuner irrégulier, rarement des fruits et du lait. Cette relation est probablement due à une cause commune à rechercher dans la personnalité des adolescents et ses déterminants.

Summary

Eating habits and Cigarette Smoking in adolescents

Bad eating habits, e.g. no regular breakfast, rarer consumption of fruits and milk, are associated with higher frequency of cigarette smoking in adolescence. Probably this is due to a common factor most likely to be found in the personality of the adolescent and its determinants.

Literatur

- (1) BRUPPACHER R.: Zur Ernährungssituation der Adoleszenten, Erster Schweizerischer Ernährungsbericht. (Herausgeber G.Brubacher und G. Ritzel), Verlag Hans Huber, Bern, in Vorbereitung
- (2) ERNE H. und BRUPPACHER R.: Familiäre Faktoren und Zigarettenkonsum. Sozial- und Präventivmedizin Nr.5 / 1975

Die Adoleszentenstudie Basel-Stadt wurde als Projekt Nr. 4.1030.73 vom Schweizerischen Nationalfonds zur Förderung der wissenschaftlichen Forschung finanziert. Der Firma Hoffmann-La Roche, insbesondere den Herren Dr.R.Amrein und U.Ballmer danken wir für die grosszügige Unterstützung bei der Datenverarbeitung.

Adresse der Autoren

RUDOLF BRUPPACHER, HEINRICH ERNE, Abteilung für Sozial- und Präventivmedizin, Universität Basel, St.Alban-Vorstadt 19, CH 4052 Basel