



# **Webbasierte Tabakprävention: Evaluation vorhandener Angebote, allgemeiner Wirksamkeitsnachweis und Nutzeneinschätzung von Zielgruppen in der Schweiz**

Ausführlicher Schlussbericht

**Severin Haug**

Dr. phil., Dipl.-Psych., Forschungsleiter

**Andrea Dymalski**

Wissenschaftliche Mitarbeiterin

**Michael Schaub**

Dr. phil., Fachpsychologe für Psychotherapie FSP, Forschungsleiter

**Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung ISGF**

Konradstrasse 32, Postfach

8031 Zürich

Tel. +41 (0)44 448 11 74

[severin.haug@isgf.uzh.ch](mailto:severin.haug@isgf.uzh.ch)

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

Zürich, Juli 2011

**Finanziert durch den Tabakpräventionsfonds, Verfügung Nr. 10.003033**

**ISGF-Bericht Nr. 301**

# Inhaltsverzeichnis

<b>Zusammenfassung</b>	<b>2</b>
<b>1. Einleitung</b>	<b>3</b>
<b>2. Internationale Literaturübersicht zur Wirksamkeit webbasierter Programme zum Tabakrauchen</b>	<b>5</b>
2.1 Hintergrund	5
2.2 Methodik	6
2.3 Ergebnisse	8
2.4 Ergebnisdiskussion „Literaturübersicht“	25
<b>3. Internetrecherche und Kriterienrating nationaler webbasierter Programme zum Tabakrauchen im internationalen Vergleich</b>	<b>28</b>
3.1 Hintergrund	28
3.2 Internetrecherche	28
3.3 Erarbeitung von Kriterien zur Bewertung webbasierter Programme zum Tabakrauchen	35
3.4 Methodik des Kriterienratings	38
3.5 Ergebnisse des Kriterienratings	39
3.6 Ergebnisdiskussion „Internetrecherche und Kriterienrating“	47
<b>4. Bewertung nationaler webbasierter Programme zum Tabakrauchen durch Nutzer/innen</b>	<b>49</b>
4.1 Hintergrund	49
4.2 Zielgruppen der Kurzbefragung	49
4.3 Durchführung der Kurzbefragungen	51
4.4 Befragungsinstrumente	51
4.5 Stichprobenbeschreibung	52
4.6 Ergebnisse	57
4.7 Ergebnisdiskussion „Nutzer/innenbefragung“	81
<b>5. Integration der Ergebnisse und Empfehlungen für webbasierte Programme zum Tabakrauchen in der Schweiz</b>	<b>84</b>
<b>Literatur</b>	<b>88</b>
<b>Anhang</b>	<b>91</b>
Anhang 1: Websites resultierend aus der nationalen Recherche	92
Anhang 2: Websites resultierend aus der internationalen Recherche	101
Anhang 3: Deutsche Übersetzung der “Smoking Treatment Content Scale” (STS-C)	113
Anhang 4: Kategorisierte Freitextantworten der Nutzer/innenbefragung	117

## Zusammenfassung

**Hintergrund:** International und in der Schweiz stehen zunehmend webbasierte Programme zum Tabakrauchen zur Verfügung. Allerdings wurden diese für die Schweiz bisher nicht systematisch erfasst und hinsichtlich deren Qualität bewertet. Überdies ist unklar, inwiefern die Schweiz von internationalen Ergebnissen und Erfahrungen der webbasierten Tabakprävention profitieren könnte. **Methodik:** Zur Beantwortung dieser Fragestellungen wurden innerhalb des Projekts drei sich ergänzende Teilprojekte mit jeweils unterschiedlichen methodischen Zugängen durchgeführt: (1) eine internationale systematische Literaturübersicht zur Wirksamkeit webbasierter Programme zum Tabakrauchen; (2) eine Internetrecherche und ein Kriterienrating nationaler webbasierter Programme zum Tabakrauchen im internationalen Vergleich; (3) eine Bewertung nationaler webbasierter Programme zum Tabakrauchen durch Nutzer/innen. **Ergebnisse:** In die systematische internationale Literaturübersicht zur Wirksamkeit webbasierter Programme zum Tabakrauchen wurden 16 Studien eingeschlossen. 14 Studien überprüften Programme zur Förderung des Rauchausstiegs, 2 Studien überprüften kombinierte Programme zur Förderung des Ausstiegs und zur Verhinderung des Einstiegs bei Jugendlichen. Wirksamkeitsstudien zu Internetprogrammen zum Schutz vor Passivrauch liegen bislang keine vor. Zur Förderung des Rauchausstiegs bei aufhörbereiten Rauchern liegen international bereits wirksame Programme vor, allerdings wurde keines dieser Programme im deutschsprachigen Raum oder der Schweiz überprüft. Die empirische Evidenz zu Internetprogrammen zur Verhinderung des Raucheinstiegs ist bislang sehr gering. Über die nationale Internetrecherche konnten insgesamt 9 Schweizerische Internetprogramme zum Tabakrauchen identifiziert werden. Alle Websites ermöglichten Hilfe beim Rauchausstieg, 4 Websites boten zusätzlich interaktive Inhalte zur Verhinderung des Einstiegs. Interaktive Angebote zum Schutz vor Passivrauch konnten in der Schweiz keine identifiziert werden. Auch italienischsprachige Programme zur Verhinderung des Raucheinstiegs und zum Rauchausstieg bei Jugendlichen liegen bislang keine vor. Hinsichtlich der mittels Kriterienrating durch Fachspezialisten ermittelten inhaltlichen Vollständigkeit waren die schweizerischen Websites im internationalen Vergleich ähnlich gut, hinsichtlich der Benutzerfreundlichkeit sogar besser. Inhaltlich besteht bei einigen schweizerischen Websites insbesondere darin noch Ergänzungsbedarf, dass diese (1) klar und deutlich jeder rauchenden Person raten, damit aufzuhören, (2) soziale Unterstützung anbieten, (3) proaktive Follow-up-Kontakte ermöglichen und (4) die Motivation durch die Betonung von Belohnung fördern. Die dargestellte Information war bei den schweizerischen Websites nahezu vollständig korrekt und die ethischen Richtlinien für Online-Angebote wurden überwiegend eingehalten. Die Kurzbefragungen potentieller Nutzer/innen der nationalen webbasierten Angebote zeigten, dass deren Inhalte überwiegend gut verständlich und diese auch einfach zu benutzen sind. Verbesserungspotential besteht insbesondere noch in der Motivierung von Raucher/innen, das Rauchen aufzugeben und in der ansprechenden und übersichtlichen Gestaltung einzelner Websites. **Schlussfolgerungen:** Insbesondere die Wirksamkeit webbasierter Programme zur Förderung des Rauchausstiegs bei aufhörbereiten Rauchern konnte in internationalen Studien nachgewiesen werden. Für die national verfügbaren Programme besteht ein Bedarf an Wirksamkeitsstudien. Hinsichtlich inhaltlicher Vollständigkeit und Benutzerfreundlichkeit ist die Qualität der schweizerischen Websites im internationalen Vergleich gut, dennoch zeigen die Ergebnisse dieses Projekts für einzelne Websites noch erhebliches Verbesserungspotential.

Schlüsselwörter: Tabak, Rauchen, Internet

## 1. Einleitung

In Ländern mit hohem Einkommen stellt der Tabakkonsum das grösste verhaltensbezogene Gesundheitsrisiko dar und geht mit den meisten vermeidbaren Todesfällen einher (World Health Organization, 2009). Allein in der Schweiz geht man jährlich von ca. 10.000 tabakbedingten Todesfällen aus (Bundesamt für Statistik, 2009), in Deutschland sind dies etwa 115.000 (John & Hanke, 2002; Neubauer et al., 2006). In der Schweiz raucht derzeit ein gutes Viertel (27%) der 14- bis 65-Jährigen und die Hälfte (51%) der Rauchenden hat die Absicht das Rauchen aufzugeben (Keller, Radtke, Krebs, & Hornung, 2010).

Obwohl effektive Interventionen, wie z.B. persönliche Beratung oder Gruppenprogramme, zur Rauchentwöhnung bestehen (Lancaster, Stead, Silagy, & Sowden, 2000) nimmt nur ein geringer Teil der Rauchenden diese in Anspruch. Interventionen, die einen grossen Anteil der Bevölkerung erreichen, wie z.B. Selbsthilfebroschüren, sind dagegen nur wenig wirksam (Lancaster et al., 2000); auch zur Wirksamkeit von Medienkampagnen gibt es bislang nur wenig empirische Evidenz mit inkonsistenten Ergebnissen (Bala, Strzeszynski, & Cahill, 2008).

Internetangebote sind vielversprechend zur Förderung des Rauchausstiegs und für die Tabakprävention, da über dieses Medium ein grosser Anteil der Bevölkerung erreicht werden kann. Im Jahr 2009 gaben 81% der schweizerischen Bevölkerung ab 14 Jahren an, das Internet in den vergangenen sechs Monaten mindestens einmal benutzt zu haben, 73% der Bevölkerung nutzten das Internet täglich oder mehrmals pro Woche (Bundesamt für Statistik, 2010).

Im Vergleich zu traditionellen Beratungsansätzen, wie z.B. Gruppen- oder Einzelberatungen, die eine regelmässige Teilnahme zu bestimmten Zeitpunkten an einem bestimmten Ort erfordern, ermöglichen Internet-Interventionen einen anonymen, zeit- und ortsunabhängigen Zugang. Zudem bietet das Internet die Möglichkeit mittels sogenannter Expertensysteme individualisierte Beratungsangebote, die sich im Bereich der Rauchentwöhnung bewährt haben und die traditionell über einen Arzt, Therapeuten oder Suchtberater vermittelt werden, kostengünstig bereitzustellen (Walters, Wright, & Shegog, 2006). Ziel solcher Systeme ist es, die Urteilsbildungsprozesse eines menschlichen Experten mit dem Ziel zu imitieren, Ratschläge und Problemlösungsmöglichkeiten zu vermitteln. Daten einer Person, z.B. Alter, Geschlecht, Bildung, Rauchstatus und Motivation zum Beenden des Rauchens, werden mit einer empirischen Wissensbasis abgeglichen. Das System gibt aufgrund dieses Vergleichs nach definierten Regeln eine Rückmeldung. Für dieses Feedback sind im Expertensystem Textmodule zu den einzelnen Variablen und Konstrukten gespeichert, woraus meist mehrere tausend Kombinationsmöglichkeiten für die Feedbacktexte resultieren (Schumann et al., 2007). Somit wird ein hoher Individualisierungsgrad der Intervention gewährleistet. Es konnte gezeigt werden, dass individualisierte Information, wie z.B. von Expertensystemen generiert, zu einer stärkeren Änderung des Gesundheitsverhaltens führt als nicht-individualisierte, da irrelevante Information weggelassen wird und die Information eine höhere persönliche Relevanz aufweist (Kreuter, Bull, Clark, & Oswald, 1999; Noar, Benac, & Harris, 2007).

Die Nutzung neuer Kommunikationsmedien erlaubt neben einer kostengünstigen und grossflächigen Distribution von Expertensysteminterventionen weitere Erweiterungen und Optimierungsmöglichkeiten. Neue Medien ermöglichen eine grössere örtliche und zeitliche Flexibilität als rein computerbasierte Programme und erlauben auch eine längerfristige oder wiederholte Vorgabe bestimmter Interventionsbausteine sowie eine kurzfristige Berücksichtigung

individueller Verhaltensänderungen, die z.B. in regelmässigen Abständen via E-Mail oder Online-Befragung erfasst werden können. Auch eine persönliche Beratung, z.B. über Internet-Chat, E-Mail oder Instant Messaging ist möglich.

Webbasierte Programme zum Tabakrauchen haben in den letzten Jahren sowohl international als auch in der Schweiz zugenommen. Allerdings wurden diese Programme für die Schweiz bisher nicht systematisch erfasst und hinsichtlich deren Qualität bewertet. Überdies ist unklar, inwiefern die Schweiz von internationalen Ergebnissen und Erfahrungen der webbasierten Tabakprävention profitieren könnte, zumal Angebote in der Schweiz auch aufgrund von spezifisch schweizerischen Bedingungen (z.B. Mehrsprachigkeit, hoher Anteil an Migrant/innen) auf eigene Konzepte angewiesen ist.

Ausgehend von diesem Hintergrund zielte das Projekt „webbasierte Tabakprävention“ auf eine generelle Reflexion webbasierter Programme zum Tabakrauchen und die Ermittlung von Grundlagen für solche Angebote, um die Qualität vorhandener und zukünftiger Internetprogramme zum Tabakrauchen in der Schweiz zu garantieren. Im Mittelpunkt der vorliegenden Arbeit stand die Beantwortung folgender Fragen: Welche webbasierten Programme zum Tabakrauchen haben sich international bewährt und was kennzeichnet wirksame Internetplattformen mit webbasierten Tabakpräventionsangeboten? Inwiefern können internationale Erkenntnisse auf die webbasierte Tabakprävention in der Schweiz angewendet werden? Welche Internetplattformen mit webbasierten Tabakpräventionsangeboten gibt es in der Schweiz und welche Zielsetzungen verfolgen diese? Wie werden diese von den jeweiligen Zielgruppen beurteilt? Wie kann die webbasierte Tabakprävention in der Schweiz optimiert werden?

Zur Beantwortung dieser Fragestellungen wurden innerhalb des Projekts drei sich ergänzende Teilprojekte mit jeweils unterschiedlichen methodischen Zugängen durchgeführt:

1. Eine internationale systematische Literaturübersicht zur Wirksamkeit webbasierter Programme zum Tabakrauchen (siehe Kapitel 2).
2. Eine Internetrecherche und ein Kriterienrating nationaler webbasierter Programme zum Tabakrauchen im internationalen Vergleich (siehe Kapitel 3)
3. Eine Bewertung nationaler webbasierter Programme zum Tabakrauchen durch Nutzer/innen (siehe Kapitel 4)

Mittels einer Integration der Erkenntnisse dieser drei Teilprojekte sollen webbasierte Tabakpräventionsangebote der Schweiz bewertet sowie deren Stärken und Schwächen identifiziert und analysiert werden (siehe Kapitel 5). Darüber hinaus sollen auf dieser Grundlage Empfehlungen für die Verbesserung und künftige Ausgestaltung webbasierter Programme zum Tabakrauchen in der Schweiz formuliert werden.

## **2. Internationale Literaturübersicht zur Wirksamkeit webbasierter Programme zum Tabakrauchen**

### **2.1 Hintergrund**

Bislang liegen zwei systematische Literaturübersichten zur Wirksamkeit internetbasierter Rauchentwöhnungsprogramme vor. Eine Meta-Analyse von Myung et al. (2009), welche den Stand der Literatur bis August 2008 berücksichtigt, fasst die Effektivität computer- und internetgestützter Rauchentwöhnungsprogramme zusammen. Über alle 22 Studien hinweg konnte ein signifikanter Interventionseffekt nachgewiesen werden (Relatives Risiko=1.4; 95%-Konfidenzintervall 1.3-1.6). Die Autoren ermittelten eine ähnliche Effektivität für die 13 computerbasierten (Relatives Risiko=1.5; 95%-Konfidenzintervall 1.3-1.8) und die 9 internetbasierten Interventionen (Relatives Risiko=1.4; 95%-Konfidenzintervall 1.1-1.7). Aufgrund der stark variierenden Inhalte, Programmintensitäten, Programmdauern und sehr unterschiedlicher Kontrollbedingungen in den von Myung et al. einbezogenen Studien, wurde deren methodisches Vorgehen, insbesondere die zusammenfassende Berechnung der Effektstärkemasse über sehr heterogene Studien hinweg, von anderen Autoren kritisiert (Byron & Cobb, 2009).

Eine systematische Literaturübersicht von Shahab und McEwen (2009) fasst die Wirksamkeit von 11 randomisiert-kontrollierten Studien zur Rauchentwöhnung via Internet zusammen, die bis Dezember 2008 publiziert wurden. Aufgrund der methodisch sehr heterogenen Studien wurde keine Effektgrösse über alle Studien hinweg berechnet, jedoch für einzelne Subgruppen in Abhängigkeit von der Art der Kontrollbedingung. So erwiesen sich die internetbasierten Interventionen als wirksam im Vergleich zu Kontrollgruppen ohne Intervention oder mit Minimalintervention (z.B. Selbsthilfebroschüre, nicht-interaktive Internetseiten; Relatives Risiko=1.5; 95%-Konfidenzintervall 1.2-1.9) Im Vergleich zu persönlichen Beratungsinterventionen waren diese dagegen nicht effektiver (Relatives Risiko=0.59; 95%-Konfidenzintervall 0.3-1.1). Die Autoren schlussfolgern, dass interaktive Internetprogramme zur Rauchentwöhnung wirksam sein können, allerdings wären weitere Studien, insbesondere zur Bewertung von deren Wirksamkeit im Vergleich zu statischen Internetseiten, erforderlich.

Innerhalb des Projekts „webbasierte Tabakprävention“ wurde eine aktualisierte systematische Literaturübersicht (Juli 2010) zur Wirksamkeit von internetbasierten Programmen im Bereich Tabakrauchen erstellt, die im Folgenden dargestellt wird. Im Vergleich zu den beiden vorliegenden Übersichtsarbeiten, die ausschliesslich Rauchausstiegsinterventionen berücksichtigten, sollten auch Studien eingeschlossen werden, welche die Wirksamkeit von Internetprogrammen zur Verhinderung des Raucheinstiegs, zum Schutz vor Passivrauch sowie kombinierte Interventionen überprüften.

## 2.2 Methodik

### 2.2.1 Literatursuche und Auswahl der Publikationen

Ausgehend vom Ziel dieser Literaturübersicht, die Wirksamkeit von Internetprogrammen zum Tabakrauchen anhand der bislang vorliegenden empirischen Evidenz zu beurteilen, wurden folgende Kriterien für die auszuwählenden Publikationen festgelegt:

*Studientyp:* Ausgewählt wurden randomisiert-kontrollierte und cluster-randomisiert-kontrollierte Studien. Ausgeschlossen wurden Studien bei denen ausschliesslich die Entwicklung einer Intervention beschrieben wurde sowie nicht-randomisierte- und Prä-Post-Evaluationsstudien. Mehrfachpublikationen, welche Ergebnisse der gleichen Studienkohorte zu unterschiedlichen Nachbefragungszeitpunkten berichten, wurden zu einer Studie zusammengefasst.

*Massnahmen:* Die Studien berichten Ergebnisse zur Effektivität internetbasierter Interventionen im Bereich Tabakrauchen. Die Studien lassen sich einer der folgenden Kategorien zuordnen: (1) Förderung des Rauchausstiegs, (2) Verhinderung des Raucheinstiegs, (3) Schutz vor Passivrauch, (4) kombinierte Interventionen aus (1)-(3).

Studien, welche die inkrementelle Effektivität eines Internet-Programms, z.B. zusätzlich zu persönlicher Beratung oder zur medikamentösen Rauchentwöhnung überprüften, wurden in die Literaturübersicht eingeschlossen. Ausgeschlossen wurden (1) Studien welche die Effektivität unterschiedlicher webbasierter Programme verglichen, aber keine Kontrollgruppe zur Beurteilung der absoluten Effektivität beinhalteten, (2) Studien zu Offline-Programmen, die z.B. über CD-ROM oder Computer dargeboten wurden, (3) Studien, bei denen das webbasierte Programm nicht Hauptbestandteil der Intervention war sondern lediglich ein Bestandteil eines Multikomponenten-Programms, sodass keine Aussage über die alleinige Effektivität der webbasierten Intervention möglich war. Ausgeschlossen wurden zudem Studien, welche internetbasierte Interventionen zur Reduktion des Konsums von Kautabak oder Schnupftabak beschreiben.

*Zielgruppe:* Es wurden Massnahmen für alle Altersgruppen berücksichtigt. Programme, die sich nicht direkt an Raucher/innen oder jugendliche Nichtraucher/innen richteten, sondern z.B. an medizinisches Fachpersonal, wurden ausgeschlossen.

*Zielverhalten:* Die ausgewählten Studien berichten Ergebnisse zur Tabakabstinenz, zur Reduktion des Tabakkonsums oder zur Reduktion der Passivrauchexposition.

*Nachbefragung:* Die Nachbefragung erfolgte mindestens 4 Wochen nach Studienbeginn.

Die Literatursuche erfolgte in den Datenbanken PubMed (Medline), Web of Science, PsycINFO sowie im Cochrane Register of Controlled Trials (CENTRAL). Zusätzlich wurden die Literaturverzeichnisse bereits publizierter Reviews und Meta-Analysen gesichtet, welche sich mit der Effektivität von Internet- und computergestützten Interventionen zum Tabakrauchen (Myung et al., 2009; Shahab & McEwen, 2009) sowie mit Rauchentwöhnung bei Jugendlichen (Grimshaw & Stanton, 2006) befassen.

Die Literatursuche erfolgte im Juli 2010. Es wurden Schlüsselbegriffe und Wortstämme für die vier Beschreibungsdimensionen „Substanz“, „Medium“, „Massnahme“ und „Evaluation“ festgelegt (Tabelle 1). Für die Suche in MEDLINE wurden zusätzlich sogenannte „MeSH terms“ verwendet, welche assoziierte und untergeordnete Begriffe einschliessen.

Die Literatursuche erfolgte ausschliesslich in englischer Sprache über die Titel, Schlüsselwörter und Abstracts, da für nahezu alle wissenschaftlichen Publikationen unabhängig von der jeweiligen Sprache auch englischsprachige Titel, Schlüsselwörter und Zusammenfassungen vorliegen.

*Tabelle 1: Schlüsselbegriffe der Literatursuche*

Substanz	Medium	Massnahme	Evaluation
smok*	internet	intervent*	rct
tobacco	web*	program*	randomised controlled trial
cigar*	online	treatment*	randomized controlled trial
nicotine		educat*	random* trial
	internet [MESH]	promot*	
smoking [MESH]		counsel*	randomized controlled trial
smoking cessation [MESH]		teach*	[MESH]
tobacco [MESH]			
tobacco use disorder [MESH]		counseling [MESH]	
tobacco use cessation [MESH]		early intervention [MESH]	
tobacco smoke pollution [MESH]		preventive health services [MESH]	
nicotine [MESH]		intervention studies [MESH]	

*Anmerkungen:* \*Um auch assoziierte Begriffe der Schlüsselbegriffe zu berücksichtigen, wurden teilweise nur die Wortstämme als Suchbegriffe verwendet. Die Schlüsselbegriffe innerhalb der einzelnen Spalten wurden mit „ODER“, die Schlüsselbegriffe verschiedener Spalten wurden mit „UND“ verknüpft.

Die Auswahl der Publikationen erfolgte in mehreren Schritten (Abb. 1): Zunächst wurden potentiell relevante Publikationen über die Recherche in den Literaturdatenbanken identifiziert. Nach dem Ausschluss von Duplikaten wurden deren Titel und Abstracts durch zwei wissenschaftliche Mitarbeiter/innen des Instituts für Sucht- und Gesundheitsforschung hinsichtlich des Erfüllens der oben genannten Kriterien begutachtet. In einem zweiten Auswahlschritt wurden die Volltexte von Artikeln, welche die Einschlusskriterien auf Grundlage des Urteils mindestens eines Gutachters/einer Gutachterin erfüllen könnten, angefordert. Diese Artikel wurden wiederum unabhängig, von den beiden wissenschaftlichen Mitarbeiter/innen hinsichtlich des Erfüllens der Einschlusskriterien bewertet. Bei einem nicht-übereinstimmenden Urteil hinsichtlich des Einschlusses einzelner Publikationen wurde ein Konsens unter den beiden Begutachtenden gefunden. Zur Erfassung und Verwaltung der recherchierten Literatur wurde das Programm EndNote 10 eingesetzt.

### 2.2.2 Auswertung der Studien

Um einen Überblick über die Anzahl der durchgeführten Studien in den verschiedenen Ländern zu erhalten, wurden zunächst für alle eingeschlossenen Studien folgende Merkmale zusammenfassend in einer Tabelle (Tabelle 2) dargestellt: Studienkategorie (Rauchausstieg, Verhinderung des Einstiegs, Schutz vor Passivrauch, Kombinierte Interventionen) und Land der Studiendurchführung.

Anschliessend erfolgte eine Bewertung der methodischen Qualität der Studien. Diese erfolgt primär aufgrund folgender Kriterien, die für alle eingeschlossenen Studien zusammenfassend in einer Tabelle (Tabelle 3) dargestellt wurden: Studiendesign, Stichprobengrösse, Hauptzielkriterium,



Biochemische Validierung der Ergebnisse, Zeitpunkt der letzten Nachbefragung, Prozentsatz der Personen, die zur letzten Nachbefragung nicht erreicht wurden und Durchführung einer Intention-to-Treat Analyse, d.h. wurden alle Personen, die bei Studienbeginn per Randomisierung einer Studiengruppe zugewiesen wurden auch bei den Auswertungen mit berücksichtigt.

In einem weiteren Schritt wurden die Studien hinsichtlich der Studienteilnehmenden, der Interventionen und deren Ergebnissen beschrieben. Folgende Charakteristika der Studienteilnehmenden wurden extrahiert und in Tabellenform dargestellt: Studiengruppen, Zielgruppe, Rekrutierung, Einschlusskriterien, Teilnahmerate, Teilnehmende. Die Interventionen wurden hinsichtlich der Kriterien Inhalte, Theorie, Dauer und Intensität charakterisiert. Weiter wurden die Ergebnisse zur Nutzung des Programms, die Hauptergebnisse der Studie, i.d.R. zur Rauchprävalenz oder zum Konsum von Zigaretten, sowie weitere Ergebnisse zusammenfassend dargestellt.

Die Studien wurden jeweils innerhalb der einzelnen Studienkategorien in Form einer Tabelle zusammenfassend beschrieben und die empirische Evidenz wurde zusammengefasst. Aufgrund unterschiedlicher Studiendesigns mit Kontrollgruppen unterschiedlicher Intensität und variierender Nacherhebungszeitpunkte, war es nicht möglich Effektstärkemasse über alle Studien hinweg oder für alle Studien einer Studienkategorie zu berechnen. Um dennoch eine studienübergreifende Bewertung der Wirksamkeit zu ermöglichen, wurden für die Studienkategorie „Rauchausstieg“, zu der am meisten Studien vorlagen, gepoolte Effektgrößen (Relative Risiken) für Studien mit jeweils ähnlichen Vergleichsgruppen berechnet. Aufgrund der Heterogenität der Studien wurden sogenannte „random effects“-Modelle verwendet.

## **2.3 Ergebnisse**

### **2.3.1 Ausgewählte Studien**

Über die Literaturrecherche wurden insgesamt 359 potentiell relevante Publikationen identifiziert, von denen 17 für die Expertise ausgewählt wurden (Abbildung 1). Die Suche in den Literaturverzeichnissen bereits publizierter Reviews und Meta-Analysen ergab keine weiteren relevanten Publikationen.

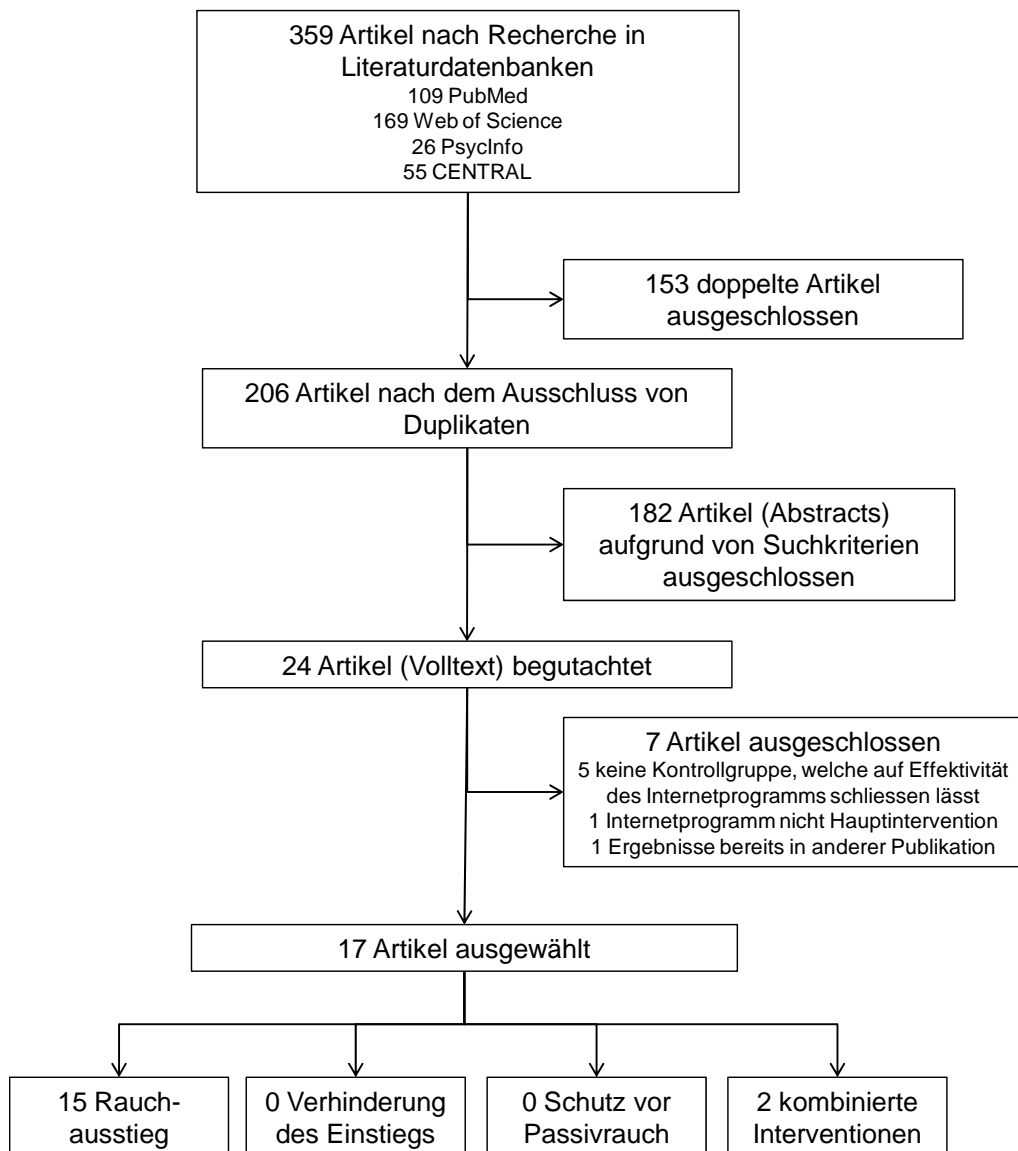


Abbildung 1: Auswahl der Publikationen für die Literaturübersicht

Die ausgewählten Publikationen (Tabelle 2) wurden im Zeitraum von 2005 bis 2010 publiziert. Von den 17 ausgewählten Publikationen sind 15 der Kategorie „Rauchausstieg“ zuzuordnen. Innerhalb dieser 15 Publikationen werden 14 unterschiedliche Studien beschrieben, zwei Publikationen beziehen sich auf die gleiche Studie (Pike, Rabius, McAlister, & Geiger, 2007; Rabius, Pike, Wiatrek, & McAlister, 2008). Es wurde keine Studie der Kategorie „Schutz vor Passivrauch“ und keine Studie zur ausschliesslichen Verhinderung des Einstiegs gefunden. Zwei Publikationen befassen sich mit Studien welche gleichzeitig auf die Verhinderung des Einstiegs und die Förderung des Ausstiegs bei Jugendlichen zielen (Buller et al., 2008; Norman, Maley, Li, & Skinner, 2008), wobei innerhalb einer der beiden Publikationen zwei Studien beschrieben werden (Buller et al., 2008), von denen eine allerdings aufgrund methodischer Probleme bei der Randomisierung nicht in diese Übersicht

eingeschlossen wurde. Insofern liegen zwei Studien aus der Kategorie „kombinierte Interventionen“ vor. Tabelle 2 gibt einen Überblick der eingeschlossenen Studien. Der überwiegende Anteil der bislang vorliegenden Studien wurde in den USA (n=8) durchgeführt, aus dem europäischen Raum stammen 6 Studien, jedoch keine davon aus dem deutschsprachigen Raum oder der Schweiz.

*Tabelle 2: Überblick der ausgewählten Studien*

<b>Studie und Studienkategorie</b>	<b>Land</b>
<b>Rauchausstieg</b>	
An et al. (2008)	USA
Brendryen et al. (2008)	Norwegen
Brendryen & Kraft (2008)	Norwegen
Japuntich et al. (2006)	USA
McKay et al. (2008)	USA
Oenema et al. (2008)	Niederlande
Patten et al. (2006)	USA
Pike et al. (2007), Rabius et al. (2008)	USA
Pisinger et al. (2010)	Dänemark
Prochaska et al. (2008)	USA
Strecher et al. (2005)	England und Irland
Swan et al. (2010)	USA
Swartz et al. (2006)	USA
Te Poel et al. (2009)	Niederlande
<b>Kombinierte Interventionen</b>	
Buller et al. (2008)	Australien
Norman et al. (2008)	Kanada

### 2.3.2 Methodik der Studien

Kriterien zur Beurteilung der Studienmethodik der ausgewählten Studien sind in Tabelle 3 dargestellt. Bei 14 der 16 eingeschlossenen Studien erfolgte eine Randomisierung der Studienteilnehmer auf individueller Ebene (randomisiert-kontrollierte Studien), bei zwei Studien erfolgte die Randomisierung auf der Gruppenebene (cluster-randomisiert-kontrollierte Studien), wobei in einer Studie Schulklassen (Buller et al., 2008), in der anderen Arztpraxen (Pisinger et al., 2010) die Randomisierungseinheit darstellten.

Die Stichprobengrößen in den Studiengruppen unterschieden sich erheblich zwischen den Studien und variierten zwischen 29 und 5404. Geht man von einem realistischen kleinen bis mittleren Interventionseffekt internetbasierter Interventionen aus ( $w=0.2$ ), so ist für den Nachweis eines Unterschieds zwischen zwei unabhängigen Stichproben bei einem Signifikanzniveau von 5% und einer Power von 80% eine Gesamtstichprobengröße von mindestens 197 Personen erforderlich. Lediglich 2 (Patten et al., 2006; Prochaska et al., 2008) der 16 eingeschlossenen Studien verwendeten Stichprobengrößen, die kleiner waren, d.h. beim überwiegenden Anteil der Studien war die Wahrscheinlichkeit hoch, dass ein möglicherweise vorhandener Unterschied zwischen den Gruppen auch nachgewiesen werden konnte.

Die meisten Studien verwendeten eine Form der Punktprävalenz-Rauchabstinenz als primäres Ergebnismass. Überwiegend wurden die 7-Tages- oder 30-Tages-Punktprävalenz-Rauchabstinenz berichtet, in zwei Studien (Brendryen et al., 2008; Brendryen & Kraft, 2008) stellte die über mehrere

Zeitpunkte erfasste 7-Tages-Punktprävalenz, in einer Studie (Buller et al., 2008) die 10-Wochen-Punktprävalenz-Rauchabstinenz, das primäre Ergebniskriterium dar. Eine kombinierte Studie zur Verhinderung des Einstiegs und Förderung des Ausstiegs bei Jugendlichen (Norman et al., 2008) verwendete als primäre Ergebnismasse die Selbstwirksamkeit dem Rauchen zu widerstehen, die Intention zu Rauchen sowie ein Mass für den Zigarettenkonsum. Lediglich in 5 der 17 Studien erfolgte eine biochemische Validierung der Rauchabstinenz über die Messung des Kohlenmonoxid-Gehaltes in der Ausatemluft (An et al., 2008; Buller et al., 2008; Japuntich et al., 2006; Norman et al., 2008) oder über eine Kotinin-Messung (Pisinger et al., 2010).

Der Zeitpunkt der letzten Nachbefragung variierte zwischen den Studien zwischen einem und zwölf Monaten. In den meisten Studien (n=6) erfolgte die letzte Nachbefragung nach 6 Monaten. Erhebliche Unterschiede zwischen den Studien gab es auch im Anteil der zum Zeitpunkt der letzten Nachbefragung nicht Befragten. Dieser lag zwischen 8% (An et al., 2008) und 78% (Strecher et al., 2005). Aufgrund dieses überwiegend hohen Anteils an Personen, bei denen keine Nachbefragung realisiert werden konnte, erfolgte konsequenterweise in fast allen (15 von 17) Studien eine Intention-to-Treat-Analyse; einzige Ausnahmen stellen die Studien von Prochaska et al. (Prochaska et al., 2008) und Norman et al. (Norman et al., 2008) dar.

Tabelle 3: Methodik der Studien

Studie	Studiendesign	Stichprobengrösse	Hauptzielkriterium	Biochemische Validierung	Letzte Nachbefragung	Nicht erreicht zur letzten Nachbefragung	ITT
<b>Rauchausstieg</b>							
An et al. (2008)	RCT	n=517 (IG:257, KG:260)	30-Tages-PPA	CO-Messung bei Abstinenz	30 Wochen	IG: 7.0% KG:8.8%	Ja
Brendryen et al. (2008)	RCT	n=290 (IG:144, KG:146)	Wiederholte 7-Tages-PPA	Keine	12 Monate	IG: 18.1% KG: 26.0%	Ja
Brendryen & Kraft (2008)	RCT	n=396 (IG:197, KG:199)	Wiederholte 7-Tages-PPA	Keine	12 Monate	IG: 12.2% KG: 15.6%	Ja
Japuntich et al. (2006)	RCT	n=284 (IG:140, KG:144)	Wiederholte 7-Tages-PPA	CO-Messung	6 Monate	IG:19.3% KG: 20.8%	Ja
McKay et al. (2008)	RCT	n=2318 (IG:1159, KG:1159)	7-Tages-PPA	Keine	6 Monate	IG: 61.3% KG: 60.2%	Ja
Oenema et al. (2008)	RCT	n=692 (IG:359, KG:333),	PPA	Keine	1 Monat	IG: 24.2% KG: 17.4%	Ja
Patten et al. (2006)	RCT	n=139 (IG:70, KG:69)	30-Tages-PPA	CO-Messung	24 Wochen	IG: 41% KG: 48%	Ja
Pike et al. (2007)	RCT	n=6451 (IG:5404, KG:1047)	7-Tages-PPA	Keine	3 Monate	Gesamt: 46%	Ja
Pisinger et al. (2010)	Cluster-RCT 24 Arztpraxen	n=1518 (IG:476, KG1:600, KG2:442)	PPA	Kotinin-Messung bei Abstinenz	1 Jahr	Gesamt: 49.9%	Ja
Prochaska et al. (2008)	RCT	n=136 (IG:36, KG1:29, KG2:36)	PPA	Keine	6 Monate	Gesamt: 25.6%	Nein

Strecher et al. (2005)	RCT	n=3971 (IG:1991, KG:1980)	10-Wochen-PPA	Keine	12 Wochen	IG: 77.6% KG: 78.9%	Ja
Swan et al. (2010)	RCT	n=1202 (IG:401, KG1:402, KG2:399)	30-Tages-PPA	Keine	6 Monate	IG: 74.3% KG1: 73.4% KG2: 74.9%	Ja
Swartz et al. (2006)	RCT	N=351(IG:171, KG:180)	7-Tages-PPA	Keine	90 Tage	IG: 49.1% KG: 38.9%	Ja
Te Poel et al. (2009)	RCT	n=458 (IG:224, KG:234)	7-Tages-PPA	Keine	6 Monate	IG: 58.5% KG: 56.4%	Ja
<b>Kombinierte Interventionen</b>							
Buller et al. (2008)	Cluster-RCT 25 Schulen	n=1510 (KG:756, IG:754)	30-Tages-PPA	Keine	7 Monate	Gesamt: 18.8%	Ja
Norman et al. (2008)	RCT	n=1402 (IG:661, KG:728)	Selbstwirksamkeit zu widerstehen, Intention zu Rauchen, Zigarettenkonsum	CO-Messung	6 Monate	IG: 15.4% KG: 11.8%	Nein
<i>Anmerkungen:</i> ITT=Intention-to-Treat Analyse, RCT=Randomisiert-kontrollierte Studie, Cluster-RCT=Cluster-randomisiert-kontrollierte Studie, IG=Interventionsgruppe, KG=Kontrollgruppe, PPA=Punktprävalenz-Abstinenzrate, CO-Messung=Kohlenmonoxid Messung.							

### 2.3.3 Studiengruppen und Studienteilnehmende

In Tabelle 4 sind die ausgewählten Studien hinsichtlich der Studiengruppen und Studienteilnehmenden sowie hinsichtlich der durchgeführten Interventionen und der erzielten Ergebnisse zusammenfassend dargestellt.

#### Rauchausstieg

Die Studien, innerhalb derer die Wirksamkeit der jeweiligen Internetprogramme überprüft wurde, sind hinsichtlich der verwendeten Kontrollgruppen sehr heterogen. In den meisten Studien (9 von 14) wurde die Wirksamkeit eines internetbasierten Programms zur Rauchentwöhnung entweder mit einer Kontrollgruppe ohne Intervention (Assessment Only) (Oenema et al., 2008; Swartz et al., 2006) oder einer Kontrollgruppe mit Minimalintervention verglichen. Die Minimalintervention umfasste entweder statische oder nicht-individualisierte Internetseiten (An et al., 2008; Buller et al., 2008; Pike et al., 2007; Te Poel et al., 2009), ein Internetprogramm zur Bewegungsförderung (McKay et al., 2008) oder Selbsthilfebroschüren (Brendryen et al., 2008; Brendryen & Kraft, 2008). Eine Studie überprüfte, ob ein Internetprogramm die Wirksamkeit der Behandlung mit Bupropion und einer Kurzberatung erhöht (Japuntich et al., 2006). Eine Studie verglich die Wirksamkeit eines Internetprogramms mit persönlichen Beratungssitzungen (Patten et al., 2006). Drei Studien umfassten jeweils zwei Kontrollbedingungen: einmal wurde eine Minimalintervention + Internetprogramm mit einer Minimalintervention + persönlicher Beratung sowie einer Minimalintervention alleine verglichen (Prochaska et al., 2008), einmal wurde ein Internetprogramm mit einem Gruppenprogramm und einer Kontrollgruppe (Pisinger et al., 2010) verglichen, einmal erfolgte ein Vergleich einer medikamentösen Behandlung mit Varenicline mit einer Kombination aus Varenicline + Internetprogramm sowie einer Kombination aus Varenicline + Telefonberatung (Swan et al., 2010).

Bis auf eine Studie, welche sich explizit an Jugendliche richtete (Patten et al., 2006), wurden Erwachsene über 18 Jahren adressiert; 8 der 14 Studien richteten sich ausschliesslich an Rauchende mit Aufhörbereitschaft, die übrigen 6 waren nicht explizit an Aufhörbereite gerichtet, in einer Studie (Oenema et al., 2008) wurden auch Rauchende, die innerhalb der letzten zwei Jahre mit dem Rauchen aufgehört haben eingeschlossen. Die Zielgruppe bildeten in 11 der 14 Studien Rauchende aus der Allgemeinbevölkerung, eine Studie adressierte rauchende Studierende (An et al., 2008), eine rauchende Mitarbeitende einer Universität (Prochaska et al., 2008) und eine Studie zielte auf Raucherinnen und Raucher in Betrieben (Swartz et al., 2006).

Die Rekrutierung der Teilnehmenden erfolgte bei 6 Studien ausschliesslich über das Internet, bei weiteren 6 gemischt über verschiedene Medien (Anzeigen, Werbung, Flyer), einmal erfolgte die Rekrutierung über den Beipackzettel eines Nikotinersatzproduktes (Strecher et al., 2005), einmal persönlich innerhalb von Arztpraxen (Pisinger et al., 2010). Sofern Daten zur den Teilnahmeraten angegeben waren, lagen diese zwischen 32% und 93%, allerdings sind diese aufgrund der unterschiedlichen Rekrutierungsstrategien und Einschlusskriterien nur sehr schwer vergleichbar.

Mit Ausnahme einer Studie bei Studierenden (An et al., 2008) und einer Studie bei Jugendlichen (Patten et al., 2006) lag das mittlere Alter der Studienteilnehmer überwiegend zwischen 30 und 50 Jahren. Der Anteil weiblicher Probandinnen in den Studien lag zwischen 50% und 79% (Md=56.5%).

### Kombinierte Interventionen

Die kombinierten Interventionen zur Förderung des Rauchausstiegs und zur Verhinderung des Einstiegs (Buller et al., 2008; Norman et al., 2008) adressierten jeweils alle Schülerinnen und Schüler in den teilnehmenden Schulklassen der Sekundarstufe. Das Alter der Schüler/innen lag in einer Studie bei 12-15 Jahren, in der anderen Studie bei 14-16 Jahren. Einziges Einschlusskriterium zur Studienteilnahme war in beiden Studien das Einverständnis der Eltern.

In beiden Studien erhielten die Teilnehmenden der Kontrollgruppen keine rauchspezifische Intervention. In einer Studie mit detaillierten Angaben zur Teilnahmerate (2008) konnten 63% aller Schüler/innen in den beteiligten Klassen und 91% der anwesenden Schüler/innen mit Einverständnis durch die Eltern für die Studienteilnahme gewonnen werden.



Tabelle 4: Studienzusammenfassung

Studienteilnehmende	Intervention	Ergebnisse
<b>Interventionen zum Rauchausstieg</b>		
<b>An et al. (2008)</b>		
<p><i>Studiengruppen:</i> IG: Internetprogramm „RealU“; KG: E-Mail mit Links zu gesundheitsbezogenen Internetseiten  <i>Zielgruppe:</i> Rauchende Studierende  <i>Rekrutierung:</i> E-Mail-Einladung zu Online-Screening und zur Studienteilnahme  <i>Einschlusskriterien:</i> Alter <math>\geq 18</math>, Zigarettenkonsum innerhalb der letzten 30 Tage, Absicht in den nächsten 2 Semestern die Universität zu besuchen  <i>Teilnahmerate:</i> Screening <math>\sim 26\%</math>, Studie <math>32\%</math>  <i>Teilnehmende:</i> Alter <math>M=19.9</math> (<math>SD=1.6</math>), <math>73\%</math> weiblich</p>	<p><i>Inhalte:</i> Internetprogramm mit wöchentlicher Befragung zum Gesundheitsverhalten, interaktives Quiz zum Thema Rauchen, Magazin u.a. mit Artikeln zum Thema Rauchen; Werbung für das universitätsweite Quit- und Win-Programm; individualisierte E-Mail-Unterstützung durch Peer-Coachs. Aufwandsentschädigung von 10\$ wöchentlich für Teilnahme  <i>Theorie:</i> Sozial-kognitive Theorie, Problemverhaltenstheorie  <i>Dauer und Intensität:</i> 30 Wochen, 20 E-Mail-Einladungen zum Besuch der Website</p>	<p><i>Nutzung:</i> Im Mittel haben sich die Teilnehmenden zu <math>18.9</math> (<math>SD=2.5</math>) der 20 Interventionseinheiten eingeloggt  <i>Hauptergebnis:</i> Höhere 30-Tages-PPA nach 30 Wochen in der IG (<math>40.5\%</math>) im Vergleich zur KG (<math>23.1\%</math>)  <i>Weitere Ergebnisse:</i> Höhere Teilnahmerate am Quit- und Win-Programm in IG (<math>38\%</math>) als in KG (<math>12\%</math>)</p>
<b>Brendryen et al. (2008)</b>		
<p><i>Studiengruppen:</i> IG: Internetprogramm „Happy Ending“; KG: 44-seitige Selbsthilfebroschüre zum Rauchstopp  <i>Zielgruppe:</i> Aufhörbereite Raucher/innen in der Allgemeinbevölkerung  <i>Rekrutierung:</i> Banner-Werbung in Online-Zeitungen  <i>Einschlusskriterien:</i> Alter <math>\geq 18</math> Jahre, Zigarettenkonsum <math>\geq 5</math> Zigaretten pro Tag, Aufhörbereitschaft zu einem vorgegebenen Datum, Bereitschaft ohne NRT aufzuhören, Mobiltelefonbesitz, Wohnsitz und Telefonnummer in Norwegen, täglicher Zugang zu Internet und E-Mail  <i>Teilnahmerate:</i> keine Angaben  <i>Teilnehmende:</i> Alter <math>M=39.6</math> (<math>SD=10.9</math>), <math>50\%</math> weiblich</p>	<p><i>Inhalte:</i> Tägliche E-Mails mit Link zu Internetprogramm mit Information zur Vorbereitung des Rauchstopps und zur Rückfallprophylaxe, tägliche Telefonbotschaften über Interactive Voice Response (IVR) sowie motivierende SMS-Nachrichten, proaktive IVR-Anrufe zur Erfassung des Rauchstatus und zur Rückfallprophylaxe, automatisierte IVR-Craving-Helpline  <i>Theorie:</i> Selbstregulationstheorie, Sozial-kognitive Theorie  <i>Dauer und Intensität:</i> 54 Wochen; Vorbereitung und Rauchstopp: Tägliche E-Mails, SMS- und IVR-Nachrichten. Aufrechterhaltung: abnehmende Intensität – wöchentlich mindestens 1 proaktiver IVR-Anruf zur Erfassung des Rauchstatus und zur Rückfallprophylaxe</p>	<p><i>Nutzung:</i> Im Mittel wurden <math>57\%</math> der IVR-Kontakte von den Teilnehmenden wahrgenommen und der <math>59\%</math> der Webseiten geöffnet  <i>Hauptergebnis:</i> Wiederholte 7-Tages-PPA nach 12 Monaten höher in IG (<math>20.1\%</math>) als in KG (<math>6.8\%</math>)</p>

---

**Brendryen & Kraft (2008)**

*Studiengruppen:* IG: Internetprogramm „Happy Ending“; KG: 44-seitige Selbsthilfebroschüre zum Rauchstopp

*Zielgruppe:* Aufhörbereite Raucher/innen in der Allgemeinbevölkerung

*Rekrutierung:* Banner-Werbung in Online-Zeitungen

*Einschlusskriterien:* Alter  $\geq 18$  Jahre, Zigarettenkonsum  $\geq 10$  Zigaretten pro Tag, Aufhörbereitschaft zu einem vorgegebenen Datum, Mobiltelefonbesitz, täglicher Zugang zu Internet und E-Mail

*Teilnahmerate:* keine Angaben

*Teilnehmende:* Alter  $M=36.2$  ( $SD=10.3$ ), 50% weiblich

*Inhalte:* Tägliche E-Mails mit Link zu Internetprogramm mit Information zur Vorbereitung des Rauchstopps und zur Rückfallprophylaxe, tägliche Telefonbotschaften über Interactive Voice Response (IVR) sowie motivierende SMS-Nachrichten, proaktive IVR-Anrufe zur Erfassung des Rauchstatus und zur Rückfallprophylaxe, automatisierte IVR-Craving-Helpline, kostenfreie Nikotinersatztherapie in IG und KG

*Theorie:* Selbstregulationstheorie, Sozial-kognitive Theorie  
*Dauer und Intensität:* 54 Wochen; Vorbereitung und Rauchstopp: Tägliche E-Mails, SMS- und IVR-Nachrichten. Aufrechterhaltung: abnehmende Intensität – wöchentlich mindestens 1 proaktiver IVR-Anruf zur Erfassung des Rauchstatus und zur Rückfallprophylaxe

*Nutzung:* Im Mittel wurden 69 % der IVR-Kontakte von den Teilnehmenden wahrgenommen und der 68% der Webseiten geöffnet

*Hauptergebnis:* Wiederholte 7-Tages-PPA nach 12 Monaten höher in IG (22.3%) als in KG (13.1%)

*Weitere Ergebnisse:* Regelmässige Nutzung von NRT höher in IG als in KG

**Japuntich et al. (2006)**

*Studiengruppen:* IG: Bupropion + Kurzberatung + Internetprogramm „CHESS“; KG: Bupropion + Kurzberatung

*Zielgruppe:* Aufhörbereite Raucher/innen in der Allgemeinbevölkerung

*Rekrutierung:* Plakate, Flyer, TV-Werbespots, Pressemitteilungen

*Einschlusskriterien:* Alter  $\geq 18$  Jahre, Zigarettenkonsum  $\geq 10$  Zigaretten pro Tag, Telefonanschluss

*Teilnahmerate:* keine Angaben

*Teilnehmende:* Alter  $M=40.8$  ( $SD=12.1$ ), 55% weiblich

*Inhalte:* Internetprogramm mit individualisiertem Feedback auf Grundlage einer Eingangsbefragung, Informationsseiten, Chats mit Experten und kognitiv-behaviorales Selbsthilfeprogramm, Tagebuch und Schreibübung zum Ausdruck von Emotionen.

*Theorie:* Kognitive Verhaltenstherapie, Expressives Schreiben

*Dauer und Intensität:* 90 Tage

*Nutzung:* Im Mittel nutzten die Teilnehmenden der IG das Programm 24 mal (203 Minuten)

*Hauptergebnis:* Keine Unterschiede in 7-Tages-PPA nach 3 Monaten (IG: 22.9%, KG: 20.8%) und 6 Monaten (IG: 15.0%, KG: 11.8%)

*Weitere Ergebnisse:* Stärkere Nutzung des Internetprogramms war mit höherer Rauchabstinenz zu den Nachbefragungen verbunden

**McKay et al. (2008)**

*Studiengruppen:* IG: Internetprogramm „Quit Smoking Network QSN“; KG: Internetprogramm zur Bewegungsförderung

*Zielgruppe:* Aufhörbereite Raucher/innen in der Allgemeinbevölkerung

*Rekrutierung:* Werbung bei Internetsuchmaschinen

*Einschlusskriterien:* Alter  $\geq 18$  Jahre, Interesse in den nächsten 30 Tagen aufzuhören, Internetzugang, Bereitschaft zu moderater körperlicher Aktivität

*Teilnahmerate:* keine Angaben

*Teilnehmende:* Alter überwiegend 30-50 Jahre, 71% weiblich

*Inhalte:* Internetprogramm mit individualisierten Inhalten zur Vermittlung eines kognitiv-verhaltenstherapeutischen Ausstiegskonzepts. Module mit Ausstiegsplan, Umgang mit Versuchungssituationen und Gefühlen, Information zu Nikotinersatztherapie, Forum mit Expertenratschlägen

*Theorie:* Sozial-kognitive Theorie

*Dauer und Intensität:* keine Angaben

*Nutzung:* Im Mittel wurde das Programm 1 Mal besucht (Mittlere Nutzungsdauer: 10 Minuten)

*Hauptergebnis:* Keine Unterschiede in der 7-Tages-PPA nach 3 Monaten (IG: 8.9%, KG: 8.5%) und 6 Monaten (IG: 9.7%, KG: 10.4%)

---

**Oenema et al. (2008)**

*Studiengruppen:* IG: Internetprogramm zur Förderung der Rauchabstinenz innerhalb eines Programms mit weiteren Modulen zur Reduktion der Fettaufnahme und zur Erhöhung körperlicher Aktivität ([www.gezondlevencheck.nl](http://www.gezondlevencheck.nl)); KG: AO

*Zielgruppe:* aktuelle Raucher/innen und Personen, die innerhalb der letzten 2 Jahre aufgehört haben zu rauchen aus der Allgemeinbevölkerung

*Rekrutierung:* Via Internet - Personen, die in einem Online-Forschungs-Panel registriert waren

*Einschlusskriterien:* Alter  $\geq 30$  Jahre, Interneterfahrung, Sprache niederländisch

*Teilnahmerate:* keine Angaben

*Teilnehmende:* Alter in Gesamtstichprobe  $M=43.6$  ( $SD=10.1$ ), 54% weiblich in Gesamtstichprobe

*Inhalte:* Internetprogramm mit individualisierter Rückmeldungen zur Förderung der Motivation zur Rauchabstinenz und zur Vermittlung von Strategien zum Rauchstopp

*Theorie:* Modifikation des Transtheoretischen Modells

*Dauer und Intensität:* 1 Monat, bis zu 2 individualisierte Rückmeldungen

*Nutzung:* 60% der Teilnehmenden nutzten das Internetprogramm

*Hauptergebnis:* Kein Unterschied bei Rauchabstinenz zwischen IG und KG nach einem Monat (IG: 4.0%, KG: 2,9%).

*Weitere Ergebnisse:* Kein Unterschied zwischen IG und KG hinsichtlich der Intention mit dem Rauchen aufzuhören

**Patten et al. (2006)**

*Studiengruppen:* IG: Internetprogramm „Stomp out Smokes – SOS“; KG: Persönliche Beratungssitzungen

*Zielgruppe:* Jugendliche Raucher/innen in der Allgemeinbevölkerung

*Rekrutierung:* Werbespots, Anzeigen, Flyer in Schulen und Kliniken

*Einschlusskriterien:* Alter 11-18 Jahre, Einverständnis durch Eltern,  $\geq 10$  Zigaretten in den letzten 30 Tagen, Bereitschaft zur Teilnahme an Befragung und Beratungssitzungen

*Teilnahmerate:* 89% der Interessierten, welche Einschlusskriterien erfüllten

*Teilnehmende:* Alter  $M=17.7$  ( $SD=1.3$ ), 50% weiblich

*Nachbefragung:* 24, 36 Wochen

*Inhalte:* Internetprogramm mit 38 interaktiven Angeboten bzw. Bausteinen: Quiz, Erarbeitung eines Rauchstopplplans und von Rauchstoppstrategien, E-Mail-Service mit Beratung durch Experten, Forum, Information zur Tabakindustrie und zu Nikotinersatzprodukten, Videos mit Rollenvorbildern, FAQ

*Theorie:* unspezifisch

*Dauer und Intensität:* 24 Wochen

*Nutzung:* IG: 86% der Teilnehmenden nutzten das Internetprogramm mindestens einmal ( $M=6.8$ ,  $SD=7.1$ ); KG: Im Mittel wurden 3.2 der 4 ca. 20-minütigen Beratungssitzungen besucht

*Hauptergebnis:* 30-Tages-PPA nach 24 (36) Wochen in IG 6% (6%); in KG 12% (13%); kein signifikanter Unterschied zwischen den Gruppen

*Weitere Ergebnisse:* Stärkere Reduktion der Tage, an denen geraucht wurde unter nicht-Abstinenten in IG als in KG

---

**Pike et al. (2007), Rabiou et al. (2008)**

*Studiengruppen:* IG: eines von 5 unterschiedlichen interaktiven Internetprogrammen zur Förderung der Rauchabstinenz (1) ProChange, (2) QuitNet [www.quitnet.com](http://www.quitnet.com), (3) SmokeClinik, (4) Programm des Centre for Addiction and Mental Health, (5) Break away from the Pack; KG: statische Internetseite mit Information zum Rauchstopp

*Zielgruppe:* Rauchende in der Allgemeinbevölkerung

*Rekrutierung:* Internetwerbung bei der American Cancer Society

*Einschlusskriterien:* Täglich Rauchende, englischsprachig, Wohnsitz: USA

*Teilnahmerate:* keine Angaben

*Teilnehmende:* Alter M=41, 70% weiblich

*Inhalte:* 5 unterschiedliche Internetprogramme mit individualisierten Rückmeldungen, Unterstützung durch Peers, Rollenmodelle, E-Mail-Service mit Beratung durch Experten, Chats und allgemeiner Information zum Rauchstopp

*Theorie:* unspezifisch, Transtheoretisches Modell

*Dauer und Intensität:* keine Angaben

*Nutzung:* stark unterschiedliche Nutzung der Programme: mittlere Nutzungshäufigkeit zwischen 1.8 und 9.7 mal

*Hauptergebnis:* 7-Tages-PPA nach 3 Monaten in IG 11.0%, KG 10.9%; kein signifikanter Unterschied zwischen den Gruppen, 30-Tages-PPA nach 13 Monaten: kein Unterschied zwischen den Gruppen (IG: 8-12% je nach Programm, KG: 10%)

*Weitere Ergebnisse:* Höhere Rauchabstinenzraten bei stärker genutzten Programmen als bei weniger genutzten Programmen

**Pisinger et al. (2010)**

*Studiengruppen:* IG: Empfehlung des Hausarztes ein Internetprogramm zu nutzen, KG1: Empfehlung des Hausarztes ein Gruppenprogramm zur Rauchentwöhnung zu nutzen, KG2: keine spezielle Empfehlung – Treatment as usual

*Zielgruppe:* Rauchende in der Allgemeinbevölkerung

*Rekrutierung:* In Allgemeinarztpraxen

*Einschlusskriterien:* Täglich Rauchende, dänischsprachig

*Teilnahmerate:* 79.3% der Patienten, welche Einschlusskriterien erfüllen (keine Kinder, keine schwer Erkrankten)

*Teilnehmende:* Alter M=48 (SD=17), 63% weiblich

*Inhalte:* Internetbasiertes Ausstiegsprogramm über 13 Sitzungen mit individualisierter Beratung

*Theorie:* keine Angaben

*Dauer und Intensität:* IG: 13 Sitzungen über 6 Monate, KG1: 5 Sitzungen à 2 Stunden

*Nutzung:* IG: 16% haben sich mindestens einmal eingeloggt; KG1: 7% haben am Gruppenprogramm teilgenommen

*Hauptergebnis:* Kein Unterschied in Rauchabstinenz nach 1 Jahr (IG: 5.9%; KG1: 6.7%; KG2: 5.7%)

**Prochaska et al. (2008)**

*Studiengruppen:* IG: Feedback zu Gesundheitsrisiken + Internetprogramm „ProChange“ zur Förderung der Rauchabstinenz innerhalb eines Programms mit weiteren Modulen zu Inaktivität, Übergewicht und Stress; KG1: Feedback zu Gesundheitsrisiken + individuelle Beratungssitzungen basierend auf Motivierender Gesprächsführung; KG2: Feedback zu Gesundheitsrisiken

*Zielgruppe:* Rauchende Mitarbeiter einer Universität

*Rekrutierung:* Postalisch, telefonisch, E-Mail

*Einschlusskriterien:* aktuelle Raucher/innen

*Teilnahmerate:* keine Angaben

*Teilnehmende:* Alter Gesamt: M=41.6 (SD=10.6), 79% weiblich

*Inhalte:* Internetprogramm mit bis zu 3 individualisierten Rückmeldungen basierend auf dem Transtheoretischen Modell

*Theorie:* Transtheoretisches Modell

*Dauer und Intensität:* 6 Monate

*Nutzung:* IG: Basierend auf den Daten für alle 4 Programme (Rauchen, Inaktivität, Bewegung, Stress) loggten sich 84% der Teilnehmenden mindestens einmal in das Programm ein; KG1: 73% vereinbarten einen Termin zu individueller Beratungssitzung

*Hauptergebnis:* Keine Unterschiede in Rauchabstinenz nach 6 Monaten zwischen den drei Gruppen IG, KG1 und KG2

---

**Strecher et al. (2005)**

*Studiengruppen:* IG: Individualisiertes Internetprogramm „CQ PLAN“; KG: Statische Informationsseiten zum Rauchstopp

*Zielgruppe:* Aufhörbereite Raucher/innen in der Allgemeinbevölkerung

*Rekrutierung:* Hinweis auf Internetseite im Beipackzettel des Nikotinersatzproduktes (Pflaster)

*Einschlusskriterien:* täglich Rauchende  $\geq 10$  Zigaretten, Absicht innerhalb der nächsten 7 Tage aufzuhören, gültige E-Mailadresse und Internetzugang, Alter  $\geq 18$  Jahre, bestimmtes Nikotinersatzprodukt gekauft

*Teilnahmerate:* 77% der Personen, die Einschlusskriterien erfüllten

*Teilnehmende:* Alter M=36.9 (SD=10.2), 57% weiblich

*Inhalte:* Internetprogramm mit Eingangsbefragung, individualisierter Newsletter, Unterstützungs-E-Mails, individualisierte E-Mails an vom Nutzer ausgewählte Unterstützungsperson.

*Theorie:* kognitive-verhaltenstherapeutisch

*Dauer und Intensität:* 3 Newsletter und Unterstützungs-E-Mails über Zeitraum von 10 Wochen

*Nutzung:* 88% der Personen in IG und 88% der Personen in KG loggten sich mindestens einmal ins Programm ein

*Hauptergebnis:* 4-Wochen-PPA nach 6 Wochen höher in IG (25.6%) als in KG (21.0%); 10-Wochen-PPA nach 12 Wochen höher in IG (20.1%) als in KG (15.9%)

*Weitere Ergebnisse:* Positivere Bewertungen des individualisierten Programms (IG) im Vergleich zum nicht-individualisierten (KG)

**Swan et al. (2010)**

*Studiengruppen:* IG: Varenicline + Internetprogramm „Quit for Life“; KG1 Varenicline + Telefonberatung; KG2: Varenicline + Internetprogramm „Quit for Life“ + Telefonberatung

*Zielgruppe:* Aufhörbereite Raucher in der Allgemeinbevölkerung

*Rekrutierung:* Zeitschriftenwerbung, Internetwerbung, Mitarbeiter-Mailings, Arztempfehlungen

*Einschlusskriterien:*  $\geq 10$  Zigaretten täglich, Bereitschaft Varenicline zur Rauchentwöhnung zu nutzen, Telefon- und Internetzugang, Alter  $\geq 18$  Jahre

*Teilnahmerate:* 93% der Personen, die Einschlusskriterien erfüllten

*Teilnehmende:* Alter M=47.3, 67% weiblich

*Inhalte:* Internetprogramm mit individualisierten Inhalten in Abhängigkeit vom Stopptag, Aufhörplan, Online-Bibliothek, Aufhörkalender, Kostenrechner, Tool zur Anforderung von Unterstützung durch Freunde und Angehörige, Diskussionsforen

*Theorie:* Motivierende Gesprächsführung

*Dauer und Intensität:* Ca. 3 Monate, KG1, KG2: 5 telefonische Beratungstermine

*Nutzung:* Kontakthäufigkeit: IG:5.2, KG1:4.1, KG2:6.6; Kontaktdauer in Minuten: IG:67.9, KG1:67.5, KG2:100.2

*Hauptergebnis:* 30-Tages-PPA nach 3 Monaten geringer in IG (32.7%) als in KG1 (42.0%), kein Unterschied zu KG2 (39.1%). Kein Unterschied zwischen den Gruppen nach 6 Monaten: IG:27.4%, KG1:30.6%, KG2:30.3%

*Weitere Ergebnisse:* Stärkere Varenicline-Nutzung in KG1 als in IG und in KG2

**Swartz et al. (2006)**

*Studiengruppen:* IG: Internetprogramm „1-2-3 Smokefree“; KG: AO

*Zielgruppe:* Aufhörbereite Raucher/innen in Betrieben

*Rekrutierung:* Poster, Broschüren, Intranet, E-Mail

*Einschlusskriterien:*  $\geq 10$  Zigaretten täglich, Intention in den nächsten 30 Tagen mit dem Rauchen aufzuhören, Internetzugang, Alter  $\geq 18$  Jahre

*Teilnahmerate:* keine Angaben

*Teilnehmende:* Alter überwiegend 26-55 Jahre, 52% weiblich

*Inhalte:* Internetprogramm mit nach Alter, Geschlecht und Ethnie individualisierten Informationen; individualisierte Videos mit Rollenvorbildern; Aufhörplan; Info zu Rauchstoppmedikation

*Theorie:* Richtlinien zur Tabakentwöhnung

*Dauer und Intensität:* Modulares Programm, keine feste Dauer und Intensität

*Nutzung:* 56% nutzten Aufhörplan, die übrigen Module wurden von 35-49% der Teilnehmenden genutzt

*Hauptergebnis:* Abstinenzrate nach 90 Tagen höher in IG (12.3%) als in KG (5.0%)

---

**Te Poel et al. (2009)**

*Studiengruppen:* IG: individualisiertes Feedback; KG: nicht-individualisiertes Feedback gleichen Umfangs

*Zielgruppe:* Aufhörbereite Raucher/innen der Allgemeinbevölkerung

*Rekrutierung:* Zeitungsanzeigen, Flyer, Poster, Verbraucherportal

*Einschlusskriterien:* Raucher/in, Alter  $\geq 18$ , Aufhörbereitschaft innerhalb des nächsten Jahres

*Teilnahmerate:* keine Angaben

*Teilnehmende:* Alter M=46.1 (SD=10.9), 56% weiblich

*Inhalte:* E-Mail mit Feedback in Abhängigkeit von individuellen Angaben bei einer Online-Befragung zu Rauchstoppmotivation, Risikowahrnehmung, Wissen, Einstellung, sozialen Einflüssen, Selbstwirksamkeit, Planungsprozessen

*Theorie:* Integrated Change Model (I-Change)

*Dauer und Intensität:* Einmaliges Feedback, 7-9 Seiten

*Nutzung:* keine Angaben

*Hauptergebnis:* Höhere 7-Tages-PPA nach 6 Monaten in IG (8.5%) als in KG (3.4%)

**Kombinierte Interventionen****Buller et al. (2008)**

*Studiengruppen:* IG: Internetprogramm „Consider This“, KG: AO

*Zielgruppe:* Rauchende und nichtrauchende Schüler/innen der Sekundarstufe (Klassen 6-9)

*Rekrutierung:* Im Schulunterricht

*Einschlusskriterien:* Einverständnis durch Eltern

*Teilnahmerate:* keine Angaben

*Teilnehmende:* Alter Md=13, 52% weiblich

*Nachbefragung:* 7 Monate

*Inhalte:* Internetprogramm mit 73 Bausteinen innerhalb von 6 Modulen. Themen: Einführung, Medienkompetenz, Beziehungen, Körper und Geist, Entscheidungsfindung, Umgang mit Gruppendruck. Individualisierung der Inhalte aufgrund von bisherigen Raucherfahrungen.

*Theorie:* Sozial-kognitive Theorie

*Dauer und Intensität:* 6 Module à 45-60 Minuten

*Nutzung:* im Mittel wurden 43.2 der 73 Module durchgeführt

*Hauptergebnis:* In Interventionsgruppe höherer Anteil an Raucher/innen, die bei Nachbefragung nicht mehr rauchen (4.9%, KG: 3.0%). In Interventionsgruppe geringerer Anteil an Nichtraucher/innen, die zur Nachbefragung rauchen (4.5%, KG: 6.1%). *Weitere Ergebnisse:* Kein Unterschied zwischen den Gruppen bei Absicht in Zukunft zu Rauchen

**Norman et al. (2008)**

*Studiengruppen:* IG: Internetprogramm „Smoking Zine“; KG: Bewertung von Internetseiten zum Klimawandel

*Zielgruppe:* Rauchende und nichtrauchende Schüler/innen der Sekundarstufe (Klassen 9/10/11)

*Rekrutierung:* Im Schulunterricht

*Einschlusskriterien:* Einverständnis durch Eltern

*Teilnahmerate:* 63% aller Schüler/innen in den Klassen, 91% der anwesenden Schüler/innen mit Einverständnis durch Eltern

*Teilnehmende:* Alter überwiegend 14-16 Jahre, 46% weiblich

*Inhalte:* (1) Internetprogramm mit individualisierten Inhalten zur Erhöhung der Bereitschaft nicht mit dem Rauchen anzufangen bzw. damit aufzuhören (2) dazugehörige Broschüre (3) 10-minütige einmalige Gruppendiskussion und (4) individualisierte monatliche E-Mails mit Einladung das Programm erneut anzuwenden

*Theorie:* Health Belief Model, Sozial-kognitive Theorie, Transtheoretisches Modell, Theorie des geplanten Verhaltens

*Dauer und Intensität:* 1 Schulstunde (60 Min) + 1 monatliche E-Mail mit Einladung zur Nutzung des Programms über 6 Monate

*Nutzung:* 24 Schüler (4%) nutzten das Programm mehr als einmal

*Hauptergebnis:* Nichtrauchende zu Baseline: keine Unterschiede zwischen IG und KG nach 3 und 6 Monaten hinsichtlich Selbstwirksamkeit dem Rauchen zu widerstehen und Intention zu Rauchen; Anteil stark Rauchender bei den Nachbefragungen geringer in IG als in KG. Rauchende zu Baseline: Geringere Intention weiter zu rauchen in IG als in KG, kein Unterschied im Anteil stark Rauchender

---

*Anmerkungen:* IG=Interventionsgruppe, KG=Kontrollgruppe, AO=ausschliesslich Befragung (Assessment Only), PPA=Punktprävalenz-Abstinenzrate.

### **2.3.4 Interventionen**

#### Rauchausstieg

Alle Interventionen nutzten die interaktiven Möglichkeiten des Internets zur Erfassung persönlicher Angaben und zur individualisierten Rückmeldung von Information. Bis auf ein Programm (Te Poel et al., 2009), das lediglich ein einmaliges individualisiertes Feedback gab, war bei allen Programmen eine mehrmalige Nutzung über einen längeren Zeitraum möglich. Von den 14 innerhalb der Studien beschriebenen Interventionen waren 8 vollautomatisiert (Brendryen et al., 2008; Brendryen & Kraft, 2008; Oenema et al., 2008; Pisinger et al., 2010; Prochaska et al., 2008; Strecher et al., 2005; Swartz et al., 2006; Te Poel et al., 2009), d.h. es war keine persönliche Interaktion vorgesehen, in 6 Studien war eine persönliche Interaktion mit Freunden und Angehörigen (An et al., 2008; Swan et al., 2010) oder Experten und anderen Programmteilnehmenden vorgesehen (An et al., 2008; Japuntich et al., 2006; McKay et al., 2008; Patten et al., 2006; Pike et al., 2007; Swan et al., 2010). Die persönliche Kommunikation wurde über Internet-Foren, E-Mails oder Internet-Chats realisiert.

Nahezu alle Interventionen basierten mehr oder weniger stark auf einer oder auch mehreren Theorien der Verhaltensänderung oder therapeutischen Prinzipien wie z.B. den Richtlinien zur Tabakentwöhnung (Fiore, 2000) oder kognitiv-behavioralen Prinzipien. Am häufigsten verwendet wurden Elemente der sozial-kognitiven Theorie (Bandura, 2001) (4 Studien) und Elemente des Transtheoretischen Modells (Prochaska & Velicer, 1997) (3 Studien). Die innerhalb der Studien evaluierten Programme variierten sehr stark hinsichtlich der Interventionsdauer und -intensität. Die kürzeste Intervention bestand aus einem einmaligen Feedbackbrief (Te Poel et al., 2009), die längste erstreckte sich über 1 Jahr (Brendryen et al., 2008; Brendryen & Kraft, 2008). Auch hinsichtlich der Strukturierung gab es starke Unterschiede: Während einzelne Programme zeitlich abgestimmt auf ein festgelegtes Rauchstopppdatum bestimmte Inhalte vermittelten (Brendryen & Kraft, 2008; Swan et al., 2010), war in anderen Programmen eine zeitlich flexible Nutzung verschiedener, inhaltlich abgegrenzter Module möglich (Swartz et al., 2006).

#### Kombinierte Interventionen

Eine kombinierte Intervention bestand aus sechs inhaltlich abgegrenzten Modulen eines vollautomatisierten Programms, die über mehrere Schulstunden hinweg bearbeitet wurden (Buller et al., 2008), die andere Intervention kombinierte eine individuelle Rückmeldung, die bei Bedarf wiederholt angefordert werden konnte, mit einer 10-minütigen einmaligen Gruppendiskussion und einer Selbsthilfebroschüre (Norman et al., 2008). Beide Interventionen verwendeten Elemente der sozial-kognitiven Theorie, in letzterer wurden zusätzlich Inhalte basierend auf weiteren Theorien vermittelt.

### **2.3.5 Studienergebnisse**

#### Rauchausstieg

Von den 14 internetbasierten Rauchausstiegsinterventionen erwiesen sich 6 zum letzten Nachbefragungszeitpunkt als wirksam gegenüber einer Kontrollgruppe (An et al., 2008; Brendryen et al., 2008; Brendryen & Kraft, 2008; Strecher et al., 2005; Swartz et al., 2006; Te Poel et al., 2009). Bei 8 Interventionen konnte zum letzten Nachbefragungszeitpunkt keine Überlegenheit gegenüber einer

Kontrollgruppe nachgewiesen werden. Die erzielten Abstinenzraten in den Interventionsgruppen variierten sehr stark und reichten von 4.0% (Oenema et al., 2008) bis 40.5% (An et al., 2008).

Interventionen, bei denen aufhörbereite Raucher/innen adressiert wurden, waren häufiger (5 von 8 Studien) wirksam als Interventionen, die sich an Raucher/innen unabhängig von der Aufhörbereitschaft richteten (1 von 6 Studien). Auch Studien, welche die Wirksamkeit vollautomatisierter Programme überprüften, erzielten häufiger einen signifikanten Interventionseffekt (5 von 8 Studien) als diejenigen, welche Programme mit Möglichkeiten zur persönlichen Kommunikation (1 von 6) testeten. Die Dauer der Intervention erwies sich als relativ unabhängig von der Wirksamkeit. Während sich 2 von 5 Studien mit einer Dauer von bis zu 3 Monaten als wirksam erwiesen, waren dies unter den 6 Studien mit einer Dauer über 3 Monate 3 Studien.

In den Abbildungen 2 bis 5 werden gepoolte Effektgrößen (Relative Risiken (RR) für Studien mit ähnlichen Kontrollgruppen dargestellt.

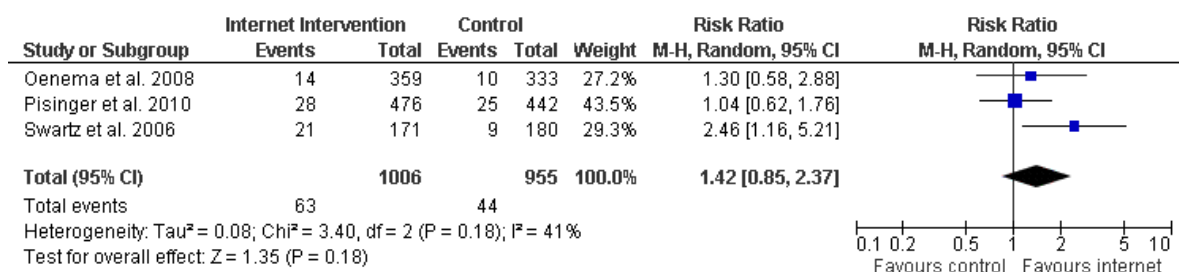


Abb. 2: Effektivitätsvergleich Internetprogramm versus Kontrollgruppe ohne Intervention

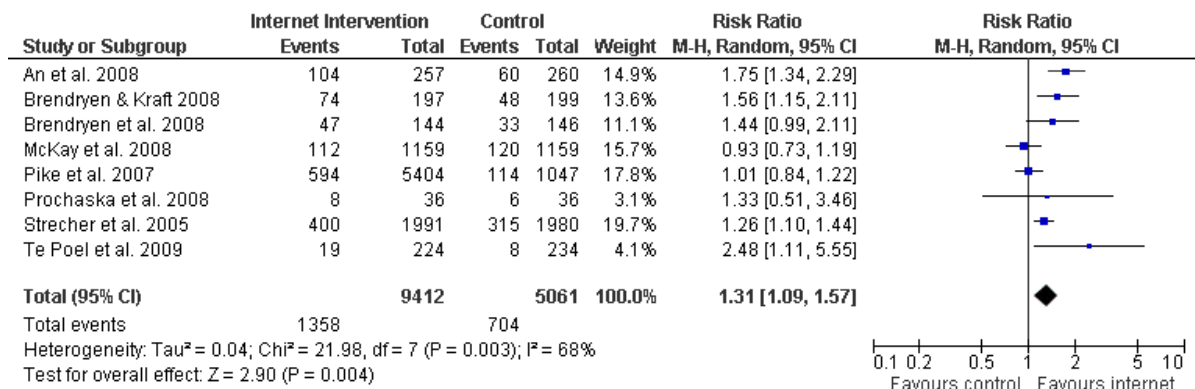


Abb. 3: Effektivitätsvergleich Internetprogramm versus Minimalintervention

Anmerkungen: In den Studien von Brendryen & Kraft 2008 sowie Brendryen et al. 2008 wurde aus Gründen der Vergleichbarkeit mit den anderen Studien nicht das Hauptzielkriterium der Studie, die wiederholte 7-Tages-Punktprävalenz-Abstinenz, sondern die nach 12 Monaten erfasste 7-Tages-Punktprävalenz-Rauchabstinenz als Erfolgskriterium verwendet.



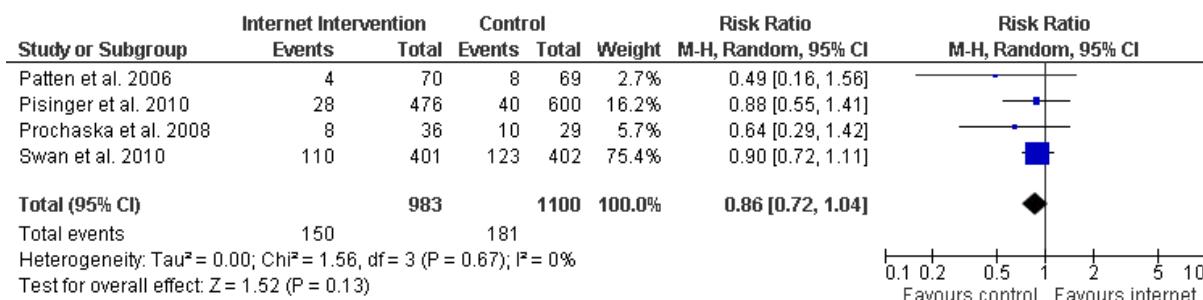


Abb. 4: Effektivitätsvergleich Internetprogramm versus persönliche Beratung

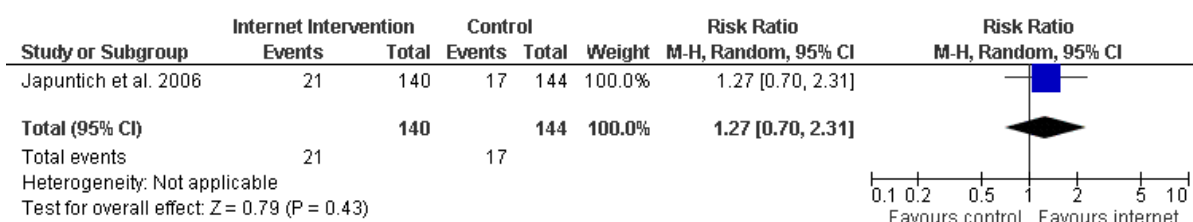


Abb. 5: Effektivitätsvergleich Standardintervention mit Internetprogramm versus Standardintervention

Beim Vergleich der Internetprogramme mit Kontrollgruppen ohne Intervention ergab sich über die drei Studien hinweg kein signifikanter Interventionseffekt (Relatives Risiko (RR) 1.42; 95%-Konfidenzintervall (KI) 0.85-2.37), tendenziell zeigte sich jedoch eine Überlegenheit der Internetprogramme (Abbildung 2). Ein Vergleich der Internetprogramme mit Kontrollgruppen, die eine Minimalintervention erhielten, ergab über die 8 berücksichtigten Studien hinweg einen signifikanten Interventionseffekt (RR 1.31; KI 1.09-1.57, Abbildung 3). Beim Vergleich der Internetprogramme mit persönlichen Beratungsinterventionen ergab sich kein signifikanter Interventionseffekt (RR 0.86; KI 0.72-1.04, Abbildung 4). Auch die Studie, in welcher eine Standardintervention bestehend aus Kurzberatung und Rauchstopmedikation mit der Standardintervention mit zusätzlichem Internetprogramm verglichen wurde, konnte keinen signifikanten Interventionseffekt nachweisen (RR 1.27; KI 0.70-2.31, Abbildung 5).

### Kombinierte Interventionen

Beide kombinierten Interventionen zur Förderung des Rauchausstiegs bei rauchenden Schüler/innen und zur Verhinderung des Einstiegs bei nichtrauchenden, konnten auf einzelnen Zielkriterien signifikante Interventionseffekte nachweisen, wohingegen sich auf anderen Zielkriterien keine Unterschiede zwischen den Gruppen zeigten.

In der australischen Studie, innerhalb derer das Programm „Consider This“ (Buller et al., 2008) überprüft wurde, haben innerhalb von sieben Monaten 1.9% mehr Schülerinnen und Schüler der Interventionsgruppe das Rauchen aufgegeben als in der Kontrollgruppe ohne Intervention und 1.6% weniger Nichtraucher der Interventionsgruppe haben mit dem Rauchen angefangen. Zwischen den Gruppen zeigte sich kein Unterschied in der Absicht in Zukunft zu rauchen.

Nach Teilnahme am kanadischen Programm „Smoking Zine“ (Norman et al., 2008) ergab sich im Vergleich zur Kontrollgruppe bei den Nichtrauchernden der Interventionsgruppe keine erhöhte Selbstwirksamkeit dem Rauchen zu widerstehen und auch keine geringere Intention zu Rauchen. Allerdings war der Anteil stark Rauchender bei initial Nichtrauchernden in der Interventionsgruppe zum Zeitpunkt der Nachbefragung geringer als bei initial Nichtrauchernden der Kontrollgruppe. Bei den initial Rauchenden verringerte das Programm die Intention weiter zu rauchen, führte jedoch nicht zu einem geringeren Anteil stark Rauchender.

## **2.4 Ergebnisdiskussion „Literaturübersicht“**

Bislang liegen 16 Studien vor, welche Rückschlüsse über die Wirksamkeit internetbasierter Programme im Bereich Tabakrauchen erlauben. Sechs dieser Studien stammen aus dem europäischen Raum, davon allerdings keine aus dem deutschsprachigen Raum oder der Schweiz. Alle Studien überprüften die Wirksamkeit von internetbasierten Rauchausstiegsprogrammen. Zwei Studien befassen sich gleichzeitig mit der Effektivität von Internetprogrammen zur Verhinderung des Raucheinstiegs bei Jugendlichen. Es wurde keine Studie identifiziert, welche die Wirksamkeit eines Internetprogramms zum Schutz vor Passivrauch überprüfte.

Die methodische Qualität der eingeschlossenen Studien ist insgesamt gut. Der überwiegende Anteil der Studien verwendete angemessene Stichprobengrößen und die Datenauswertungen erfolgten unter Berücksichtigung des Prinzips des Intention-to-treat. Allerdings erfolgte nur in wenigen Studien eine biochemische Validierung des Rauchstatus.

Im Vergleich zu keiner Intervention oder einer Minimalinterventionen sind Internetinterventionen erfolgversprechend zur Erhöhung der Rate Rauchabstinner; im Vergleich zu persönlichen Beratungsinterventionen erwiesen sich die bislang vorliegenden Programme tendenziell als weniger wirksam, als Zusatz zu einer Standardintervention konnte ein Internetprogramm keine erhöhte Wirksamkeit erzielen.

Die Anzahl der in den letzten Übersichtsarbeiten eingeschlossenen Studien zur internetbasierten Förderung des Rauchausstiegs zeigt eine zunehmende Forschungsaktivität in diesem Bereich. Während in der Übersicht von Myung et al. (2009) vom August 2008 noch neun Arbeiten zusammengefasst wurden, konnten Shahab et al. (2009) im Dezember 2008 bereits elf Studien berücksichtigen. In der aktuellen Arbeit konnten vier weitere Studien zur Wirksamkeit von Rauchausstiegsprogrammen berücksichtigt werden. Insbesondere für die Bewertung der Wirksamkeit internetbasierter Rauchausstiegsprogramme im Vergleich zu Kontrollgruppen ohne Intervention liegt nun eine grössere Datenbasis vor. So konnten in dieser Übersicht neben einer Studie, die bereits bei Shahab et al. (2009) eingeschlossen wurde, zwei weitere Studien mit Kontrollgruppe ohne Intervention berücksichtigt werden. Auch für den Effektivitätsvergleich von Internetprogrammen mit persönlicher Beratung lagen für diese Arbeit zwei weitere Studien vor.

Auf Grundlage dieser erweiterten Datenbasis ist die Überlegenheit von Internetprogrammen gegenüber Kontrollgruppen ohne Intervention etwas kritischer zu betrachten als in der Arbeit von Shahab et al. (2009), da sich über die drei Studien hinweg kein signifikanter Interventionseffekt, tendenziell jedoch eine Überlegenheit der Internetprogramme ergab. Beim Vergleich der Internetprogramme mit Kontrollgruppen, die eine Minimalintervention erhielten und beim Vergleich

mit persönlichen Beratungsinterventionen konnten die Ergebnisse von Shahab et al. (2009) im Wesentlichen bestätigt werden.

Trotz der grösseren Grundlage eingeschlossener Studien, ist es aufgrund der Heterogenität der Studien hinsichtlich der adressierten Zielgruppen, der verwendeten Methodik und der Dauer und Intensität der Interventionen immer noch schwer möglich, studienübergreifende Schlussfolgerungen zu ziehen und Empfehlungen für die Ausgestaltung künftiger Internetprogramme abzuleiten. Tendenziell scheinen Interventionen, welche ausschliesslich aufhörbereite Raucher adressieren eher erfolversprechend als Interventionen, welche sich an alle Raucher einer bestimmten Population richten. Auch vollautomatisierte Interventionen waren häufiger wirksam als teilautomatisierte, allerdings stellen die vollautomatisierten Interventionen aufgrund der unterschiedlichen anvisierten Zielgruppen, der unterschiedlichen Inhalte und Intensitäten wiederum eine sehr heterogene Gruppe von Interventionen dar, sodass neben dem Grad der Automatisierung andere Charakteristika für den Interventionserfolg verantwortlich sein könnten.

Die empirische Evidenz zur Wirksamkeit kombinierter Interventionen zur Förderung des Ausstiegs und Verhinderung des Einstiegs ist im Vergleich zu den ausschliesslichen Rauchausstiegsinterventionen bislang noch sehr gering. Hierzu liegen bislang lediglich zwei Wirksamkeitsstudien vor, die, wenngleich die erzielten Effekte auch nur sehr gering waren und sich auf einzelnen Zielkriterien beschränkten, erfolversprechend für den Einsatz in Schulklassen erscheinen.

Die systematische Literaturübersicht konnte aufzeigen, dass insbesondere zur Förderung des Rauchausstiegs bei aufhörbereiten Personen wirksame Programme vorliegen. Diese wurden bei unterschiedlichen Zielgruppen (Studierende, Allgemeinbevölkerung, Mitarbeitende in Betrieben) überprüft und sind von stark variierender Intensität und Dauer, vom einmaligen Feedbackbrief (Te Poel et al., 2009) bis zur mehr als 100-maligen Kontaktierung über einen Zeitraum von einem Jahr hinweg (Brendryen et al., 2008). Ablauf, Struktur und Inhalte dieser international wirksamen Programme könnten auch die Grundlage für Internetprogramme in der Schweiz darstellen. Um zu überprüfen, ob diese Programme sich dann auch national bewähren, sind wiederum entsprechende Wirksamkeitsstudien erforderlich. Internationale Programme zur kombinierten Förderung des Rauchausstiegs und Verhinderung des Einstiegs bei Jugendlichen erscheinen erfolversprechend, bedürfen aber einer weiteren empirischen Überprüfung. Zum Schutz vor Passivrauch konnten innerhalb der Literatursuche bislang weder internetbasierte Interventionen noch Wirksamkeitsstudien gefunden werden. In diesem Bereich erscheint auch international noch erheblicher Entwicklungs- und Forschungsbedarf.

Eine schweizerische Studie von Etter et al. (Etter, 2005), die über die Literatursuche identifiziert wurde, konnte nicht in diese Literaturübersicht eingeschlossen werden. Diese verglich die Wirksamkeit des schweizerischen Programms „stop-tabac.ch“ mit einer Variante des Programms, welche stärker auf die Vermittlung von Information über Nikotinersatzprodukte abzielte. Das Programm *stop-tabac* adressiert aktuell Rauchende und Ex-Rauchende und bietet neben wiederholten individualisierten Feedbacks auch Möglichkeiten zur Kommunikation mit anderen Programmteilnehmenden sowie interaktive Tests und Spiele. Bei der Nachbefragung nach 2.5 Monaten waren initial rauchende Nutzer/innen des ursprünglichen Programms häufiger abstinent (10.9%) als Nutzer/innen des modifizierten Programms (8.9%). Unter den Ex-Rauchenden waren dies 25.2% bzw. 15.7%. Aufgrund dessen, dass zwei Varianten eines Internetprogramms verglichen wurden, erlaubt die Studie allerdings keine Rückschlüsse über die Wirksamkeit des Programms im

Vergleich zu keiner Intervention, einer Minimalintervention oder einer Standardintervention. Vergleicht man die erzielten Abstinenzraten mit denen der in dieser Übersicht dargestellten Studien, so liegen diese im mittleren Bereich, allerdings ist ein Vergleich der Abstinenzraten zwischen den Studien nur sehr bedingt möglich, da die Einschlusskriterien, Zielkriterien und Nachbefragungszeitpunkte sehr stark variieren.

### **3. Internetrecherche und Kriterienrating nationaler webbasierter Programme zum Tabakrauchen im internationalen Vergleich**

#### **3.1 Hintergrund**

Bislang liegt weder eine systematische Übersicht webbasierter Programme zum Tabakrauchen in der Schweiz vor, noch wurden die nationalen Programme hinsichtlich deren Qualität bewertet und mit internationalen Programmen verglichen. Letzteres könnte unter Umständen darauf zurückzuführen sein, dass bislang lediglich englischsprachige Kriterien zur Bewertung der Inhalte und der Benutzerfreundlichkeit von webbasierten Programmen zum Tabakrauchen vorliegen (B. Bock et al., 2004).

Innerhalb dieses Teilprojekts sollten diese Defizite angegangen werden. Zunächst wurden mittels systematischer Internetrecherche alle nationalen webbasierten Programme zum Tabakrauchen identifiziert. In einem zweiten Schritt wurde eine Stichprobe international verfügbarer Programme über eine möglichst ähnliche Suchstrategie identifiziert. Anschliessend wurden die nationalen Programme mit den Internationalen anhand eines Kriterienratings durch geschulte Raterinnen hinsichtlich der inhaltlichen Vollständigkeit, der Korrektheit der Information, der Interaktivität der Inhalte, der Benutzerfreundlichkeit sowie der Einhaltung ethischer Richtlinien verglichen.

#### **3.2 Internetrecherche**

##### **3.2.1 Suchkriterien**

Im Rahmen der standardisierten Recherche nach Internetplattformen mit webbasierten Programmen zum Tabakrauchen wurde nach Websites (Synonyme: Internetangeboten, Webauftritten, Internetprogrammen) gesucht, die a) den Ausstieg fördern, b) den Einstieg verhindern, c) vor Passivrauchen schützen oder (d) eine Kombination aus a-c darstellen. Die Internetrecherche wurde im September 2010 durchgeführt.

Eingeschlossen wurde eine Website sowohl bei der nationalen als auch bei der internationalen Suche dann, wenn sie Informationen zur Förderung des Ausstiegs, zur Verhinderung des Einstiegs oder zum Schutz vor Passivrauchen sowie ein gewisses Ausmass an Interaktivität beinhaltete. Die interaktive Komponente konnte z.B. durch computergestützte individualisierte Rückmeldungen, Selbsttests oder Möglichkeiten zur internetbasierten Kommunikation via Forum, Chat oder E-Mail abgedeckt sein. Dabei galt als übergeordnetes Kriterium, dass die Nutzenden die Website und das Internet nicht verlassen müssen, um Beratung oder Information zu erhalten.

In Anlehnung an Bock et al. (2004) galten folgende Ausschlusskriterien:

- Nur Verkauf von Produkten (keine Behandlungskomponenten auf der Website)
- Nur Artikel/Hintergrundinformationen (Forschungsberichte etc.) über Rauchen, Rauchentwöhnung, Tabakabhängigkeit u. ä. (nicht primär dafür gedacht, Personen bei einem Rauchstopp zu unterstützen, den Einstieg zu verhindern oder die Passivrauchbelastung zu reduzieren)
- Nur Links (auf andere Seiten, Buchhandlungen, Hotlines etc.)
- Nur Verweise auf professionelle Offline-Hilfe (Nutzer/in muss Internet verlassen um Hilfe zu bekommen)

- Nur Kundgebungen/Informationen von Interessengruppen oder politischen Bewegungen/Aktionen (z. B. Nichtraucher-Bewegung)
- Nur Informationen für Fachleute/Behandelnde/Lehrpersonen etc.
- Nicht mehr aktive Websites („404 file not found“)
- Websites mit nicht relevanten Inhalten
- Blogs und Foren privater Natur
- Websites von Nichtraucherlokalen, Guides mit Nichtraucherlokalen (Restaurants, Hotels, Bars, etc.)
- Anderes (nicht Relevantes)

### 3.2.2 Nationale Internetrecherche

#### Suchmaschinen und -begriffe

Für die Identifikation von Websites zur Tabakprävention in der Schweiz wurden die fünf meist genutzten Suchmaschinen (basierend auf den Marktanteilen, siehe <http://news.worldsites-schweiz.ch/google-marktanteil-in-der-schweiz.htm>) verwendet. Dies waren [www.google.ch](http://www.google.ch), [www.bluewin.ch](http://www.bluewin.ch), [www.search.ch](http://www.search.ch), [www.bing.com](http://www.bing.com) und [www.yahoo.ch](http://www.yahoo.ch).

Ausgehend von entsprechenden Suchbegriffen wurde die nationale Suche mittels dieser Suchmaschinen (top-down) sowie über Linkverzeichnisse gefundener Websites (bottom-up) iterativ durchgeführt.

Bei der direkten Suche (top-down) wurden jeweils die ersten zehn Resultate für jeden Suchbegriff berücksichtigt. Tabelle 5 zeigt die Suchbegriffe, die jeweils getrennt in Deutsch, Französisch und Italienisch angewendet wurden.

*Tabelle 5: Suchbegriffe der nationalen Internetrecherche*

Sprache	Suchbegriffe
Deutsch	rauchen, rauchen aufhören, Raucherentwöhnung, Rauch-Stopp, Nichtraucher, Nichtraucher, rauchfrei
Französisch	fumer, arrêter de fumer, l'arrêt du tabagisme, stop tabac, non-fumeur, sans fumée, ne pas fumer
Italienisch	fumare, smettere di fumare, cessazione del fumo, stop al fumo, non fumatore, senza fumo, non fumare

Die Suche in 5 Suchmaschinen unter Berücksichtigung der ersten 10 Treffer bei je 7 Suchbegriffen in 3 Sprachen resultierte in insgesamt 1050 Treffern.

#### Ablauf der Recherche

Abbildung 6 gibt einen Überblick über die unterschiedlichen Schritte bei der Auswahl der nationalen Websites.

*Abbildung 6: Ablauf der nationalen Internetrecherche*

Die 1050 aus der Suchmaschinenrecherche resultierenden Treffer wurden zunächst durch eine wissenschaftliche Mitarbeiterin des ISGF gesichtet und gemäss den oben beschriebenen Ein- und Ausschlusskriterien beurteilt.

Insgesamt wurden zunächst 840 Suchmaschinentreffer aufgrund der oben beschriebenen Kriterien ausgeschlossen. Das heisst, nach Eingabe der in Tabelle 1 beschriebenen Suchbegriffe in eine der 5 Suchmaschinen wiesen 210 (20%) von 1050 Suchtreffern auf ein internetbasiertes Programm zur Tabakprävention hin. Die 840 ausgeschlossenen Suchmaschinenresultate wurden weiter analysiert und gemäss dem Ausschlusskriterium (siehe 3.2.1) einer oder mehreren Kategorien zugeteilt. Dabei ergab sich die in Abbildung 7 dargestellte Verteilung.

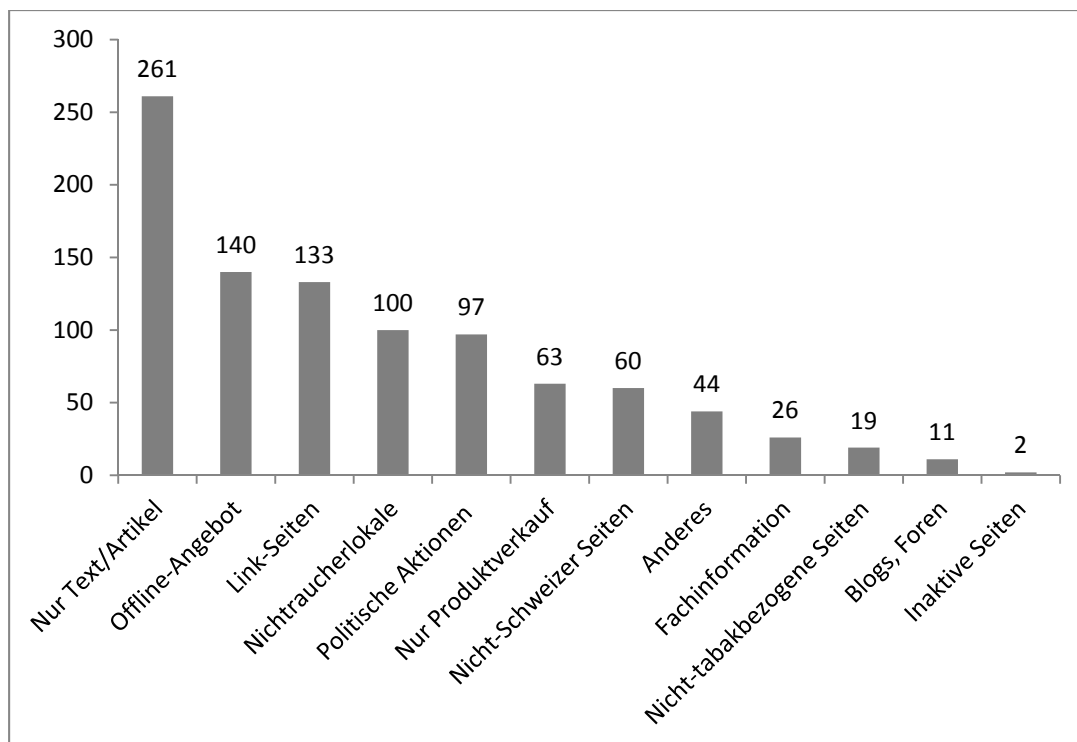


Abbildung 7: Anzahl ausgeschlossener Suchmaschinenresultate nach Ausschlusskategorie (Mehrfachnennungen)

Anschliessend wurden redundante Suchmaschinentreffer, die sich auf die gleiche URL bezogen, ausgeschlossen. Nach dem Ausschluss von 201 redundanten Treffern blieben zunächst noch 9 relevante Websites. Bei der eingehenden Sichtung dieser 9 Websites wurden zusätzlich Links zu drei weiteren relevanten Websites gefunden, bei 2 Websites zeigte sich, dass nicht alle Einschlusskriterien erfüllt waren. Eine zunächst als relevant erachtete Website ([www.vitafocus.ch](http://www.vitafocus.ch)) beinhaltete ausschliesslich eine kostenpflichtige, persönliche E-Mailberatung zur Förderung des Rauchausstiegs. Es wurden weder internetbasierte Informationen zum Rauchausstieg noch standardisierte interaktive Komponenten angeboten. Eine Website ([www.lung.ch/de/themenschwerpunkte/mit-rauchen-aufhoeren.html](http://www.lung.ch/de/themenschwerpunkte/mit-rauchen-aufhoeren.html)) wurde ausgeschlossen, da diese keine eigenständigen interaktiven Inhalte, sondern lediglich Links zu anderen Websites ([www.stoptabac.ch](http://www.stoptabac.ch), [www.zielnichtrauchen.ch](http://www.zielnichtrauchen.ch)), die bereits eingeschlossen waren, beinhaltete. Eine weitere nationale Website ([www.hon.ch](http://www.hon.ch)) wurde ausgeschlossen, da diese ein Rauchausstiegsprogramm ausschliesslich in englischer Sprache bereitstellte.

### Ergebnisse der Recherche

Insgesamt resultierten aus der nationalen Recherche 9 relevante Websites. Alle Websites boten interaktive Informationsmöglichkeiten zum Thema Rauchausstieg. Vier Websites beinhalteten zusätzlich interaktive Komponenten und Informationsmöglichkeiten zur Verhinderung des Einstiegs.

Tabelle 6 stellt die 9 innerhalb der nationalen Recherche identifizierten Websites, deren Interventionskategorien, verwendete Sprache(n), sowie Altersgruppe und Geschlecht der jeweiligen Zielgruppe dar.



Tabelle 6: Websites resultierend aus der nationalen Internetrecherche

URL	Interventionskategorien	Sprache(n)	Alter der Zielgruppe	Geschlecht der Zielgruppe
<b>stoptabac.ch</b>	Rauchausstieg	D, F, I	Unspezifisch	Unspezifisch
<b>zielnichttrauchen.ch</b>	Rauchausstieg	D	Unspezifisch	Unspezifisch
<b>at-schweiz.ch</b>	Rauchausstieg	D, F, I	Unspezifisch	Unspezifisch
<b>emox.ch</b>	Rauchausstieg, Verhinderung des Einstiegs	D	Jugendliche, Junge Erwachsene	Unspezifisch
<b>feelok.ch</b>	Rauchausstieg, Verhinderung des Einstiegs	D	Jugendliche	Unspezifisch
<b>dr-walser.ch</b>	Rauchausstieg	D	Erwachsene	Unspezifisch
<b>feelreal.ch</b>	Rauchausstieg	D	Jugendliche, Junge Erwachsene	Weiblich
<b>nuitgrave.ch</b>	Rauchausstieg, Verhinderung des Einstiegs	F	Jugendliche, Junge Erwachsene	Unspezifisch
<b>ciao.ch</b>	Rauchausstieg, Verhinderung des Einstiegs	F	Jugendliche, Junge Erwachsene	Unspezifisch

Im Anhang 1 sind die aus der nationalen Recherche resultierenden webbasierten Programme zum Tabakrauchen jeweils hinsichtlich folgender Kriterien beschrieben: URL, Anbieter (Organisation), Interventionskategorie, Alter der Zielgruppe, Geschlecht der Zielgruppe, interaktive Inhalte, persönliche Online-Hilfen, nicht-interaktive Inhalte, Programmintensität und Programmdauer.

### 3.2.3 Internationale Internetrecherche

#### Suchmaschinen und -begriffe

Eine zur nationalen Recherche analoge Vorgehensweise war für die Recherche internationaler Websites aus verschiedenen Gründen nicht möglich. Zum einen sind die Suchmaschinenergebnisse jeweils sehr stark davon abhängig, von welchem Standort aus eine Recherche durchgeführt wird. So ergibt z.B. eine Internetrecherche in der Schweiz immer einen deutlich höheren Anteil an schweizerischen und deutschsprachigen Websites als eine in Italien, Frankreich oder den USA durchgeführte Recherche. Zum zweiten wäre die Berücksichtigung von jeweils 10 Suchresultaten, nach der Eingabe von jeweils 7 Suchbegriffen in 5 Suchmaschinen verschiedener Länder und Sprachen, innerhalb dieses Projekts zu umfangreich gewesen, zumal sich die nationale Recherche bereits als sehr zeitaufwändig erwies.

Vor diesem Hintergrund wurde für die internationale Recherche eine vereinfachte Suchstrategie gewählt. Es wurde ausschliesslich die Suchmaschine Google ([www.google.com](http://www.google.com)) verwendet, welche basierend auf den bei der nationalen Suche gemachten Erfahrungen, das Auffinden relevanter Websites ausreichend abdeckte. Der Marktanteil von Google liegt in der Schweiz derzeit bei ca. 92% (siehe <http://news.worldsites-schweiz.ch/google-marktanteil-in-der-schweiz.htm>). Weiter wurde

ausschliesslich das Top-Down-Verfahren angewendet und die Links in bereits gefundenen Websites wurden nicht weiter nach anderen möglichen relevanten Websites durchsucht.

Zusätzlich zu den bei der nationalen Recherche verwendeten Suchbegriffen auf Deutsch, Französisch und Italienisch wurden auch englische Suchbegriffe verwendet. Ebenfalls aufgrund ökonomischer Überlegungen wurde bei der internationalen Suche nicht mehr getrennt nach den gleichen Begriffen in den vier Sprachen, sondern lediglich getrennt nach Bedeutungen gesucht. So wurde der jeweilige Suchbegriff in allen Sprachen mit einer OR-Verknüpfung eingegeben. Daraus ergaben sich folgende 7 Verknüpfungen:

- 1) smoking OR rauchen OR fumer OR fumare
- 2) stop smoking OR rauchen aufhören OR arrêter de fumer OR smettere di fumare
- 3) smoking cessation OR Raucherentwöhnung OR l'arrêt du tabagisme OR cessazione del fumo
- 4) stop tobacco OR Rauch-Stopp OR stop tabac OR stop al fumo
- 5) non-smoker OR Nichtraucher OR non-fumeur OR non fumatore
- 6) no smoking OR nicht rauchen OR ne pas fumer OR non fumare
- 7) smokefree OR rauchfrei OR sans fumée OR senza fumo

Für jede der 7 Verknüpfungen wurden jeweils die Resultate der ersten zwei Google-Seiten, das heisst die ersten 20 Suchtreffer berücksichtigt.

#### Ablauf der Recherche

Abbildung 8 gibt einen Überblick über die unterschiedlichen Schritte bei der Auswahl der internationalen Websites.

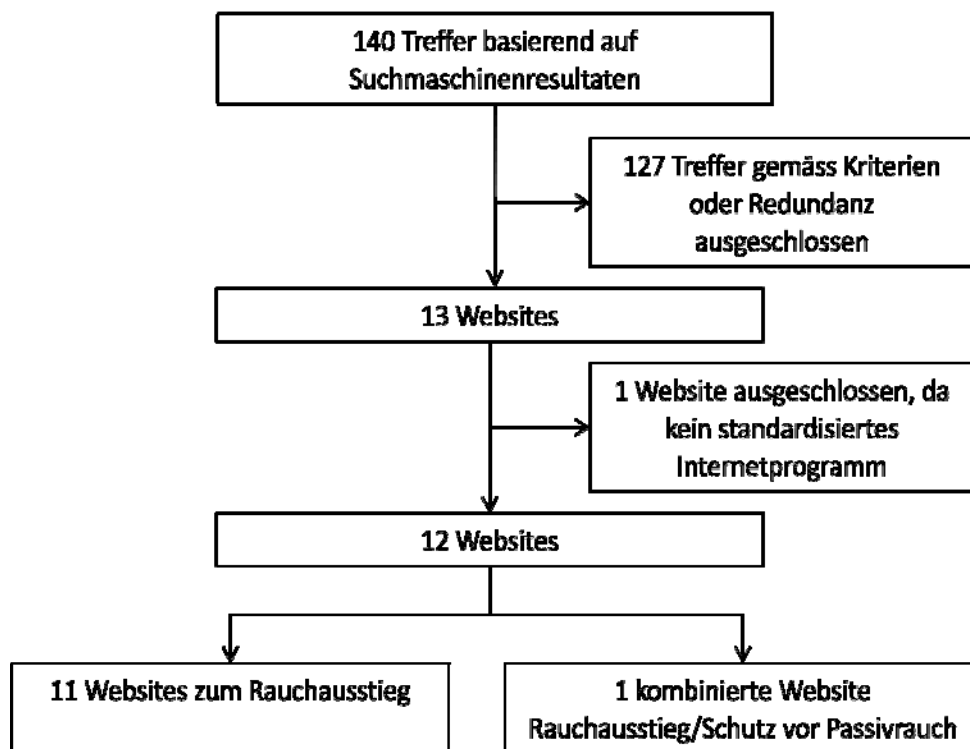


Abbildung 8: Ablauf der internationalen Internetrecherche

Im Rahmen der internationalen Suche wurden unter Berücksichtigung der Ein- und Ausschlusskriterien, sowie nach dem Ausschluss redundanter Treffer, zunächst 13 relevante Websites identifiziert. Nach eingehender Sichtung dieser Websites durch die wissenschaftliche Mitarbeiterin wurde eine weitere Website ([www.engler-seminare.de](http://www.engler-seminare.de)) ausgeschlossen, da über diese kein standardisiertes Onlineprogramm zugänglich war, sondern lediglich telefonische Beratungsgespräche und via Internet anzufordernde Lernpläne im PDF-Format angeboten wurden.

### Ergebnisse der Recherche

Insgesamt resultierten 12 Websites aus der internationalen Recherche. Alle Websites boten interaktive Informationsmöglichkeiten zum Thema Rauchausstieg. Eine Website beinhaltete zusätzlich interaktive Komponenten zum Schutz vor Passivrauch. Tabelle 7 stellt die 12 innerhalb der internationalen Recherche identifizierten Websites, deren Ursprungsland und Sprache(n), Interventionskategorien sowie Alter und Geschlecht derer Zielgruppen dar.

*Tabelle 7: Websites resultierend aus der internationalen Recherche*

<b>URL</b>	<b>Land</b>	<b>Sprache(n)</b>	<b>Interventionskategorien</b>	<b>Alter der Zielgruppe</b>	<b>Geschlecht der Zielgruppe</b>
<a href="http://stop-simply.de">stop-simply.de</a>	D	Deutsch	Rauchausstieg	Unspezifisch	Unspezifisch
<a href="http://focus.de/gesundheit/gesundleben/nichtrauchen/motivation/nichtrauchen-coach_aid_9092.html">focus.de/gesundheit/gesundleben/nichtrauchen/motivation/nichtrauchen-coach_aid_9092.html</a>	D	Deutsch	Rauchausstieg	Unspezifisch	Unspezifisch
<a href="http://rauchfrei.de">rauchfrei.de</a>	D	Deutsch	Rauchausstieg	Unspezifisch	Unspezifisch
<a href="http://rauchstopp-online.de">rauchstopp-online.de</a>	D	Deutsch	Rauchausstieg	Unspezifisch	Unspezifisch
<a href="http://rauchen-abgewoehnen.info">rauchen-abgewoehnen.info</a>	D	Deutsch	Rauchausstieg	Unspezifisch	Unspezifisch
<a href="http://nichtraucher-hilfe.com">nichtraucher-hilfe.com</a>	D	Deutsch	Rauchausstieg	Unspezifisch	Unspezifisch
<a href="http://quitnet.com">quitnet.com</a>	USA	Englisch, Spanisch	Rauchausstieg	Unspezifisch	Unspezifisch
<a href="http://whyquit.com">whyquit.com</a>	USA	Englisch	Rauchausstieg	Unspezifisch	Unspezifisch
<a href="http://smokefree.gov">smokefree.gov</a>	USA	Englisch	Rauchausstieg, Schutz vor Passivrauch	Unspezifisch	Unspezifisch
<a href="http://ffsonline.org">ffsonline.org</a>	USA	Englisch	Rauchausstieg	Erwachsene	Unspezifisch
<a href="http://smokefree.nhs.uk">smokefree.nhs.uk</a>	GB	Englisch	Rauchausstieg	Unspezifisch	Unspezifisch
<a href="http://quitsmoking.about.com">quitsmoking.about.com</a>	USA	Englisch	Rauchausstieg	Unspezifisch	Unspezifisch

### **3.3 Erarbeitung von Kriterien zur Bewertung webbasierter Programme zum Tabakrauchen**

#### **3.3.1 Übersicht der Bewertungskriterien**

Die Bewertung der innerhalb der nationalen und internationalen Internetrecherchen identifizierten Websites zur Tabakprävention sollte im Wesentlichen hinsichtlich folgender Dimensionen erfolgen:

- Inhalte (Inhaltsabdeckung, Korrektheit der Inhalte, Interaktivität der Inhalte)
- Benutzerfreundlichkeit
- Einhaltung ethischer Richtlinien

#### **3.3.2 Kriterien zur inhaltlichen Bewertung**

Die inhaltliche Vollständigkeit der recherchierten Websites erfolgte anhand der Smoking Treatment Content Scale (STS-C). Diese Skala wurde von Bock et al. (2004) entwickelt und bereits in mehreren Studien zur Bewertung englischsprachiger Websites zum Rauchausstieg eingesetzt (B. Bock et al., 2004; B. C. Bock, Graham, Whiteley, & Stoddard, 2008). Die STS-C ist eine Checkliste mit 12 Items, anhand derer geschulte Rater jeweils eine Website hinsichtlich derer inhaltlichen Vollständigkeit bewerten können. Die Kriterien basieren auf den Richtlinien für die Behandlung von Tabakabhängigkeit aus dem Jahr 2000 (Fiore, 2000). Ursprünglich wurden diese für medizinische Fachpersonen als Grundlage für Beratungsgespräche zur Förderung der Rauchabstinenz entwickelt. Von Bock et al. wurden die Kriterien für die Bewertung von Websites zur Förderung des Rauchausstiegs angepasst.

Die STS-C wurde zunächst ins Deutsche übersetzt und anschliessend anhand der Richtlinien für die Behandlung von Tabakabhängigkeit aus dem Jahr 2008 (Fiore, Jaén, & Baker, 2008) geringfügig modifiziert. Die Modifikationen betrafen ausschliesslich die Empfehlungen hinsichtlich medikamentöser Unterstützung beim Rauchausstieg. Die vollständige Version der deutschsprachigen Version der STS-C ist im Anhang 3 zu finden.

Folgend sind die 12 Kriterien in Kurzform dargestellt:

1. Die Website rät klar und deutlich jeder rauchenden Person, damit aufzuhören.
2. Die Website rät individuell jeder rauchenden Person, damit aufzuhören.
3. Auf der Website wird die Aufhörbereitschaft erfasst.
4. Die Anwender/innen werden anhand von Ausstiegsplänen unterstützt.
5. Die Website bietet angewandte psychologische Beratung an.
6. Die Beratung beinhaltet (auch) soziale Unterstützung.
7. Die Website empfiehlt die Anwendung anerkannter Pharmakotherapien.
8. Es werden Follow-up-Kontakte arrangiert.
9. Die Motivation wird durch die Betonung der Relevanz eines Ausstiegs gefördert.
10. Die Motivation wird durch die Betonung von Risiken gefördert.
11. Die Motivation wird durch die Betonung von Belohnung gefördert.
12. Die Motivation wird durch die Thematisierung von Hindernissen gefördert.

Die Antwortoptionen für die 12 Kriterien waren jeweils:

- 1 = Nein
- 2 = Minimal
- 3 = Angemessen
- 4 = Überdurchschnittlich
- 5 = Extensiv

Neben der inhaltlichen Vollständigkeit erfolgte in Anlehnung an die Vorgehensweise von Bock et al. (2004) eine Bewertung der Korrektheit und Interaktivität der auf den Websites dargestellten Inhalte. Die Bewertung der inhaltlichen Korrektheit erfolgte separat für jedes der 12 Inhaltskriterien auf einer dreistufigen Skala:

- 1= überwiegend inkorrekt/gefährlich
- 2= überwiegend korrekt/kleine Fehler
- 3= völlig korrekt/keine Fehler

Falls bestimmte Inhalte bei einer Website nicht vorkamen, erfolgte keine Bewertung deren Korrektheit und das Kriterium wurde als „nicht anwendbar“ bewertet.

Die Interaktivität der einzelnen inhaltlichen Kriterien wurde anhand der beiden Antwortoptionen „Ja“ und „Nein“ eingestuft. Als interaktiv wurden einzelne Module angesehen, welche auf Grundlage einer Eingabe durch den Nutzenden eine spezifische Information rückmeldeten (Feedback). Falls bestimmte Inhalte bei einer Website nicht vorkamen, wurde die Bewertung der Interaktivität nicht vorgenommen und das Kriterium wurde als „nicht anwendbar“ bewertet.

### **3.3.3 Kriterien zur Bewertung der Benutzerfreundlichkeit**

Die Bewertung der Benutzerfreundlichkeit der Websites erfolgte auf der Grundlage einer Skala von Kuosmanen et al. (2010). Diese Skala basiert auf europäischen Qualitätskriterien für Online-Angebote im Gesundheitsbereich (eEurope, 2002) und beinhaltet drei Subskalen (1) zum Inhalt, (2) zur Struktur und (3) zur visuellen Erscheinung. Insbesondere die Subskala zur Struktur, bestehend aus 11 Items, erwies sich in einer finnischen Studie als sehr reliabel (interne Konsistenz Cronbach's alpha=.90) und wurde ins Deutsche übersetzt. Diese Subskala zur Struktur wurde als geeignet zur Bewertung der Benutzerfreundlichkeit der Websites angesehen und verwendet.

Folgende Items bilden die Subskala zur Bewertung der Struktur von Websites:

1. Die Website ist einfach zu benutzen.
2. Alle relevanten Informationen sind auf der Startseite zu finden.
3. Die Startseite ermöglicht ein einfaches Navigieren zu weiteren Seiten.
4. Es ist einfach, sich von Seite zu Seite zu bewegen.
5. Man kann sich schnell von einer Seite zur nächsten bewegen.
6. Die Navigation zwischen den Seiten ist einheitlich.
7. Einfärbungen/Farben helfen beim Navigieren zwischen den Seiten.
8. Die Struktur der Seiten ist einheitlich.
9. Der generelle Aufbau der Website ist klar.
10. Der Urheber/die Urheberin der Website ist auf jeder Seite ersichtlich.
11. Jeder Seite (Rubrik) wird ein Themenbereich zugeordnet.

Die Antwortkategorien für die Beurteilung der Benutzerfreundlichkeit waren Folgende:

- 1 = Stimme überhaupt nicht zu
- 2 = Stimme eher nicht zu
- 3 = Stimme eher zu
- 4 = Stimme völlig zu

### **3.3.4 Kriterien zur Einhaltung ethischer Richtlinien**

Neben der Bewertung der Inhalte und der Benutzerfreundlichkeit der Websites sollte eine Bewertung hinsichtlich der Einhaltung ethischer Richtlinien erfolgen. Die Kriterien für diese Bewertung wurden basierend auf den Qualitätskriterien für Anbieter/innen psychologischer Online-Beratung der Föderation der Schweizer Psychologen ([http://www.psychologie.ch/fileadmin/user\\_upload/dokumente/berufspolitik/d-qual-krit-inet-06.pdf](http://www.psychologie.ch/fileadmin/user_upload/dokumente/berufspolitik/d-qual-krit-inet-06.pdf)) entwickelt. Zusätzlich wurde ein Kriterium zum Vorhandensein von Informationen zur Schädlichkeit des Passivrauchens angewandt.

Folgende Kriterien zur Bewertung der Einhaltung ethischer Richtlinien wurden eingesetzt:

1. Anbieter/in ist identifizierbar (Impressum).
2. Das Angebot ist transparent/verständlich.
3. Es erfolgt eine Auskunft über fachspezifische Kompetenzen der Anbieter/in.
4. Falls kostenpflichtig: Auskunft über Kosten sind vorhanden.
5. Falls Beratung per E-Mail: Angaben über Antwortfristen sind vorhanden.
6. Hinweise auf lokale Angebote von Beratungsstellen sind vorhanden.
7. Falls notwendig: Gewährleistung von Vertraulichkeit und Schweigepflicht ist gegeben.
8. Hinweis, dass ein webbasiertes Tabakpräventionsangebot keine persönliche ärztliche Beratung ersetzen kann ist vorhanden.
9. Information, bei welchen Symptomen im Verlauf eines Rauchstopps (eher) ein Arzt konsultiert werden sollte ist vorhanden.
10. Information zur Schädlichkeit des Passivrauchens ist vorhanden.

Einige dieser Kriterien, wie beispielsweise Gewährleistung von Vertraulichkeit und Schweigepflicht, Angaben über Kosten oder über Antwortfristen, können nicht für alle Websites angewendet werden. Dies trifft zum Beispiel bei dem Kriterium zur Schweigepflicht zu, wenn sich Anwender/innen mit einem Pseudonym registrieren können oder keine Beratung per E-Mail angeboten wird.

Die Antwortoptionen für die Kriterien zur Einhaltung ethischer Richtlinien waren folgende:

- 0 = Nein
- 1 = Ja
- 2 = Nicht anwendbar

## **3.4 Methodik des Kriterienratings**

### **3.4.1 Schulung von Raterinnen hinsichtlich der Bewertungskriterien**

Eine wissenschaftliche Mitarbeiterin des ISGF, die auch an der Erarbeitung der Kriterien beteiligt war, schulte eine weitere Mitarbeiterin des ISGF in der Anwendung der Kriterien zur Bewertung der

Websites. Beide Mitarbeiterinnen verfügten über Erfahrung im Bereich der Tabakprävention und gute Fremdsprachenkenntnisse (insbesondere Englisch, Französisch). Zu Trainingszwecken und zur Ausräumung von Verständnisschwierigkeiten einzelner Kriterien wurden zunächst zwei Proberatings durchgeführt. Die Ergebnisse dieser Proberatings wurden verglichen und allfällige Differenzen in den Bewertungen diskutiert. Bei unterschiedlichem Verständnis hinsichtlich einzelner Kriterien wurden diese genauer definiert und Verständnisdifferenzen ausgeräumt.

Auch nach der Ausräumung von Verständnisschwierigkeiten waren laut Angaben der beiden Raterinnen folgende Kriterien nur sehr ungenau und schwierig zu bewerten:

1. Das Kriterium 2 zur Benutzerfreundlichkeit war nicht eindeutig. Es wurde empfohlen, dieses umzuformulieren: Altes Item: „Alle relevanten Informationen sind auf der Startseite zu finden.“ Überarbeitetes Item: „Auf der Startseite ist ersichtlich, welche Themen die Website beinhaltet.“
2. Das Kriterium 7 („Einfärbungen/Farben helfen beim Navigieren zwischen den Seiten“) zur Benutzerfreundlichkeit wurde von den beiden Beurteilerinnen unterschiedlich verstanden. Es war unklar, ob unterschiedliche Einfärbungen von Rubriken zur Vereinfachung der Struktur gemeint waren oder ob es um die unterschiedliche Einfärbung der bereits besuchten Rubriken/Links ging. Das Kriterium wurde folglich dahingehend präzisiert, dass bewertet werden sollte, ob die farbliche Gestaltung der Seiten einer Website die Navigation zwischen diesen Seiten erleichtert.
3. Es war zunächst unklar, ob die auf einer Website integrierten Links, die auf relevante Information anderer Websites verwiesen, ebenfalls in die Bewertung mit einbezogen werden sollten. Es wurde beschlossen, diese Links bzw. die Informationen auf Websites mit abweichender URL für die jeweils zu bewertende Seite nicht zu berücksichtigen.
4. Ebenfalls schwierig gestaltete sich in einzelnen Fällen die Beurteilung von mehrsprachigen Websites, da diese meistens nicht eins zu eins übersetzt wurden und sich sowohl in Inhalt als auch Struktur von der Originalwebsite unterschieden. Bewertet wurde deshalb jeweils nur die Originalwebsite.
5. Die Empfehlung zur Verwendung von Nikotinersatzprodukten bei Websites, die sich primär an Jugendliche richten: Da eine Wirksamkeit von Nikotinersatzprodukten bei Jugendlichen bislang nicht nachgewiesen werden konnte (Grimshaw & Stanton, 2006), wurde dieses Bewertungskriterium für Websites mit der Hauptzielgruppe Jugendlicher und junger Erwachsener nicht angewendet.

### **3.4.2 Urteilerinnenübereinstimmung**

Das Kriterienrating der recherchierten Websites erfolgte im Dezember 2010 und im Januar 2011. Da sich das Kriterienrating als sehr zeitaufwändig erwies, war eine unabhängige Beurteilung aller recherchierten Websites durch zwei Mitarbeiterinnen leider nicht möglich. Die Berechnung der Übereinstimmung der Urteilerinnen erfolgte anhand der Ratings für die 9 identifizierten schweizerischen Websites. Diese wurden durch die beiden Mitarbeiterinnen unabhängig voneinander bewertet. Die internationalen Seiten hingegen wurden von einer Mitarbeiterin bewertet.

Aufgrund vereinzelter geringer Zellbesetzungen wurde nicht Cohen`s Kappa als einheitliches Mass der Urteilerinnenübereinstimmung, sondern die Übereinstimmungsprozente verwendet. Diese wurden für die einzelnen Items zur inhaltlichen Bewertung und zur Bewertung der

Benutzerfreundlichkeit der Websites berechnet. Um ein dichotomes Beurteilungsmass zu erhalten, wurden jeweils die zwei Antwortkategorien „Nein“ und „Minimal“ sowie die drei Kategorien „Angemessen“, „Überdurchschnittlich“ und „Extensiv“ zur Bewertung der inhaltlichen Vollständigkeit zusammengefasst. Ebenso wurden die Antwortkategorien „Stimme überhaupt nicht zu“ und „Stimme eher nicht zu“ sowie die Kategorien „Stimme eher zu“ und „Stimme völlig zu“ zusammengefasst.

Die Urteilerinnenübereinstimmung für die Items zur Bewertung der inhaltlichen Vollständigkeit lag im Mittel bei 82.3% ( $SD=11.1$ ). Bei den Items zur Bewertung der Benutzerfreundlichkeit lag diese im Mittel bei 75.7% ( $SD=21.0$ ). Insgesamt wurde nur einmal ein Wert von unter 66.7% erzielt. Dies betraf das Kriterium 7 der Skala zur Bewertung der Benutzerfreundlichkeit („Einfärbungen/Farben helfen beim Navigieren zwischen den Seiten“). Mit Ausnahme dieses einzelnen Items können die erzielten Werte zur Urteilerinnenübereinstimmung als gut bis sehr gut bewertet werden.

### **3.5 Ergebnisse des Kriterienratings**

#### **3.5.1 Inhaltliche Bewertungskriterien**

Die Bewertung der inhaltlichen Vollständigkeit anhand von 12 Kriterien, abgeleitet aus den Richtlinien für die Behandlung von Tabakabhängigkeit, erfolgte mittels der STS-C (B. Bock et al., 2004). Für die folgenden Ergebnisse wurden jeweils die Kategorien „Nein“ und „Minimal“, welche eine nicht ausreichende Abdeckung des Inhalts beschreiben, und die Kategorien „Angemessen“, „Überdurchschnittlich“ und „Extensiv“, welche eine zumindest ausreichende Abdeckung des Inhalts beschreiben, zusammengefasst.

In den Tabellen 8 und 9 werden die Ergebnisse der STS-C Ratings getrennt für die nationalen und internationalen Websites dargestellt.

Beim überwiegenden Teil (mindestens 6 von 9) der schweizerischen Websites waren folgende Inhaltskategorien ausreichend abgedeckt:

- Die Anwender/innen werden anhand von Ausstiegsplänen unterstützt.
- Die Website bietet angewandte psychologische Beratung an.
- Die Beratung beinhaltet auch soziale Unterstützung.
- Die Website empfiehlt die Anwendung anerkannter Pharmakotherapien.
- Die Motivation wird durch die Betonung von Risiken gefördert.
- Die Motivation wird durch die Betonung von Belohnung gefördert.
- Die Motivation wird durch die Thematisierung von Hindernissen gefördert.

Dagegen waren folgende Inhaltskategorien nur bei einem geringen Teil der nationalen Websites (maximal 3 von 9) ausreichend abgedeckt:

- Die Website rät klar und deutlich jeder rauchenden Person, damit aufzuhören (Schweiz: 11% der Websites, international: 25% der Websites).
- Es werden Follow-up-Kontakte arrangiert (Schweiz: 33% der Websites, international: 50% der Websites).

Tabelle 10 zeigt die Vollständigkeit inhaltlicher Kriterien bei schweizerischen Websites im internationalen Vergleich.

Deutliche Mittelwertsunterschiede (Differenz > 0.3), bei denen die schweizerischen Websites eine höhere inhaltliche Vollständigkeit aufwiesen, ergaben sich für folgende Inhaltskategorien:



- Auf der Website wird die Aufhörbereitschaft erfasst.
- Die Website empfiehlt die Anwendung anerkannter Pharmakotherapien.
- Die Motivation wird durch die Betonung von Risiken gefördert.

Dagegen wiesen die internationalen Websites eine höhere inhaltliche Vollständigkeit (Differenz > 0.3) insbesondere in folgenden Bereichen auf:

- Die Website rät klar und deutlich jeder rauchenden Person, damit aufzuhören.
- Die Beratung beinhaltet auch soziale Unterstützung.
- Es werden Follow-up-Kontakte arrangiert.
- Die Motivation wird durch die Betonung von Belohnung gefördert.

Bei den nationalen und den internationalen Websites waren die dargestellten Informationen inhaltlich überwiegend korrekt. Von den schweizerischen Websites wies eine kleinere Fehler bei den Empfehlungen für anerkannte Pharmakotherapien auf. Obwohl die Bedeutung und der Nutzen der Nikotinersatzpräparate ausführlich dargestellt waren, wurde empfohlen, den Rauchstopp möglichst ohne Medikamente zu versuchen.

International wurden bei einzelnen Websites folgende inhaltliche Fehler gefunden: Zwei Websites sprachen sich gegen die schrittweise Reduktion des Zigarettenkonsums aus. Auf einer Website wurde angegeben, dass 15 Jahre nach dem Rauchstopp alle Risiken auf das Niveau eines Nichtraucher gesunken seien. Eine weitere Website informierte, dass sich nach etwa 5 Jahren absoluter Tabakfreiheit fast alle Schäden im Körper zurückgebildet hätten. Weiter wurden Fehler bei der Empfehlung von Nikotinersatzpräparaten entdeckt: Zwei Websites empfahlen Naturpräparate, die nicht in die Kategorie der anerkannten Nikotinersatzpräparate fallen. Eine weitere Website sprach sich gegen die Anwendung von Nikotinersatzpräparaten aus.

Die interaktiven Möglichkeiten des Internets wurden sowohl national als auch international nicht vollständig genutzt. Überwiegend interaktiv gestaltet wurde bei den nationalen Seiten die Vermittlung des individuellen Ratschlags, mit dem Rauchen aufzuhören. Dies wurde überwiegend über die interaktive Erfassung der Bereitschaft zum Rauchausstieg realisiert. Häufig beruhte die Messung auf dem Transtheoretischen Modell.

Eine im internationalen Vergleich wenig interaktive Informationsvermittlung findet sich bei den schweizerischen Websites für die folgenden Kategorien:

- Die Beratung beinhaltet auch soziale Unterstützung.  
Auf internationalen Seiten wird eine interaktive soziale Unterstützung vorwiegend durch den Einsatz von Foren, die Unterstützung durch Experten per Chats oder Mail, die Unterstützung durch andere Nutzer/innen, zum Teil erfolgreiche Nichtraucher/innen, per Chat oder internem Mailversand und das Schreiben von Erfahrungsberichten umgesetzt.
- Die Motivation wird durch (Betonung von) Belohnung gefördert.  
Der Einsatz von persönlichen Rauchausstiegsrechnern in unterschiedlichen Ausführungen auf diversen internationalen Websites gestaltete die Motivation durch Belohnung interaktiv. Diese Rechner konnten unterschiedliche Elemente beinhalten: Eingesparte Kosten, zum Teil gepaart mit dadurch entstehender Kaufkraft (anhand von Beispielen zu erwerbender Produkte und Dienstleistungen), Anzahl nicht gerauchter Zigaretten, Menge an erspartem Nikotin und Teer für den Körper, gewonnene Lebenszeit und seit dem Rauchausstieg vergangene Zeit. Eine weitere interaktive Anwendung bezog

sich auf Auszeichnungen, die für Nichtrauchererfolge (Tageszähler) vergeben und zum Teil auf der Internetseite veröffentlicht wurden.

Tabelle 8: Abdeckung hinsichtlich inhaltlicher Kriterien: Nationale Websites (n=9). Werte entsprechen Prozentangaben.

Inhalt	Abdeckung des Inhalts (% aller Websites)		Korrektheit des Inhalts bei Websites mit mind. minimaler Inhaltsabdeckung			Interaktivität der Information bei Websites mit mind. minimaler Inhaltsabdeckung
	Nein/Minimal	Angemessen/ Überdurch- schnittlich/Extensiv	Überwiegend Inkorrekt/ gefährlich	überwiegend korrekt/ kleinere Fehler	völlig korrekt/keine Fehler	Ja
Die Website rät klar und deutlich jeder rauchenden Person, damit aufzuhören.	66.7	33.3	0	0	100.0	0.0
Die Website rät individuell jeder rauchenden Person, damit aufzuhören.	44.4	55.6	0	0	100.0	100.0
Auf der Website wird die Aufhörbereitschaft erfasst.	44.4	55.6	0	0	100.0	100.0
Die Anwender/innen werden anhand von Ausstiegsplänen unterstützt.	22.2	77.8	0	0	100.0	12.5
Die Website bietet angewandte psychologische Beratung an.	11.1	88.9	0	0	100.0	22.2
Die Beratung beinhaltet auch soziale Unterstützung.	33.3	66.7	0	0	100.0	44.4
Die Website empfiehlt die Anwendung anerkannter Pharmakotherapien*.	0.0	100.0	0	25.0	75.0	50.0
Es werden Follow-up-Kontakte arrangiert.	88.9	11.1	0	0	100.0	100.0
Die Motivation wird durch die Betonung der Relevanz eines Ausstiegs gefördert.	44.4	55.6	0	0	100.0	25.0
Die Motivation wird durch die Betonung von Risiken gefördert.	11.1	88.9	0	0	100.0	33.3
Die Motivation wird durch die Betonung von Belohnung gefördert.	11.1	88.9	0	0	100.0	33.3
Die Motivation wird durch die Thematisierung von Hindernissen gefördert.	11.1	88.9	0	0	100.0	22.2

\*Bewertungskriterium wurde für Websites mit der Hauptzielgruppe Jugendlicher und junger Erwachsener nicht angewendet.

Tabelle 9: Abdeckung hinsichtlich inhaltlicher Kriterien: Internationale Websites (n=12). Werte entsprechen Prozentangaben.

Inhalt	Abdeckung des Inhalts (% aller Websites)		Korrektheit des Inhalts bei Websites mit mind. minimaler Inhaltsabdeckung			Interaktivität der Information bei Websites mit mind. minimaler Inhaltsabdeckung
	Nein/Minimal	Angemessen/ Überdurch- schnittlich/Extensiv	Überwiegend inkorrekt/ Gefährlich	Überwiegend korrekt/ Kleinere Fehler	Völlig korrekt/ Keine Fehler	Ja
Die Website rät klar und deutlich jeder rauchenden Person, damit aufzuhören.	50.0	50.0	0.0	0.0	100.0	0.0
Die Website rät individuell jeder rauchenden Person, damit aufzuhören.	41.7	58.3	0.0	0.0	100.0	33.3
Auf der Website wird die Aufhörbereitschaft erfasst.	75.0	25.0	0.0	0.0	100.0	66.6
Die Anwender/innen werden anhand von Ausstiegsplänen unterstützt.	33.3	66.7	8.3	8.3	83.3	25.0
Die Website bietet angewandte psychologische Beratung an.	16.7	83.3	0.0	0.0	100.0	10.0
Die Beratung beinhaltet auch soziale Unterstützung.	25.0	75.0	8.3	0.0	91.7	75.0
Die Website empfiehlt die Anwendung anerkannter Pharmakotherapien.	25.0	75.0	8.3	16.7	75.0	8.3
Es werden Follow-up-Kontakte arrangiert.	75.0	25.0	0.0	0.0	100.0	75.0
Die Motivation wird durch die Betonung der Relevanz eines Ausstiegs gefördert.	41.7	58.3	0.0	0.0	100.0	20.0
Die Motivation wird durch die Betonung von Risiken gefördert.	25.0	75.0	0.0	8.3	91.7	16.7
Die Motivation wird durch die Betonung von Belohnung gefördert.	0.0	100.0	0.0	16.7	83.3	75.0
Die Motivation wird durch die Thematisierung von Hindernissen gefördert.	25.0	75	0.0	0.0	100.0	0.0

Tabelle 10: Mittelwertsvergleich nationaler und internationaler Websites hinsichtlich der Abdeckung inhaltlicher Kriterien<sup>a</sup>

	Nationale Websites (n=9), M (SD)	Internationale Websites (n=12), M (SD)	Differenz
Die Website rät klar und deutlich jeder rauchenden Person, damit aufzuhören.	2.0 (1.4)	2.5 (0.8)	-0.5
Die Website rät individuell jeder rauchenden Person, damit aufzuhören.	2.3 (1.1)	2.6 (1.2)	-0.3
Auf der Website wird die Aufhörbereitschaft erfasst.	2.9 (1.9)	2.0 (1.8)	0.9
Die Anwender/innen werden anhand von Ausstiegsplänen unterstützt.	3.0 (1.1)	3.0 (1.0)	0.0
Die Website bietet angewandte psychologische Beratung an.	3.7 (1.0)	3.8 (1.4)	-0.1
Die Beratung beinhaltet auch soziale Unterstützung.	2.9 (0.8)	3.5 (1.2)	-0.6
Die Website empfiehlt die Anwendung anerkannter Pharmakotherapien <sup>b</sup> .	4.3 (1.0)	3.7 (1.3)	0.6
Es werden Follow-up-Kontakte arrangiert.	1.4 (1.3)	1.8 (1.4)	-0.4
Die Motivation wird durch die Betonung der Relevanz eines Ausstiegs gefördert.	3.0 (1.4)	2.8 (1.1)	0.2
Die Motivation wird durch die Betonung von Risiken gefördert.	4.2 (1.0)	3.5 (1.1)	0.7
Die Motivation wird durch die Betonung von Belohnung gefördert.	3.2 (0.8)	4.3 (0.9)	-1.1
Die Motivation wird durch die Thematisierung von Hindernissen gefördert.	3.4 (1.0)	3.6 (1.3)	-0.2
Gesamtskala	3.0 (0.7)	3.1 (0.6)	-0.1

<sup>a</sup>Ratingskala: 1=Nein, 2=Minimal, 3=Angemessen, 4=Überdurchschnittlich, 5=Extensiv. <sup>b</sup>Bewertungskriterium wurde für Websites mit der Hauptzielgruppe Jugendlicher und junger Erwachsener nicht angewendet.

### 3.5.2 Benutzerfreundlichkeit

Die Bewertungen der Websites hinsichtlich der Benutzerfreundlichkeit sind in Tabelle 12 dargestellt. Für nahezu alle Kriterien und auch bei Betrachtung der Gesamtskala zeigte sich eine höhere Nutzerfreundlichkeit hinsichtlich Aufbau und Struktur der Websites für die nationalen Angebote. Lediglich beim Kriterium 2 (auf der Startseite ist ersichtlich, welche Themen die Website beinhaltet.) schnitten die nationalen Angebote etwas schlechter ab. Verbesserungspotential besteht demnach vorwiegend in einer übersichtlichen Darstellung aller relevanten Inhalte der Website auf der Startseite.

Tabelle 12: Mittelwertsvergleich nationaler und internationaler Websites hinsichtlich der Benutzerfreundlichkeit<sup>a</sup>

	Nationale Websites (n=9), M (SD)	Internationale Websites (n=12), M (SD)	Differenz
Die Website ist einfach zu benutzen.	3.3 (0.9)	2.3 (0.8)	1.0
Auf der Startseite ist ersichtlich, welche Themen die Website beinhaltet.	2.6 (0.9)	2.8 (0.8)	-0.2
Die Startseite ermöglicht ein einfaches Navigieren zu weiteren Seiten.	3.4 (0.7)	3.0 (0.6)	0.4
Es ist einfach, sich von Seite zu Seite zu bewegen.	3.1 (0.9)	2.4 (0.8)	0.7
Man kann sich schnell von einer Seite zur nächsten bewegen.	3.1 (0.9)	2.4 (0.8)	0.7
Die Navigation zwischen den Seiten ist einheitlich.	3.4 (0.7)	2.7 (0.8)	0.7
Einfärbungen/Farben helfen beim Navigieren zwischen den Seiten.	3.1 (0.8)	2.8 (0.9)	0.3
Die Struktur der Seiten ist einheitlich.	3.6 (1.0)	3.0 (0.9)	0.6
Der generelle Aufbau der Website ist klar.	2.7 (1.0)	2.3 (1.0)	0.4
Der Urheber/die Urheberin der Website ist auf jeder Seite ersichtlich.	3.2 (1.1)	2.8 (1.3)	0.4
Jeder Seite (Rubrik) wird ein Themenbereich zugeordnet.	2.8 (1.0)	2.4 (0.8)	0.4
Gesamtskala	3.1 (0.6)	2.6 (0.6)	0.5

<sup>a</sup> Ratingskala: 1= Stimme überhaupt nicht zu, 2= Stimme eher nicht zu, 3= Stimme eher zu, 4= Stimme völlig zu.

### 3.5.3 Ethische Richtlinien

Die Bewertung der Einhaltung ethischer Richtlinien erfolgte in Anlehnung an die Qualitätskriterien für Anbieter/innen psychologischer Online-Beratung der Föderation der Schweizer Psychologen. Tabelle 13 zeigt inwieweit die einzelnen ethischen Richtlinien bei den bewerteten Websites eingehalten wurden.

Bei den meisten nationalen Websites wurde der Grossteil der ethischen Richtlinien ausreichend berücksichtigt. Dennoch zeigte sich insbesondere hinsichtlich folgender Punkte noch ein deutlicher Verbesserungsbedarf, sowohl bei den nationalen als auch bei den internationalen Websites:

- Hinweise auf lokale Angebote von Beratungsstellen vorhanden.
- Information, bei welchen Symptomen im Verlauf eines Rauchstopps eher ein Arzt konsultiert werden sollte ist vorhanden.

- Hinweis, dass ein webbasiertes Tabakpräventionsangebot keine persönliche ärztliche Beratung ersetzen kann ist vorhanden.

International zeigte sich über die genannten Punkte hinaus zusätzlicher Verbesserungsbedarf in folgenden Bereichen:

- Es erfolgt eine Auskunft über fachspezifische Kompetenzen der Anbieter/innen.
- Falls Beratung per E-Mail: Angaben über Antwortfristen vorhanden.
- Information zur Schädlichkeit des Passivrauchens ist vorhanden.

*Tabelle 13: Einhaltung ethischer Richtlinien. Werte entsprechen Prozentangaben.*

	Nationale Websites			Internationale Websites		
	Ja	Nein	Nicht anwendbar	Ja	Nein	Nicht anwendbar
Anbieter/in ist identifizierbar (Impressum).	100.0	0.0	0.0	91.7	8.3	0.0
Das Angebot ist transparent/verständlich.	100.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0
Es erfolgt eine Auskunft über fachspezifische Kompetenzen der Anbieter/in.	100.0	0.0	0.0	58.3	41.7	0.0
Falls kostenpflichtig: Auskunft über Kosten vorhanden.	0.0	0.0	100.0	33.3	0.0	66.7
Falls Beratung per E-Mail: Angaben über Antwortfristen vorhanden.	11.1	22.2	66.7	16.7	58.3	25.0
Hinweise auf lokale Angebote von Beratungsstellen vorhanden.	55.6	44.4	0.0	41.7	58.3	0.0
Falls notwendig: Gewährleistung von Vertraulichkeit und Schweigepflicht.	44.4	0.0	55.6	75.0	16.7	8.3
Hinweis vorhanden, dass ein webbasiertes Tabakpräventionsangebot keine persönliche ärztliche Beratung ersetzen kann.	11.1	88.9	0.0	41.7	58.3	0.0
Information vorhanden, bei welchen Symptomen im Verlauf eines Rauchstopps eher ein Arzt konsultiert werden sollte.	33.3	66.7	0.0	58.3	41.7	0.0
Information zur Schädlichkeit des Passivrauchens ist vorhanden.	88.9	11.1	0.0	58.3	41.7	0.0

### 3.5.4 Identifikation der am besten bewerteten Websites

Anhand der Dimensionen „inhaltliche Vollständigkeit“ (STS-C Gesamtskala) und „Benutzerfreundlichkeit“ wurde eine Rangfolge der am besten bewerteten Websites, getrennt für die nationalen und internationalen Websites, erstellt.

Dazu wurde zunächst separat für die beiden Dimensionen eine Rangfolge der am besten bewerteten Websites erstellt (Rang 1 für die am besten bewertete Website, Rang 2 für die am zweitbesten bewertete Website...). Anschliessend wurden die Rangsummen der beiden Dimensionen addiert. Getrennt für nationale und internationale Websites wurden jeweils die 5 Websites, deren Rangsumme für die beiden Dimensionen „inhaltliche Vollständigkeit“ und „Benutzerfreundlichkeit“ am niedrigsten war, identifiziert.

Folgende schweizerischen Websites erreichten die niedrigsten Rangsummen (in alphabetischer Reihenfolge):

[www.at-schweiz.ch](http://www.at-schweiz.ch)

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

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

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

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

Folgende internationalen Websites erreichten die niedrigsten Rangsummen (in alphabetischer Reihenfolge):

[www.ffsonline.org](http://www.ffsonline.org)

[www.quitnet.com](http://www.quitnet.com)

[www.smokefree.gov](http://www.smokefree.gov)

[www.smokefree.nhs.uk](http://www.smokefree.nhs.uk)

[www.stop-simply.de](http://www.stop-simply.de)

Ein Vergleich der 5 am besten bewerteten Websites international und national, hinsichtlich der Rangsummen zur inhaltlichen Vollständigkeit (STS-C) und Benutzerfreundlichkeit, ergab für die internationalen Websites eine Überlegenheit hinsichtlich inhaltlicher Vollständigkeit (Schweiz:  $M=3.2$ ,  $SD=0.8$ , international:  $M=3.6$ ,  $SD=0.4$ ). Bei den nationalen Websites zeigte sich dagegen eine Überlegenheit hinsichtlich deren Benutzerfreundlichkeit (Schweiz:  $M=3.4$ ,  $SD=0.7$ , international:  $M=3.1$ ,  $SD=0.6$ ).

### **3.6 Ergebnisdiskussion „Internetrecherche und Kriterienrating“**

Die nationale Internetrecherche anhand üblicher Suchbegriffe, wie z.B. „Rauchen aufhören“ oder „Nichtrauchen“ in den meistgenutzten Suchmaschinen der Schweiz ergab, dass nur ein Fünftel der Suchtreffer auf ein internetbasiertes Programm zur Tabakprävention verweisen. Der überwiegende Anteil der Treffer verweist auf nicht-interaktive Informationen oder Verweise auf Rauchstoppangebote ausserhalb des Internets. Insofern stellt bereits das Auffinden eines interaktiven, internetbasierten Tabakpräventionsangebots eine gewisse Hürde dar und im Mittel ist das Durchsuchen von 5 Websites erforderlich, um ein entsprechendes Programm zu finden.

Die nationale Internetrecherche resultierte in 9 Websites, die ein interaktives Internetangebot zur Tabakprävention bereitstellten. Alle Websites ermöglichten Hilfe beim Rauchausstieg, 4 Websites boten zusätzlich interaktive Angebote zur Verhinderung des Einstiegs. Interaktive Angebote zum Schutz vor Passivrauch konnten in der Schweiz keine identifiziert werden. Von den 9 nationalen Websites waren 7 auf Deutsch, 4 auf Französisch und 2 auf Italienisch verfügbar. Eine Website adressierte primär Jugendliche, 4 Websites überwiegend Jugendliche und junge Erwachsene und eine Website ausschliesslich Erwachsene. Drei Websites waren unspezifisch hinsichtlich des Alters der Zielgruppe. Bis auf eine Website, welche ausschliesslich Jugendliche und junge Erwachsene Raucherinnen adressierte, waren alle Websites hinsichtlich der Zielgruppe geschlechtsunspezifisch.



Die internationale Internetrecherche ergab 12 Websites, die allesamt Hilfe zum Rauchausstieg boten. Eine Website enthielt zusätzlich interaktive Information zum Schutz vor Passivrauch. Sechs Websites waren aus Deutschland, fünf aus den USA und eine aus Grossbritannien. Hinsichtlich Geschlecht und Alter der Zielgruppe waren alle innerhalb der internationalen Recherche identifizierten Websites unspezifisch.

Die Anwendung der Kriterien zur Bewertung der inhaltlichen Vollständigkeit, der Benutzerfreundlichkeit und der Einhaltung ethischer Prinzipien erwies sich im Wesentlichen als praktikabel. Insbesondere bei der Anwendung der Kriterien zur inhaltlichen Vollständigkeit ist jedoch eine intensive Schulung der Rater/innen erforderlich, um Verständnisschwierigkeiten zu vermeiden und eine valide Bewertung zu gewährleisten. Für diese Kriterien sind überdies einschlägige Kenntnisse im Bereich Tabakprävention, insbesondere der Richtlinien für die Behandlung von Tabakabhängigkeit, notwendig. Nach der Schulung von zwei Raterinnen hinsichtlich der Anwendung der Bewertungskriterien und der Klärung von Verständnisdifferenzen anhand eines Proberatings zweier Websites, konnten innerhalb dieser Studie gute bis sehr gute Urteilerinnenübereinstimmungen erzielt werden. Eine Limitierung ist allerdings darin zu sehen, dass die Smoking Treatment Content Scale (STS-C) von Bock et al. (2004) für die Bewertung von Websites zur Förderung des Rauchausstiegs bei Erwachsenen entwickelt wurde und insbesondere das Kriterium „Empfehlung von Pharmakotherapien“ nicht unmittelbar auf Websites für Jugendliche übertragen werden kann, zumal es bislang keine empirische Evidenz für deren Wirksamkeit in dieser Zielgruppe gibt (Grimshaw & Stanton, 2006).

Hinsichtlich der inhaltlichen Vollständigkeit waren die schweizerischen Websites in einzelnen Kriterien den Internationalen überlegen, in anderen unterlegen. Bei den schweizerischen Websites besteht insbesondere darin noch Ergänzungsbedarf, dass diese (1) klar und deutlich jeder rauchenden Person raten, damit aufzuhören, (2) soziale Unterstützung anbieten, (3) proaktive Follow-up-Kontakte ermöglichen und (4) die Motivation durch die Betonung von Belohnung fördern. Die dargestellte Information war bei den schweizerischen Websites nahezu vollständig korrekt. Hinsichtlich der Interaktivität der Informationsvermittlung besteht sowohl bei den nationalen als auch bei den internationalen Websites noch Verbesserungspotential. Insbesondere interaktive Angebote zur sozialen Unterstützung und zur Motivation durch Belohnung könnten bei den schweizerischen Websites noch vermehrt integriert werden.

Benutzerfreundlichkeit, Aufbau und Struktur der nationalen Websites waren besser im Vergleich mit den internationalen Websites. Auch bei der Einhaltung ethischer Richtlinien der Online-Beratung schnitten die schweizerischen Websites vergleichsweise gut ab, wenngleich auch in diesem Bereich noch Verbesserungspotential besteht.

Eine wesentliche Limitation innerhalb des dargestellten Vergleichs nationaler und internationaler Websites besteht darin, dass keine analoge Suchstrategie möglich war. So wurden beim Recherchieren internationaler Websites von einem Rechner in der Schweiz bevorzugt deutsche Internetangebote zur Tabakprävention angezeigt, während eine Recherche zum Beispiel in Italien oder den USA sicherlich andere Suchergebnisse ergeben hätte. Dies hängt mit den Suchalgorithmen der Suchmaschinen zusammen, die überwiegend intransparent sind. Insofern sollen die dargestellten Ergebnisse weniger eine absolute Bewertung der schweizerischen Websites im internationalen Vergleich darstellen, sondern primär zur Identifikation von Verbesserungsmöglichkeiten genutzt werden.

## **4. Bewertung nationaler webbasierter Programme zum Tabakrauchen durch Nutzer/innen**

### **4.1 Hintergrund**

Neben der fachlichen Bewertung der nationalen webbasierten Programme zum Tabakrauchen innerhalb des Kriterienratings (siehe 3.) sollten diese durch potentielle Nutzer/innen bewertet werden. Die Bewertung sollte für jedes einzelne Internetangebot Aussagen zu dessen Inhalten, zur Benutzerfreundlichkeit und Gestaltung sowie zu Verbesserungsvorschlägen erlauben.

Ursprünglich war geplant, eine Online-Kurzbefragung der Nutzer/innen durchzuführen, d.h. diese über Anzeigen im Internet zu rekrutieren und dann jeweils darum zu bitten, sich mehrere webbasierte Tabakpräventionsangebote anzuschauen und zu bewerten. Unsere Erfahrungen aus dem Kriterienrating (Kapitel 3) zeigten jedoch, dass eine umfassende Bewertung der Internetangebote sehr zeitaufwändig ist und bereits eine erste Orientierung über die verschiedenen Module eines Internetangebots einen Zeitaufwand von circa 5-15 Minuten erfordert. Die Kontrolle darüber, wie lange und intensiv sich die Nutzer/innen mit den einzelnen Internetangeboten beschäftigen, wäre über eine Online-Befragung nicht möglich und damit die Validität der Daten sehr fraglich gewesen. Vor diesem Hintergrund wurde ein Befragungssetting gewählt, das eine bessere Standardisierung und Kontrolle der Befragungsdurchführung und damit eine höhere Datenvalidität ermöglichte (siehe 4.3).

### **4.2 Zielgruppen der Kurzbefragungen**

Auf Grundlage der innerhalb der Internetrecherche (siehe 3.2.2., Tabelle 6) identifizierten Interventionskategorien, Sprachen und Zielgruppen der nationalen Internetangebote wurden die zu befragenden Gruppen festgelegt. Ziel war, dass eine befragte Person jeweils möglichst viele Internetangebote bewerten kann, deren Zielgruppe sie entspricht. Zum Beispiel sollten erwachsene Raucher/innen möglichst alle vorhandenen Internetangebote zum Rauchausstieg für die Zielgruppe Erwachsener bewerten können. Da manche Angebote mehrsprachig vorlagen, wurde die Befragung jeweils in der Sprache und bei der Zielgruppe durchgeführt für die möglichst viele Internetangebote einer Interventionskategorie vorlagen. Das Internetangebot [www.zielnichtrauchen.ch](http://www.zielnichtrauchen.ch) war zum Zeitpunkt der Befragungen nicht mehr im Internet verfügbar und konnte dementsprechend nicht in die Kurzbefragungen eingeschlossen werden. Tabelle 14 zeigt, welche Personengruppen jeweils zur Bewertung der einzelnen Internetangebote befragt wurden.

Um aussagekräftige Ergebnisse aus den erhobenen Daten ableiten zu können, wurde angestrebt, mindestens 30 Personen aus jeder Personengruppe zu rekrutieren. Diese Stichprobengrösse ist erforderlich, um Unterschiede mittlerer Effektgrösse beim Vergleich von Daten aus verbundenen Stichproben (mehrere Internetangebote welche durch dieselben Personen bewertet werden) nachzuweisen (z.B. mittels t-Test für abhängige Stichproben oder Chi-Quadrat Test von McNemar).

Tabelle 14: Zielgruppen der nationalen Internetangebote und innerhalb der Kurzbefragung befragte Personengruppen

URL	Interventionskategorien	Sprachen	Alter der Zielgruppe	Geschlecht der Zielgruppe	Befragte Personengruppen
<a href="http://www.stoptabac.ch">www.stoptabac.ch</a>	Rauchausstieg	D, F, I	Unspezifisch	Unspezifisch	Erwachsene Raucherinnen und Raucher, deutschsprachig Erwachsene Ex-Raucherinnen und Ex-Raucher, deutschsprachig
<a href="http://www.at-schweiz.ch">www.at-schweiz.ch</a>	Rauchausstieg	D, F, I	Unspezifisch	Unspezifisch	Erwachsene Raucherinnen und Raucher, deutschsprachig Erwachsene Ex-Raucherinnen und Ex-Raucher, deutschsprachig
<a href="http://www.emox.ch">www.emox.ch</a>	Rauchausstieg, Verhinderung des Einstiegs	D	Jugendliche, Junge Erwachsene	Unspezifisch	Jugendliche Raucherinnen und Raucher, deutschsprachig Jugendliche Nichtraucherinnen und Nichtraucher, deutschsprachig
<a href="http://www.feelok.ch">www.feelok.ch</a>	Rauchausstieg, Verhinderung des Einstiegs	D	Jugendliche	Unspezifisch	Jugendliche Raucherinnen und Raucher, deutschsprachig Jugendliche Nichtraucherinnen und Nichtraucher, deutschsprachig
<a href="http://www.dr-walser.ch">www.dr-walser.ch</a>	Rauchausstieg	D	Erwachsene	Unspezifisch	Erwachsene Raucherinnen und Raucher, deutschsprachig Erwachsene Ex-Raucherinnen und Ex-Raucher, deutschsprachig
<a href="http://www.feelreal.ch">www.feelreal.ch</a>	Rauchausstieg	D	Jugendliche, Junge Erwachsene	Weiblich	Jugendliche Raucherinnen, deutschsprachig
<a href="http://www.nuitgrave.ch">www.nuitgrave.ch</a>	Rauchausstieg, Verhinderung des Einstiegs	F	Jugendliche, Junge Erwachsene	Unspezifisch	Jugendliche Raucherinnen und Raucher, französischsprachig Jugendliche Nichtraucherinnen und Nichtraucher, französischsprachig
<a href="http://www.ciao.ch">www.ciao.ch</a>	Rauchausstieg, Verhinderung des Einstiegs	F	Jugendliche, Junge Erwachsene	Unspezifisch	Jugendliche Raucherinnen und Raucher, französischsprachig Jugendliche Nichtraucherinnen und Nichtraucher, französischsprachig

### 4.3 Durchführung der Kurzbefragungen

Die Kurzbefragungen wurden in Gruppen von 5-25 Personen durchgeführt und durch eine Studienmitarbeiterin beaufsichtigt und strukturiert. Die Befragungen fanden zwischen Februar und Juni 2011 jeweils in einem Computerraum der Universität Zürich oder dem Computerraum einer Schule statt.

Zu einem Befragungstermin wurden jeweils ausschliesslich Personen einer Personengruppe eingeladen, welche die gleichen Internetangebote bewerten sollten:

1. Erwachsene Raucher/innen und Ex-Raucher/innen, deutschsprachig
2. Jugendliche Raucher/innen und Nichtraucher/innen, deutschsprachig
3. Jugendliche Raucher/innen und Nichtraucher/innen, französischsprachig

Nach Begrüssung der Befragungsteilnehmenden durch die Studienmitarbeiterin und einer kurzen Erläuterung des Hintergrundes der Studie wurden die Teilnehmenden zunächst gebeten auf einem Fragebogen Angaben zur Soziodemographie und zum Rauchverhalten zu machen. Anschliessend stellte die Studienmitarbeiterin das erste zu bewertende Internetangebot kurz vor. Dabei wurde im Wesentlichen die im Anhang 1 dargestellte Information zu den interaktiven und nicht-interaktiven Inhalten des Internetangebots dargestellt. Ziel war es, den Befragungsteilnehmenden die Orientierung innerhalb der Website zu erleichtern und den Gesamtumfang des Angebots vorzustellen. Die Studienmitarbeiterin bat die Befragungsteilnehmenden im Anschluss für 10 Minuten auf die erste zu bewertende Website zu gehen und sich ein möglichst umfassendes Bild von dieser zu machen. Die Teilnehmenden hatten anschliessend 5 Minuten Zeit diese Website hinsichtlich des Inhalts und der Gestaltung zu bewerten sowie Verbesserungsvorschläge zu machen. Danach stellte die Studienmitarbeiterin die zweite zu bewertende Website kurz vor, die Teilnehmenden hatten wieder 10 Minuten Zeit, sich einen Eindruck von der Website zu verschaffen und sollten diese anschliessend wieder anhand des Fragebogens bewerten. In Abhängigkeit von der befragten Personengruppe (Tabelle 14) wurde dieses Vorgehen noch für die Bewertung einer dritten Website wiederholt. Insgesamt dauerte die Befragung jeweils 45-60 Minuten.

### 4.4 Befragungsinstrumente

Der innerhalb der Kurzbefragungen verwendete Fragebogen, diente der Erfassung folgender Daten:

**Soziodemographie:** Geschlecht, Alter, Geburtsland, höchster Ausbildungsabschluss, derzeitige Ausbildung.

**Internetnutzung:** Häufigkeit der Internetnutzung.

**Tabakrauchverhalten:** Anzahl der im Leben gerauchten Zigaretten, Anzahl der innerhalb der letzten 30 Tage gerauchten Zigaretten, Intention zum Rauchstopp (nur aktuell Rauchende), Alter bei Rauchbeginn (nur aktuell Rauchende und Ex-Rauchende), Zeit seit Rauchstopp (nur Ex-Rauchende), Rauchjahre (nur Ex-Rauchende), früherer Zigarettenkonsum (nur Ex-Rauchende).

**Bewertung von Inhalt und Gestaltung der Websites:** Anhand einer 4-stufigen Skala (stimme völlig zu, stimme eher zu, stimme eher nicht zu, stimme überhaupt nicht zu) wurden folgende Aspekte erfasst:

- Ist die Information auf der Website verständlich?

- Motiviert die Website dazu, Nichtraucher/in zu werden (Rauchende) oder zu bleiben (Ex-Rauchende, Nichtraucher/in)?
- Unterstützt die Website dabei, Nichtraucher/in zu werden oder zu bleiben (Ex-Rauchende, Nichtraucher/in)?
- Ist die Website einfach zu benutzen?
- Ist die Website übersichtlich gestaltet?
- Ist die Website ansprechend gestaltet?

**Positive und negative Aspekte der Websites und Verbesserungsmöglichkeiten:** Anhand von Freitextantworten wurden folgende Aspekte erfasst:

- Was gefiel besonders gut an der Website?
- Was gefiel nicht an der Website?
- Fehlten wichtige Inhalte auf der Website?
- Gibt es Verbesserungsvorschläge für die Website?

## **4.5 Stichprobenbeschreibung**

### **4.5.1 Erwachsene Raucher/innen und Ex-Raucher/innen**

Die erwachsenen Raucher/innen sollten folgende Einschlusskriterien erfüllen:

1. Alter über 18 Jahre
2. Konsum von mehr als 100 Zigaretten im Leben
3. Konsum mindestens einer Zigarette täglich innerhalb der letzten 30 Tage
4. Deutschsprachig

Die erwachsenen Ex-Raucher/innen sollten folgende Einschlusskriterien erfüllen:

1. Alter über 18 Jahre
2. Konsum von mehr als 100 Zigaretten im Leben
3. Innerhalb der letzten 30 Tage wurde keine Zigarette geraucht
4. Deutschsprachig

Die erwachsenen Raucher/innen und Ex-Raucher/innen wurden überwiegend über die beiden Online-Anzeigenportale „RonOrp“, ein öffentlich zugänglicher elektronischer Marktplatz für die Stadt Zürich, und dem „Marktplatz UZH/ETH“, einem Anzeigenportal der Universität sowie der ETH Zürich, rekrutiert. Bei beiden Portalen wurden Anzeigen geschaltet, innerhalb derer gezielt Raucher/innen und Ex-Raucher/innen für die Teilnahme an einer einstündigen Studie zur Bewertung von Internetangeboten zum Thema Rauchen gesucht wurden. Als Aufwandsentschädigung für die Studienteilnahme wurden CHF 30 in Aussicht gestellt. Interessierte Personen konnten direkt bei einer Mitarbeiterin des ISGF anrufen. Nachdem die obigen Einschlusskriterien zur Teilnahme an der Kurzbefragung telefonisch überprüft wurden, konnte aus mehreren zur Verfügung stehenden Terminen ein passender ausgewählt werden.

Die Kurzbefragungen fanden jeweils in einem Computerraum der Universität Zürich statt, sodass jede/r Teilnehmende einen eigenen internetfähigen Computer für die Bewertung der Websites zur

Verfügung hatte. Insgesamt konnten 41 erwachsene Raucher/innen sowie 31 erwachsene Ex-Raucher/innen befragt werden. In Tabelle 15 sind die wichtigsten Charakteristika der erwachsenen Befragungsteilnehmer/innen dargestellt.

*Tabelle 15: Charakteristika der erwachsenen Befragungsteilnehmer/innen. Werte entsprechen Anzahl (%), wenn nicht anders angegeben.*

	<b>Erwachsene Raucher/innen</b>	<b>Erwachsene Ex-Raucher/innen</b>
<b>Gesamt</b>	41 (100)	31 (100)
<b>Geschlecht</b>		
Weiblich	20 (49)	20 (65)
Männlich	20 (49)	11 (35)
Fehlende Angaben	1 (2)	0
<b>Alter, M (SD)</b>	30.4 (11.4)	32.1 (12.3)
<b>Geburtsland</b>		
Schweiz	24 (59)	12 (39)
Deutschland, Österreich, Liechtenstein	12 (29)	7 (23)
Frankreich, Belgien	0	0
Italien	0	1 (3)
Anderes Land	5 (12)	8 (26)
Fehlende Angaben	0	3 (10)
<b>Höchster Ausbildungsabschluss</b>		
Kein Abschluss	0	0
Obligatorische Schule	1 (2)	1 (3)
Weiterführende Schule <sup>1</sup>	29 (71)	15 (48)
Höhere Ausbildung <sup>2</sup>	9 (22)	14 (45)
Fehlende Angaben	2 (5)	1 (3)
<b>Derzeitige Ausbildung</b>		
Keine	16 (39)	16 (52)
Weiterführende Schule <sup>1</sup>	3 (7)	1 (3)
Höhere Ausbildung <sup>2</sup>	19 (46)	11 (35)
Fehlende Angaben	3 (7)	3 (10)
<b>Internetnutzung</b>		
Jeden Tag oder fast jeden Tag	40 (98)	31 (100)
Mindestens einmal pro Woche	0	0
Mindestens einmal pro Monat	1 (2)	0
Seltener als einmal pro Monat	0	0
<b>Alter beim Beginn täglichen Rauchens</b>		
9 Jahre oder jünger	0	0
10-12 Jahre	0	0
13-15 Jahre	5 (13)	3 (10)
16-18 Jahre	18 (45)	13 (42)
19-25 Jahre	15 (38)	8 (26)
26 Jahre oder älter	2 (5)	2 (6)
Fehlende Angaben	0	5 (16)
<b>Anzahl täglich gerauchter Zigaretten</b>		
1-5	8 (20)	
6-10	12 (29)	
11-20	12 (29)	
21-30	5 (12)	
30 oder mehr	4 (10)	
<b>Intention zur Verhaltensänderung</b>		
Habe nicht vor, aufzuhören	18 (44)	
Denke darüber nach, aufzuhören	16 (39)	

Habe die feste Absicht, aufzuhören	7 (17)	
<b>Zeit seit Rauchstopp</b>		
6 Monate oder weniger		5 (16)
7-12 Monate		5 (16)
1-5 Jahre		13 (42)
5-10 Jahre		4 (13)
10-20 Jahre		2 (7)
Mehr als 20 Jahre		2 (7)

Anmerkungen: <sup>1</sup>weiterführende Schule = weiterführende Schule (1 oder 2 Jahre), Berufslehre, Vollzeitberufsschule, Maturität, Diplommittelschule, Lehrerseminar; <sup>2</sup>höhere Ausbildungen = höhere Fach-/Berufsausbildung, höhere Fachschule, Fachhochschule, Universität, Hochschule.

#### 4.5.2 Jugendliche Raucher/innen und Nichtraucher/innen – deutschsprachig

Die jugendlichen Raucher/innen sollten folgende Einschlusskriterien erfüllen:

1. Alter zwischen 13 und 21 Jahren
2. Konsum von mehr als 100 Zigaretten im Leben
3. Konsum mindestens einer Zigarette innerhalb der letzten 30 Tage
4. Deutschsprachig

Die jugendlichen Nichtraucher/innen sollten folgende Einschlusskriterien erfüllen:

1. Alter zwischen 13 und 21 Jahren
2. Konsum von weniger als 10 Zigaretten im Leben
3. Innerhalb der letzten 30 Tage wurde keine Zigarette geraucht
4. Deutschsprachig

Über die kantonale Fachstelle für Suchtprävention an Berufs- und Mittelschulen im Kanton Zürich (Leitung: Vigeli Venzin) wurden mehrere Kontaktlehrpersonen für Suchtprävention an Zürcher Schulen angeschrieben und eingeladen, mit ihren Schulklassen an einer einstündigen Befragung zur Bewertung von Internetangeboten zum Thema Rauchen teilzunehmen. Den Teilnehmenden Schulklassen wurde eine Aufwandsentschädigung von CHF 20 pro Befragungsteilnehmer/in in Aussicht gestellt. Insgesamt konnte die Befragung in drei Schulklassen einer Berufsschule (Baugewerbliche Berufsschule Zürich) und vier Schulklassen einer Mittelschule (Kantonsschule Oerlikon/Zürich Birch) durchgeführt werden. Die Jugendlichen wurden innerhalb der Schulklassen im Computerraum der jeweiligen Schule befragt. Insgesamt konnten 32 jugendliche Raucher/innen sowie 75 jugendliche Nichtraucher/innen befragt werden. In Tabelle 16 sind die wichtigsten Charakteristika der deutschsprachigen jugendlichen Befragungsteilnehmer/innen dargestellt.

Tabelle 16: Charakteristika der deutschsprachigen jugendlichen Befragungsteilnehmer/innen. Werte entsprechen Anzahl (%), wenn nicht anders angegeben.

	Jugendliche Raucher/innen	Jugendliche Nichtraucher/innen
<b>Gesamt</b>	32 (100)	75 (100)
<b>Geschlecht</b>		
Weiblich	13 (41)	51 (68)
Männlich	19 (59)	24 (32)
<b>Alter, M (SD)</b>	17.0 (1.2)	16.7 (1.2)
<b>Geburtsland</b>		
Schweiz	29 (91)	68 (91)
Deutschland, Österreich, Liechtenstein	0	3 (4)
Frankreich, Belgien	0	0
Italien	0	0
Anderes Land	2 (6)	4 (5)
Fehlende Angaben	1 (3)	0
<b>Höchster Ausbildungsabschluss</b>		
Kein Abschluss	3 (9)	6 (8)
Obligatorische Schule	28 (88)	65 (87)
Weiterführende Schule ( 1 o. 2 Jahre)	1 (3)	3 (4)
Berufslehre, Berufsschule	0	0
Maturität, Diplommittelschule	0	0
Fachhochschule, Universität	0	0
Fehlende Angaben	0	1 (1)
<b>Derzeitige Ausbildung</b>		
Keine	0	0
Weiterführende Schule ( 1 o. 2 Jahre)	0	0
Berufslehre, Berufsschule	20 (63)	13 (17)
Maturität, Diplommittelschule	12 (37)	62 (83)
Fachhochschule, Universität	0	0
<b>Internetnutzung</b>		
Jeden Tag oder fast jeden Tag	28 (88)	73 (97)
Mindestens einmal pro Woche	4 (12)	2 (3)
Mindestens einmal pro Monat	0	0
Seltener als einmal pro Monat	0	0
<b>Alter beim Beginn täglichen Rauchens</b>		
Nie täglich geraucht	3 (9)	75 (100)
9 Jahre oder jünger	0	
10-12 Jahre	0	
13-15 Jahre	19 (59)	
16-18 Jahre	9 (28)	
19-25 Jahre	0	
26 Jahre oder älter	0	
Fehlende Angaben	1 (3)	
<b>Zigarettenkonsum im letzten Monat</b>		
0		75 (100)
< 1 Zigarette in der Woche	3 (9)	
< 1 Zigarette pro Tag	2 (6)	
1-5 Zigaretten täglich	6 (19)	
6-10 Zigaretten täglich	4 (13)	
11-20 Zigaretten täglich	15 (47)	
21-30 Zigaretten täglich	2 (6)	
30 oder mehr Zigaretten täglich	0	
<b>Intention zur Verhaltensänderung</b>		
Habe nicht vor, aufzuhören	12 (38)	



Denke darüber nach, aufzuhören	16 (50)	
Habe die feste Absicht, aufzuhören	4 (13)	

#### 4.5.3 Jugendliche Raucher/innen und Nichtraucher/innen – französischsprachig

Die jugendlichen Raucher/innen sollten folgende Einschlusskriterien erfüllen:

5. Alter zwischen 13 und 21 Jahren
6. Konsum von mehr als 100 Zigaretten im Leben
7. Konsum mindestens einer Zigarette innerhalb der letzten 30 Tage
8. Französischsprachig

Die jugendlichen Nichtraucher/innen sollten folgende Einschlusskriterien erfüllen:

5. Alter zwischen 13 und 21 Jahren
6. Konsum von weniger als 10 Zigaretten im Leben
7. Innerhalb der letzten 30 Tage wurde keine Zigarette geraucht
8. Französischsprachig

Über die Suchtpräventionsstelle für den französischsprachigen Teil des Kantons Freiburg (REPER, Leitung: Juliane Torrent) wurden mehrere Schulen im französischsprachigen Teil des Kantons kontaktiert und eingeladen, mit einzelnen Schulklassen an einer einstündigen Befragung zur Bewertung von Internetangeboten zum Thema Rauchen teilzunehmen. Den Teilnehmenden Schulklassen wurde eine Aufwandsentschädigung von CHF 20 pro Befragungsteilnehmer/in in Aussicht gestellt. Die Befragung konnte in drei Schulklassen einer beruflichen Schule (Institut agricole de l'Etat de Fribourg) und 2 Schulklassen eines Gymnasiums in Freiburg (Collège Sainte-Croix) durchgeführt werden. Die Jugendlichen wurden innerhalb der Schulklassen im Computerraum der jeweiligen Schule befragt. Insgesamt konnten 27 jugendliche Raucher/innen sowie 56 jugendliche Nichtraucher/innen befragt werden. In Tabelle 17 sind die wichtigsten Charakteristika der französischsprachigen jugendlichen Befragungsteilnehmer/innen dargestellt.

*Tabelle 17: Charakteristika der französischsprachigen jugendlichen Befragungsteilnehmer/innen. Werte entsprechen Anzahl (%), wenn nicht anders angegeben.*

	Jugendliche Raucher/innen	Jugendliche Nichtraucher/innen
<b>Gesamt</b>	27 (100)	56 (100)
<b>Geschlecht</b>		
Weiblich	10 (37)	39 (70)
Männlich	17 (63)	17 (30)
<b>Alter, M (SD)</b>	17.7 (1.5)	17.2 (1.2)
<b>Geburtsland</b>		
Schweiz	25 (93)	46 (82)
Deutschland, Österreich, Liechtenstein	0	0
Frankreich, Belgien	1 (4)	1 (2)
Italien	0	0
Anderes Land	1 (4)	9 (16)
<b>Höchster Ausbildungsabschluss</b>		

Kein Abschluss	0	1 (2)
Obligatorische Schule	21 (78)	52 (93)
Weiterführende Schule ( 1 o. 2 Jahre)	6 (22)	0
Berufslehre, Berufsschule	0	0
Maturität, Diplommittelschule	0	3 (5)
Fachhochschule, Universität	0	0
<b>Derzeitige Ausbildung</b>		
Keine	0	0
Weiterführende Schule ( 1 o. 2 Jahre)	1 (4)	0
Berufslehre, Berufsschule	20 (74)	21 (38)
Maturität, Diplommittelschule	6 (22)	35 (63)
Fachhochschule, Universität	0	0
<b>Internetnutzung</b>		
Jeden Tag oder fast jeden Tag	23 (85)	50 (89)
Mindestens einmal pro Woche	4 (15)	6 (11)
Mindestens einmal pro Monat	0	0
Seltener als einmal pro Monat	0	0
<b>Alter beim Beginn täglichen Rauchens</b>		
Nie täglich geraucht	6 (9)	54 (96)
9 Jahre oder jünger	0	
10-12 Jahre	0	
13-15 Jahre	8 (59)	
16-18 Jahre	13 (28)	
19-25 Jahre	0	
26 Jahre oder älter	0	
Fehlende Angaben	0	2 (4)
<b>Zigarettenkonsum im letzten Monat</b>		
0		56 (100)
< 1 Zigarette in der Woche	3 (11)	
< 1 Zigarette pro Tag	2 (7)	
1-5 Zigaretten täglich	5 (19)	
6-10 Zigaretten täglich	1 (4)	
11-20 Zigaretten täglich	9 (33)	
21-30 Zigaretten täglich	5 (19)	
30 oder mehr Zigaretten täglich	2 (7)	
<b>Intention zur Verhaltensänderung</b>		
Habe nicht vor, aufzuhören	13 (88)	
Denke darüber nach, aufzuhören	12 (44)	
Habe die feste Absicht, aufzuhören	2 (7)	

## 4.6 Ergebnisse

Die Ergebnisse der Kurzbefragungen werden im Folgenden getrennt für folgende sechs Personengruppen, welche jeweils spezifische Internetangebote anhand derselben Fragen bewerten sollten, dargestellt: „Erwachsene Raucher/innen“, „Erwachsene Ex-Raucher/innen“, „Jugendliche Raucher/innen – deutschsprachig“, „Jugendliche Nichtraucher/innen – deutschsprachig“, „Jugendliche Raucher/innen – französischsprachig“ und „Jugendliche Nichtraucher/innen – französischsprachig“. Die Ergebnisdarstellung ist dabei jeweils in zwei Abschnitte gegliedert:

1. Die quantitativ anhand von Skalen erfassten Ergebnisse zur Bewertung der Inhalte und zur Gestaltung der Websites werden dargestellt. Zunächst erfolgt eine Deskription der Ergebnisse anhand von Balkendiagrammen. Anschliessend werden jeweils die Ergebnisse von Chi-Quadrat-Tests von McNemar dargestellt, anhand derer Häufigkeitsunterschiede

hinsichtlich der Bewertungen zwischen den Websites überprüft wurden. Der Chi-Quadrat-Test von McNemar eignet sich für die Überprüfung von Häufigkeitsunterschieden bei zwei verbundenen Stichproben. Konkret wurde jeweils für zwei Websites überprüft, ob diese durch Personen, welche beide Websites bewerteten, unterschiedlich bewertet wurden.

- Die Freitextantworten hinsichtlich der positiven und negativen Aspekte der Websites, sowie hinsichtlich fehlender Inhalte und Verbesserungsmöglichkeiten wurden für jede einzelne Website inhaltlich kategorisiert und zusammenfassend beschrieben. Eine ausführliche Darstellung der einzelnen Inhaltskategorien sowie die Häufigkeiten deren Nennung ist im Anhang 4 zu finden.

#### 4.6.1 Erwachsene Raucher/innen

##### Quantitative Bewertungen anhand von Skalen

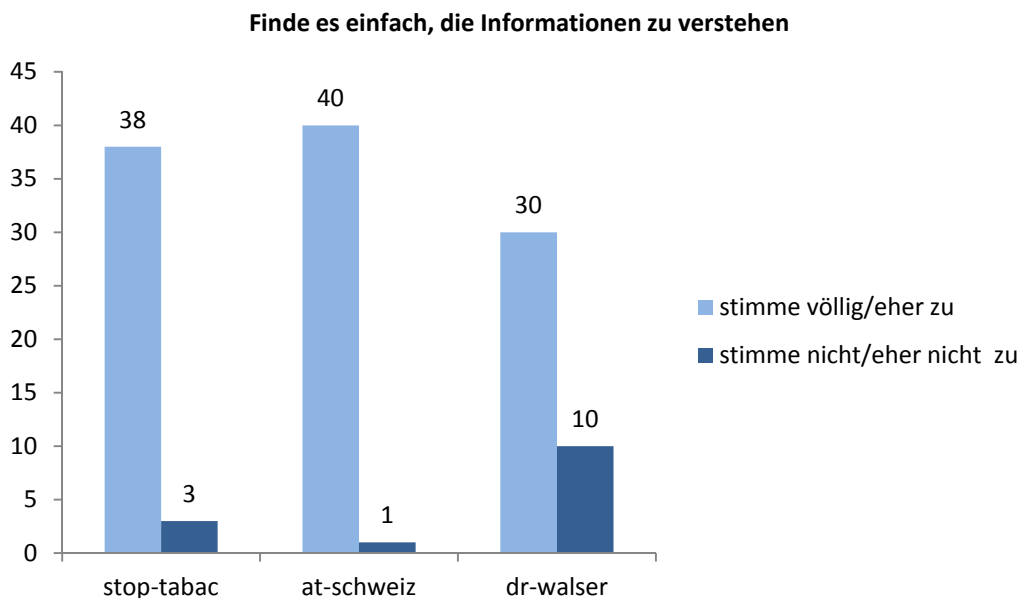


Abbildung 9: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Raucher/innen

Fehlende Angaben: dr-walser: n=1

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): at-schweiz vs. dr-walser\*

Die innerhalb der drei Websites dargestellten Inhalte waren überwiegend gut verständlich (Abbildung 9). Mindestens drei Viertel der Befragten stimmten bei jeder Website der Aussage zu, dass die dargestellte Information einfach zu verstehen sei. Ein signifikanter Unterschied zeigte sich zwischen den Websites *at-schweiz* und *dr-walser*, wobei Erstere positiver bewertet wurde.

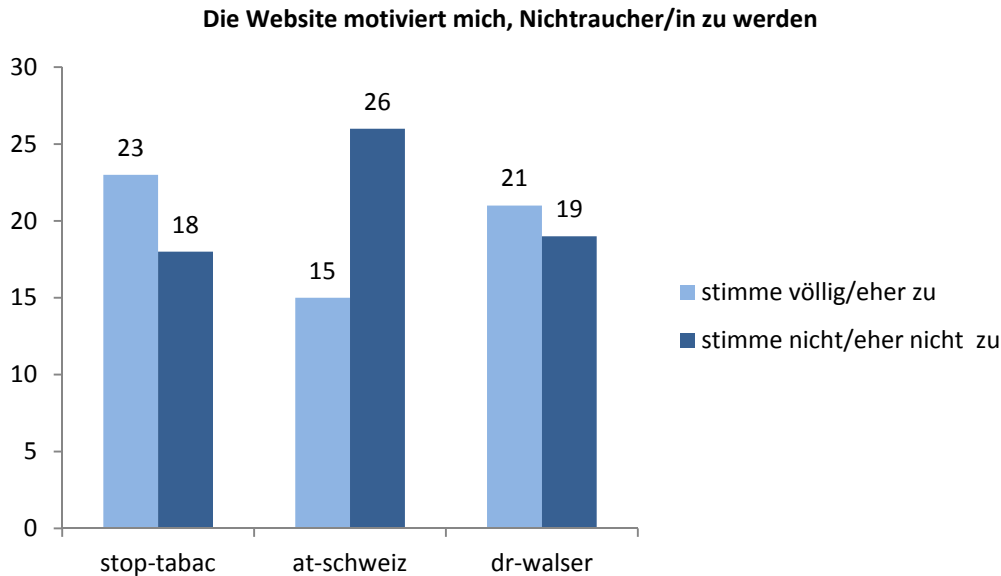


Abbildung 10: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Raucher/innen

Fehlende Angaben: dr-walser: n=1

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): keine

Mehr als die Hälfte der Befragten stimmte bei den Websites *stop-tabac* und *dr-walser* der Aussage zu, dass diese dazu motivierten, Nichtraucher/in zu werden (Abbildung 10). Bei der Website *at-schweiz* war dies etwas mehr als ein Drittel (kein statistisch signifikanter Unterschied vorhanden).

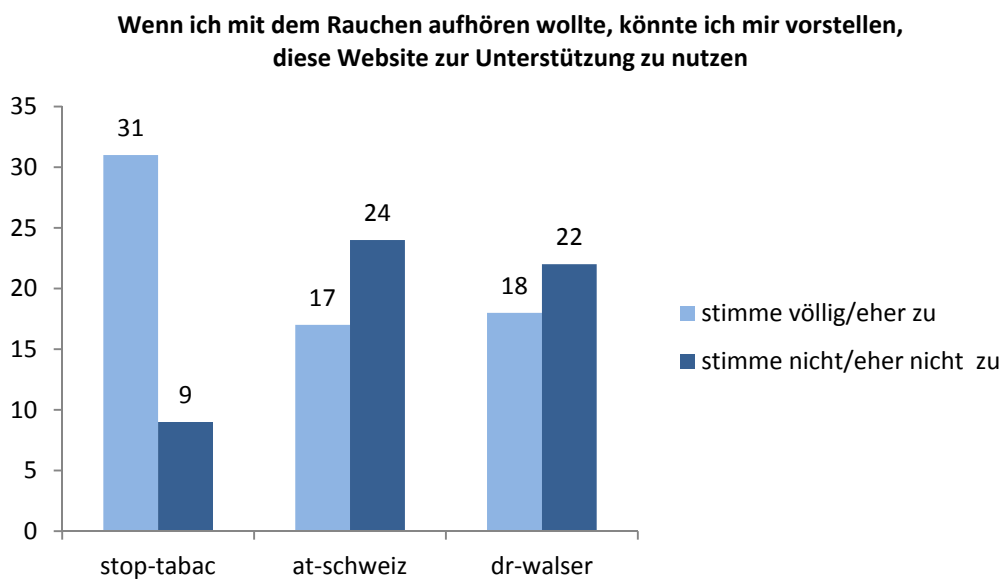


Abbildung 11: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Raucher/innen

Fehlende Angaben: stop-tabac: n=1; dr-walser: n=1

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): stop-tabac vs. at-schweiz\*\*, stop-tabac vs. dr-walser\*

Drei von vier Befragten Raucher/innen könnten sich vorstellen, *stop-tabac* zur Unterstützung des Rauchstopps zu nutzen (Abbildung 11). Bei den Websites *at-schweiz* und *dr-walser* war dies jeweils weniger als die Hälfte. Die Bewertung von *stop-tabac* hinsichtlich dieses Kriteriums war signifikant häufiger positiv als bei den anderen beiden Websites.

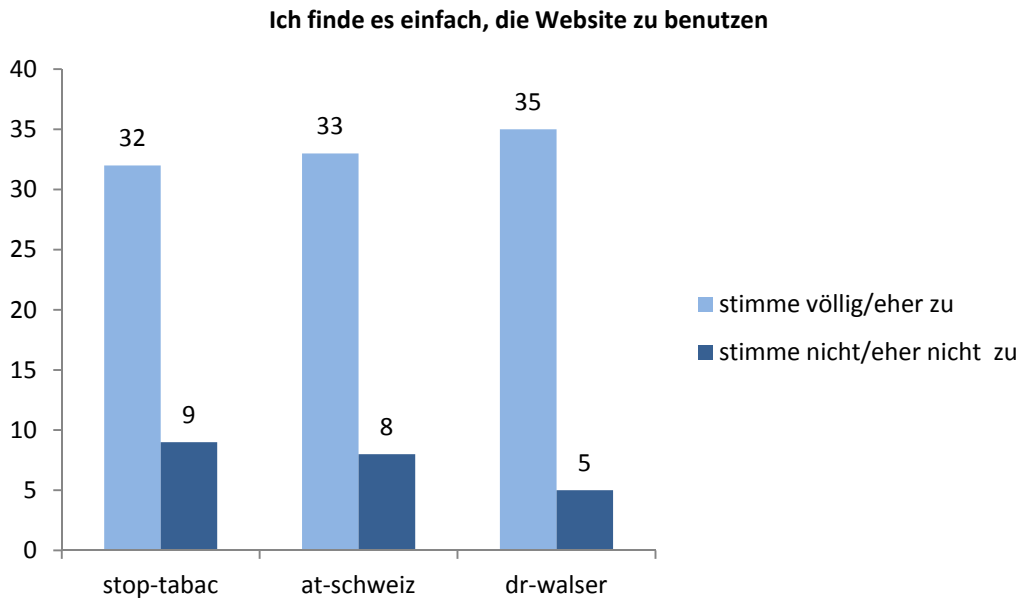


Abbildung 12: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Raucher/innen

Fehlende Angaben: dr-walser: n=1

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): keine

Mindestens drei von vier Befragten fanden die bewerteten Websites jeweils einfach zu benutzen (Abbildung 12). Es zeigten sich keine Unterschiede zwischen den Websites für dieses Kriterium.

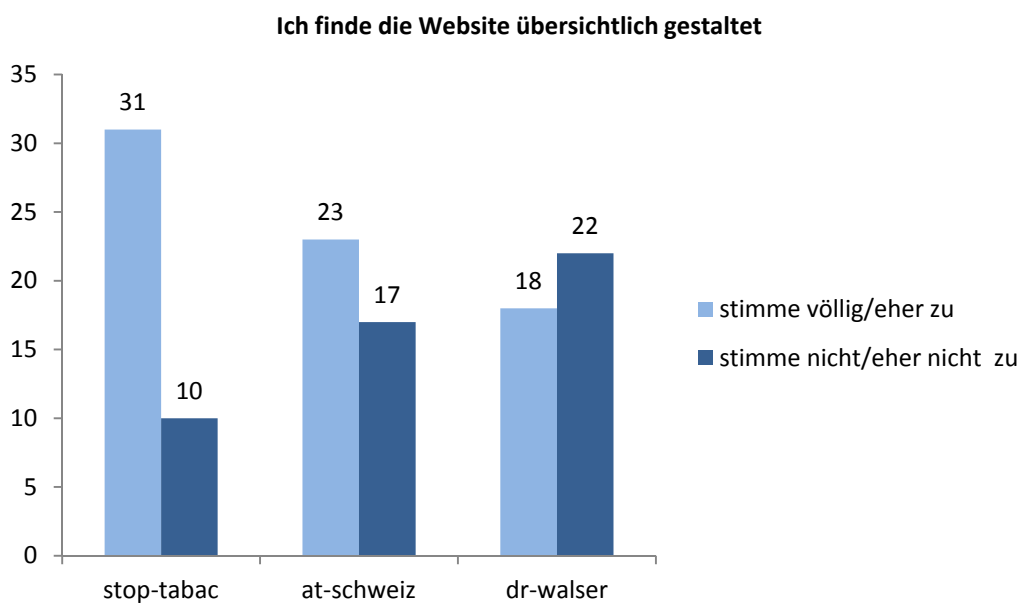


Abbildung 13: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Raucher/innen

Fehlende Angaben: at-schweiz: n=1; dr-walser: n=1

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): stop-tabac vs. dr-walser\*

Während drei von vier Befragten fanden, dass *stop-tabac* übersichtlich gestaltet ist, waren dies bei *at-schweiz* etwas mehr als die Hälfte und bei *dr-walser* knapp die Hälfte (Abbildung 14). *Stop-tabac* wurde gegenüber *dr-walser* hinsichtlich der Übersichtlichkeit der Gestaltung signifikant häufiger positiv bewertet.

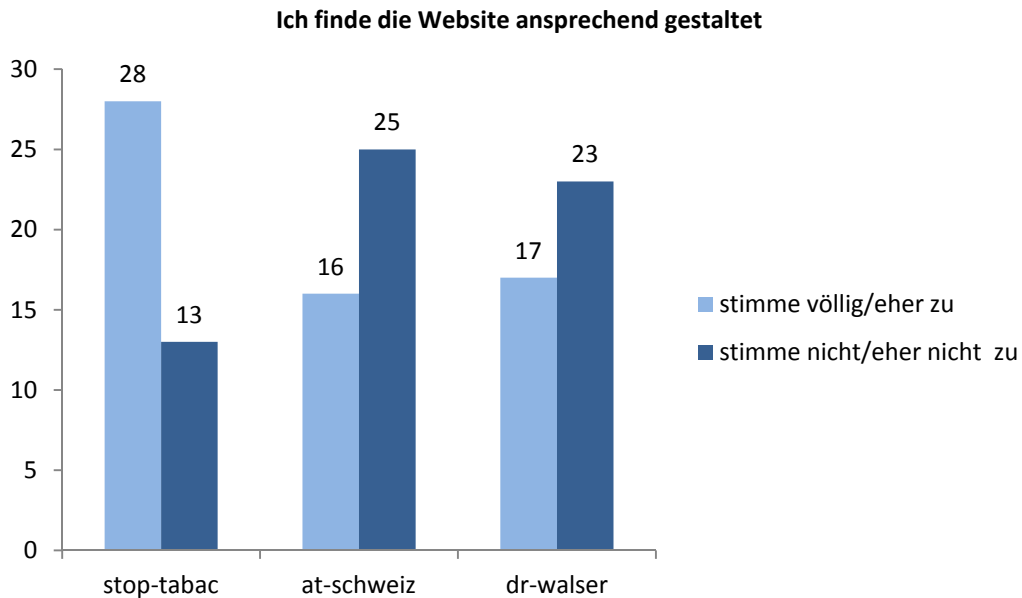


Abbildung 15: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Raucher/innen

Fehlende Angaben: dr-walser: n=1

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): stop-tabac vs. at-schweiz\*

*Stop-tabac* wurde von nahezu drei Viertel der Befragten dahingehend bewertet, dass die Website ansprechend gestaltet sei (Abbildung 15); bei *at-schweiz* und *dr-walser* waren dies jeweils deutlich weniger als die Hälfte. Die Website *stop-tabac* wurde im Vergleich zu *at-schweiz* signifikant häufiger positiv bewertet.

### Freitextantworten

#### *Stop-tabac*

Die 41 erwachsenen Raucher/innen nannten insgesamt 65 Punkte, die ihnen an der Website *stop-tabac* besonders gut gefielen. Am häufigsten wurde dabei die Interaktivität der Website mittels Tests, Foren und virtuellem Coach hervorgehoben. Einige Anwender/innen bewerteten auch die Übersichtlichkeit und Gestaltung sehr positiv. Es wurden 32 Nennungen gezählt, die sich auf negative Aspekte von *stop-tabac* bezogen. Dabei wurden besonders häufig die Inhalte (zu viele), die Gliederung (unübersichtlich) und die Bilder zu Raucherkrankheiten genannt. Lediglich 7 Nennungen bezogen sich auf Inhalte die aus Anwender/innensicht fehlten. Es wurden 24 Verbesserungsvorschläge, insbesondere zur Gestaltung und Strukturierung der Website genannt.

#### *AT-Schweiz*

Insgesamt nannten die erwachsenen Raucher/innen 61 positive Punkte zur Website *at-schweiz*. Dabei wurden insbesondere die umfangreichen, vertiefenden und detaillierten Informationen rund um das Thema Rauchen genannt. Auch die Informationen über aktuelle Kampagnen und deren Relevanz für Präventionsanbieter sowie die Verständlichkeit des Informationsangebots wurden durch mehrere Anwender/innen positiv hervorgehoben. Dagegen wurden das Layout und die Gestaltung (nicht zeitgemäss, unübersichtlich, zu viele Informationen) oft negativ bewertet (insgesamt 49 Nennungen). Die inhaltlichen Ergänzungsvorschläge (n=16) betrafen insbesondere die Einbindung

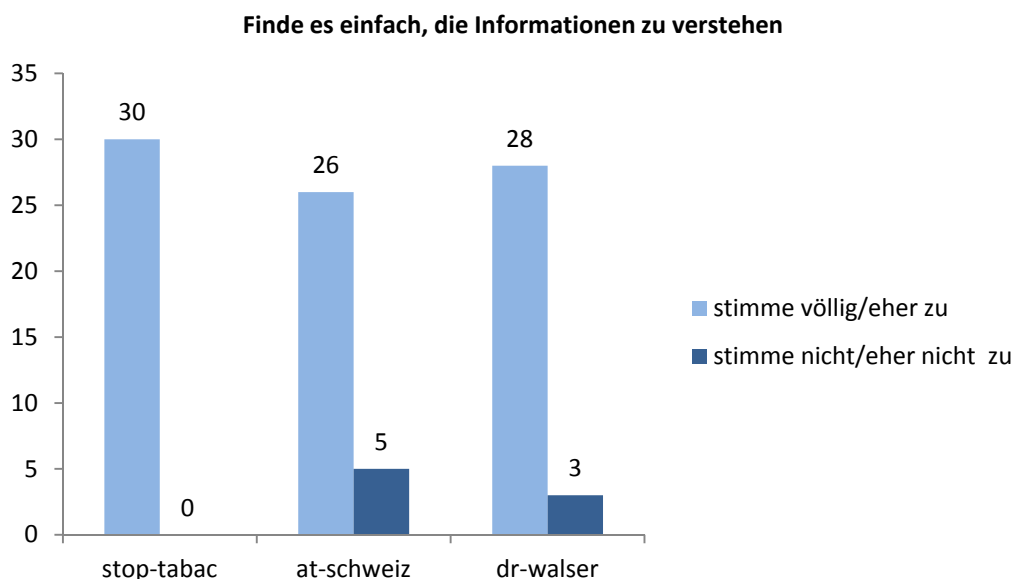
konkreter Aufhörtipps und interaktiver Inhalte. Allgemeine Verbesserungsvorschläge (n=45) betrafen vor allem ein moderneres Layout, eine bessere Übersichtlichkeit sowie eine stärkere Interaktivität der Website.

#### *Dr-Walser*

Positiv wurden bei der Website von Dr. Walser insbesondere die Verständlichkeit der Informationen, die kritische Sicht auf Nikotinersatzprodukte und Medikamente für den Rauchstopp sowie die verschiedenen Links bewertet (n=55 positive Nennungen). Dagegen wurden das Layout und die unübersichtliche Darstellung der Information häufig negativ bewertet (n=41 negative Nennungen). Die 10 inhaltlichen Ergänzungsvorschläge betrafen insbesondere die interaktiven Möglichkeiten der Website, die allgemeinen Verbesserungsvorschläge (n=57) überwiegend das Layout und die Strukturierung der Informationen.

### 4.6.2 Erwachsene Ex-Raucher/innen

#### Quantitative Bewertungen anhand von Skalen



*Abbildung 16: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Ex-Raucher/innen*

Fehlende Angaben: stop-tabac: n=1

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): keine

Nahezu alle erwachsenen Ex-Raucher/innen fanden die innerhalb der drei Websites dargestellten Inhalte einfach verständlich (Abbildung 16). Es zeigten sich keine signifikanten Häufigkeitsunterschiede für dieses Kriterium zwischen den Websites.

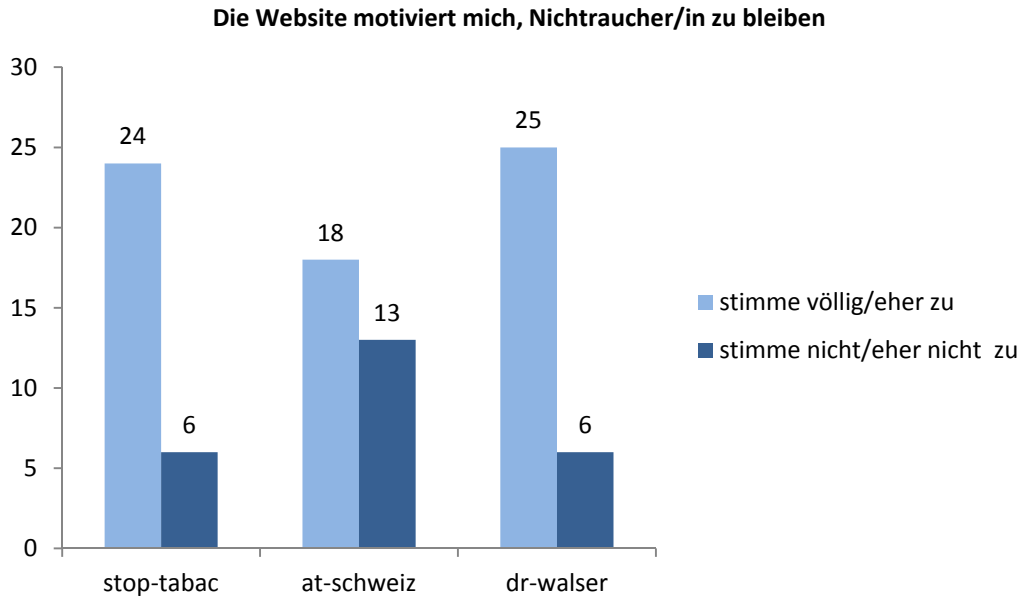


Abbildung 17: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Ex-Raucher/innen

Fehlende Angaben: stop-tabac: n=1

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): stop-tabac vs. at-schweiz\*, at-schweiz vs. dr-walser\*

Die Websites *stop-tabac* und *dr-walser* konnten jeweils ca. fünf von sechs und damit signifikant mehr erwachsene Ex-Raucher/innen dazu motivieren, Nichtraucher/in zu bleiben als die Website von *at-schweiz* (Abbildung 17).

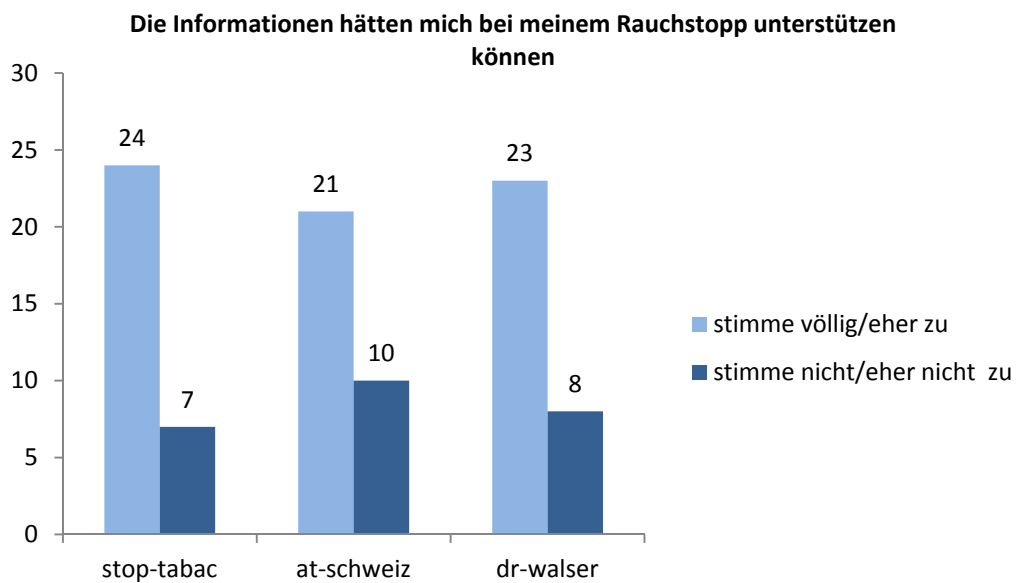
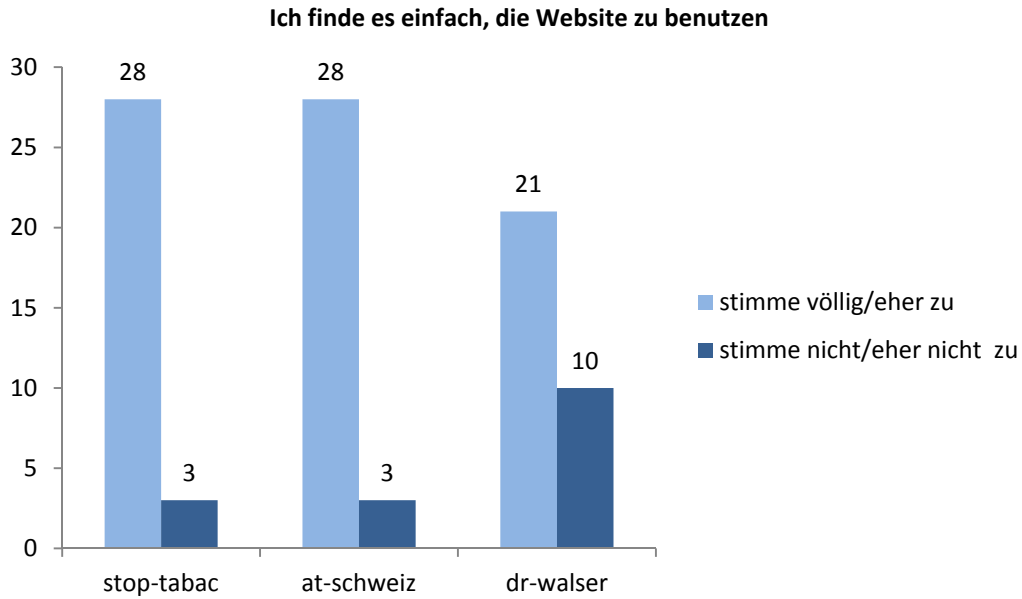


Abbildung 18: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Ex-Raucher/innen

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): keine

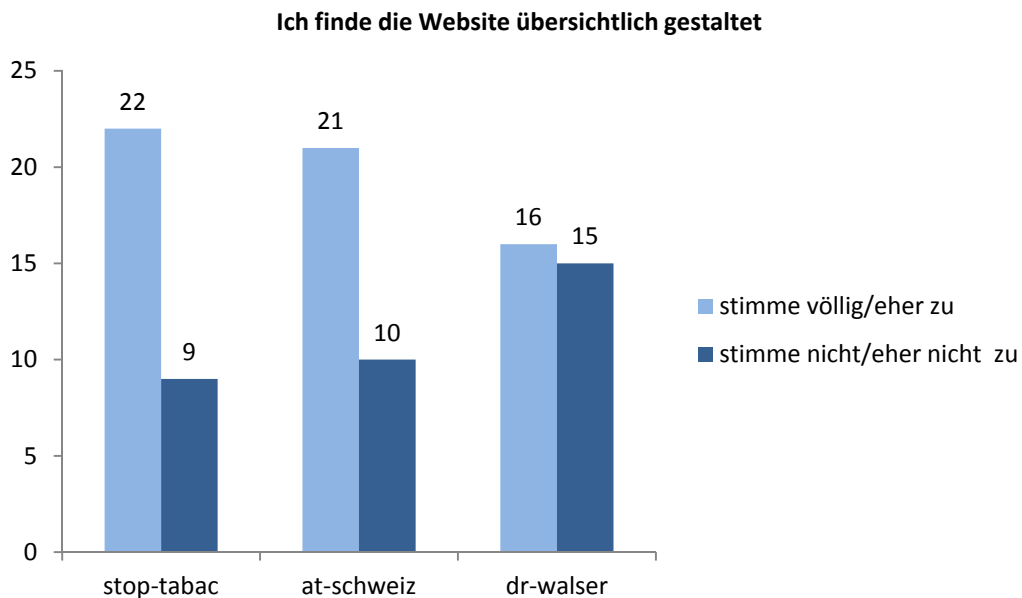
Eine deutliche Mehrheit der befragten Ex-Raucher/innen gab bei allen drei Websites an, dass die dargestellte Information sie bei ihrem Rauchstopp hätte unterstützen können (Abbildung 18). Es zeigten sich keine signifikanten Unterschiede zwischen den Websites.





**Abbildung 19: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Ex-Raucher/innen**  
 Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): stop-tabac vs. dr-walser\*

Für die Website *dr-walser* gaben ca. zwei von drei und für die Websites *stop-tabac* und *at-schweiz* jeweils ca. neun von zehn Personen an, dass diese einfach zu benutzen seien (Abbildung 19). Eine signifikant häufigere positive Bewertung ergab sich für die Website *stop-tabac* gegenüber der Website *dr-walser*.



**Abbildung 20: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Ex-Raucher/innen**  
 Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): keine

*Stop-tabac* und *at-schweiz* wurden im Vergleich zur Website *dr-walser* von den Ex-Raucher/innen tendenziell als übersichtlicher gestaltet eingestuft. Allerdings zeigte sich kein statistisch signifikanter Unterschied (Abbildung 20).

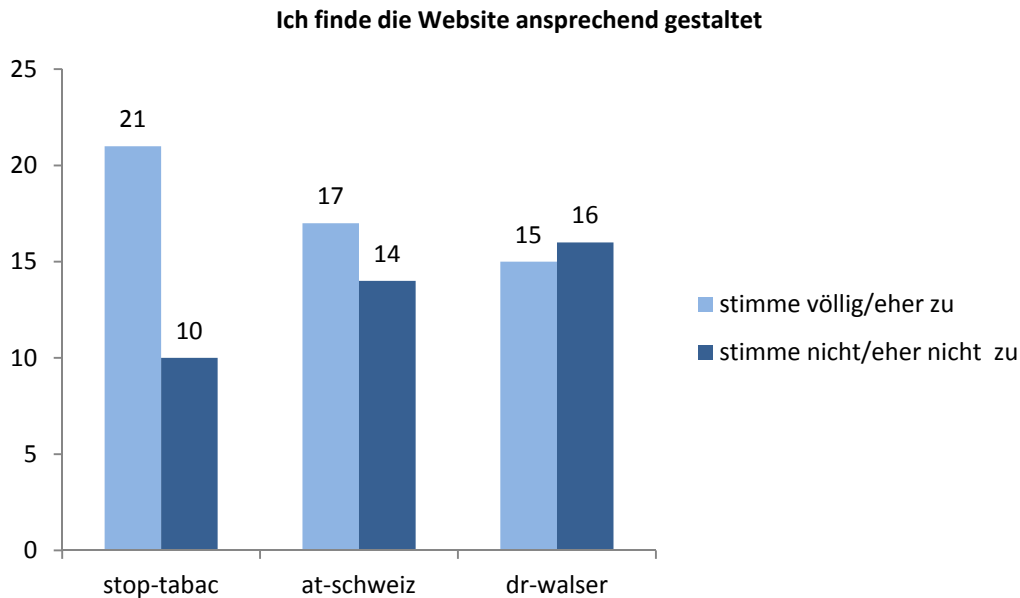


Abbildung 21: Anzahl der Bewertungen durch erwachsene Ex-Raucher/innen

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): keine

Circa zwei Drittel der Befragten empfanden die Website *stop-tabac* als ansprechend gestaltet, während dies bei der Website *at-schweiz* für gut die Hälfte und bei der Website *dr-walser* für knapp die Hälfte der Befragten zutrifft (Abbildung 21). Allerdings zeigten sich keine statistisch signifikanten Häufigkeitsunterschiede zwischen den Websites.

### Freitextantworten

#### *Stop-tabac*

Die 31 erwachsenen Ex-Raucher/innen nannten insgesamt 52 Punkte, die ihnen an der Website *stop-tabac* besonders gut gefielen. Am häufigsten wurden der hohe Informationsgehalt der Website und die verschiedenen interaktiven Selbsttests genannt. 35 Nennungen bezogen sich auf Punkte, die den Nutzer/innen weniger gefielen. Dies waren vor allem die vielen Informationen zu Nikotinersatzprodukten und Medikamenten, die farbliche Gestaltung und der abrupte Wechsel der Sprache vom Deutschen ins Französische bei einzelnen Tests oder Links. 11 Nennungen bezogen sich auf Inhalte die aus Anwender/innensicht fehlten. Es wurden 38 Verbesserungsvorschläge, insbesondere zur Gestaltung und Strukturierung der Website, genannt.

#### *AT-Schweiz*

Die Anwender/innen nannten insgesamt 40 Punkte, die ihnen an der Website *at-schweiz* besonders gefielen. Dabei wurden insbesondere die umfangreichen, detaillierten Informationen sowie die Hinweise auf aktuelle Kampagnen und Medienartikel genannt. Negativ bewertet wurden hingegen insbesondere das Design und die Gestaltung der Website sowie deren Übersichtlichkeit (insgesamt 33 Nennungen). Die inhaltlichen Ergänzungsvorschläge ( $n=15$ ) betrafen insbesondere die Einbindung konkreter Aufhörtipps. Allgemeine Verbesserungsvorschläge ( $n=45$ ) bezogen sich vor allem auf die Gestaltung der Seite durch die vermehrte Einbindung von Bildern und Grafiken.

### Dr-Walser

Von den 53 positiven Nennungen zur Website von Dr. Walser bezog sich ein grosser Teil auf die direkte, persönliche und teilweise humorvolle Sprache des Autors. Das Design und die unübersichtliche Darstellung der Informationen wurden dagegen häufig negativ bewertet (insgesamt 35 negative Punkte). Es wurden 12 inhaltliche Ergänzungsvorschläge genannt; die 48 allgemeinen Verbesserungsvorschläge betrafen insbesondere das Design und die Strukturierung der Information.

### 4.6.3 Jugendliche Raucher/innen – deutschsprachig

#### Quantitative Bewertungen anhand von Skalen

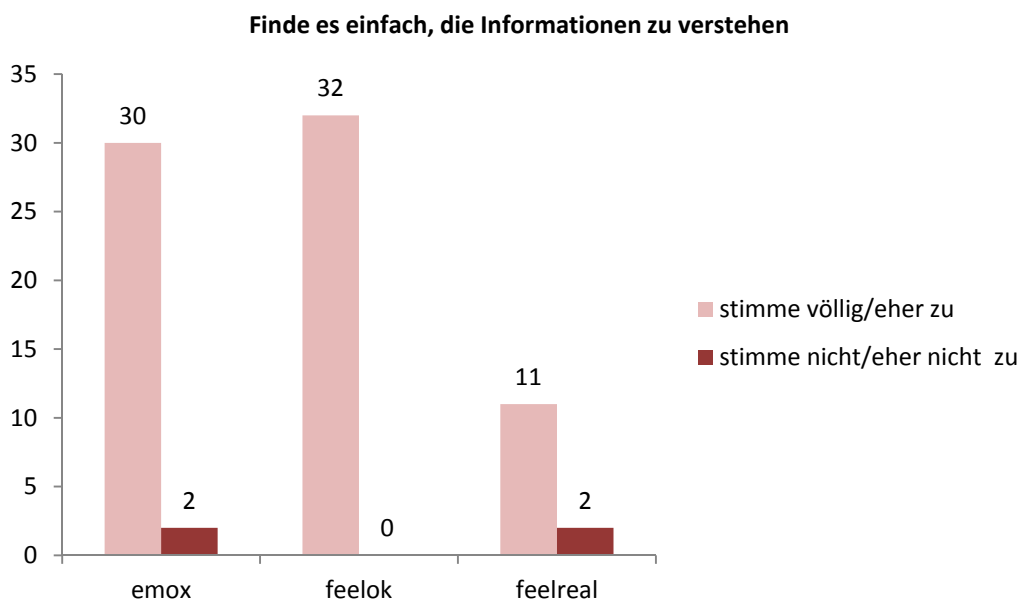


Abbildung 22: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen  
Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): keine

Nahezu alle jugendlichen Raucher/innen fanden die innerhalb der drei Websites dargestellten Inhalte einfach verständlich (Abbildung 22). Es zeigten sich keine statistisch signifikanten Häufigkeitsunterschiede zwischen den Websites für dieses Kriterium.

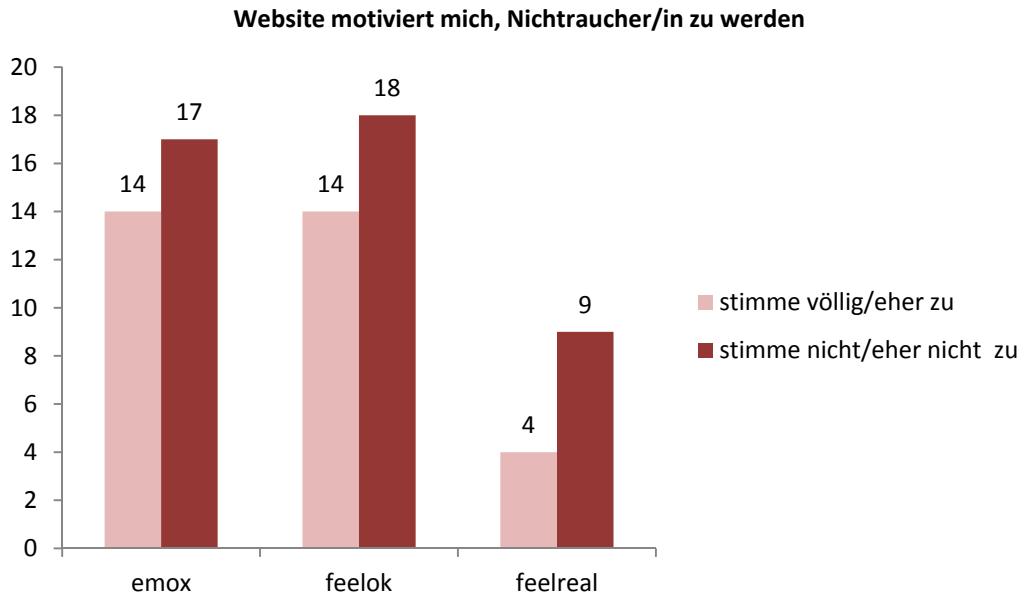


Abbildung 23: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen

Fehlende Angaben: emox: n=1. Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): keine

Jeweils knapp die Hälfte der jugendlichen Raucher/innen fühlte sich durch die Websites *emox* und *feelok* darin motiviert, Nichtraucher/in zu werden (Abbildung 23); für die Website *feelreal* war dies bei einem knappen Drittel zutreffend. Es zeigten sich keine statistisch signifikanten Häufigkeitsunterschiede.

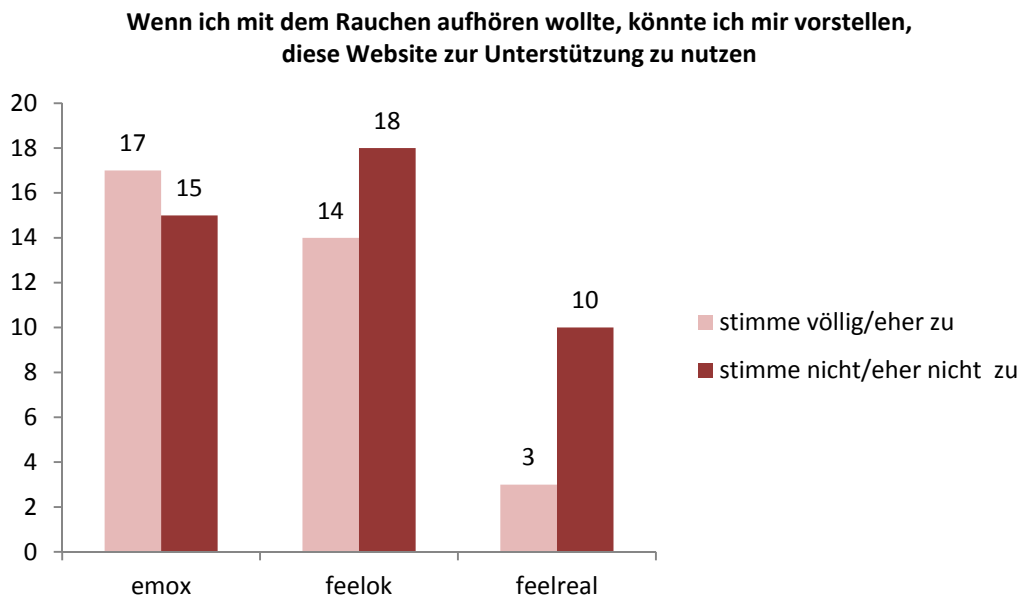


Abbildung 24: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): keine

Etwas mehr als die Hälfte der befragten jugendlichen Raucher/innen konnte sich vorstellen, *emox* zur Unterstützung beim Rauchstopp zu nutzen, bei *feelok* war dies knapp die Hälfte, bei *feelreal* etwa ein Viertel (Abbildung 24). Es zeigten sich keine statistisch signifikanten Häufigkeitsunterschiede zwischen den Websites in Bezug auf dieses Kriterium.

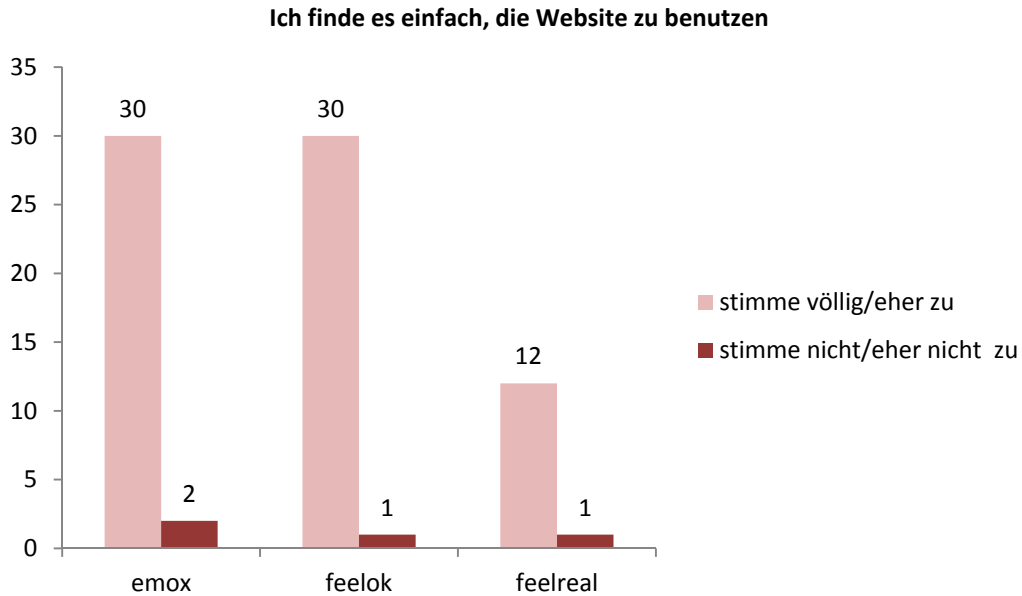


Abbildung 25: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen

Fehlende Angaben: feelok: n=1

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): keine

Nahezu alle jugendlichen Raucher/innen fanden die drei Websites einfach zu benutzen (Abbildung 25). Es zeigten sich keine signifikanten Unterschiede zwischen den Seiten.

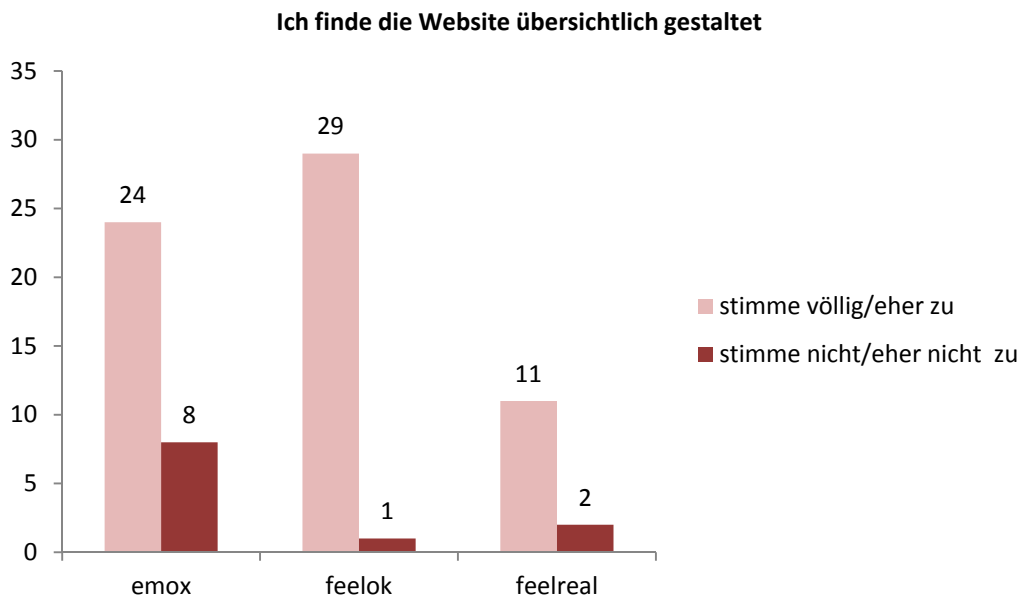


Abbildung 26: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen

Fehlende Angaben: feelok: n=2

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): emox vs. feelok\*

Nahezu alle jugendlichen Raucher/innen fanden die Websites *feelok* und *feelreal* übersichtlich gestaltet (Abbildung 26). Bei *emox* waren dies ca. drei Viertel der Befragten. *Feelok* wurde gegenüber *emox* hinsichtlich der Übersichtlichkeit der Gestaltung signifikant häufiger positiv bewertet.

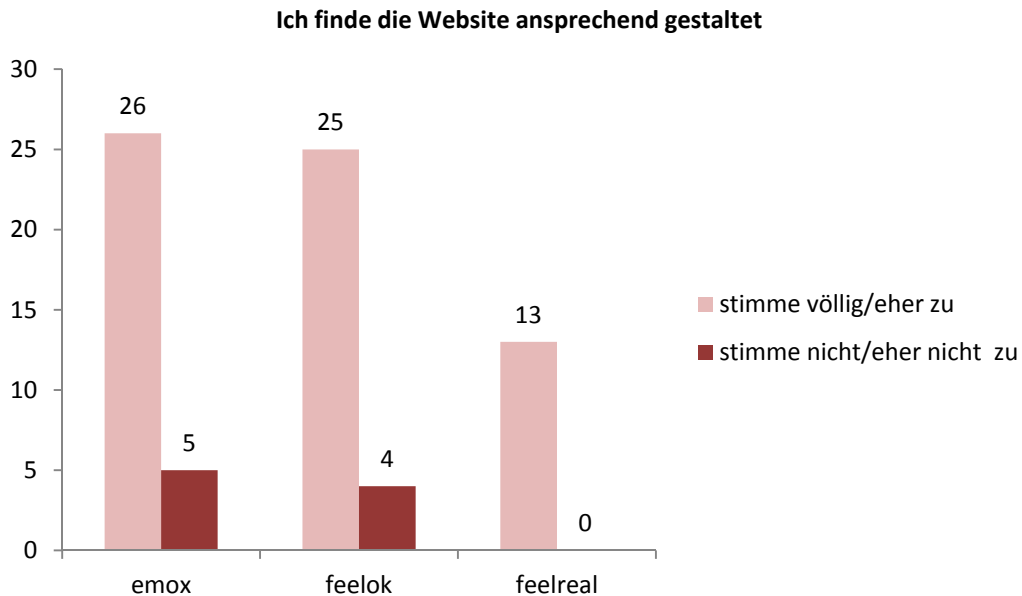


Abbildung 27: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen

Fehlende Angaben: emox: n=1, feelok: n=3

Signifikante Unterschiede (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): keine

Nahezu alle jugendlichen Raucher/innen fanden, die drei Websites ansprechend gestaltet (Abbildung 27). Es zeigten sich keine statistisch signifikanten Häufigkeitsunterschiede zwischen den Websites bei diesem Kriterium.

### Freitextantworten

#### *Emox*

Die 32 jugendlichen Raucher/innen nannten 22 Punkte, die ihnen an der Website *emox* gut gefielen. Am häufigsten wurde die Individualisierung der Information auf Grundlage der eigenen Angaben zum Rauchverhalten genannt. 12 Nennungen bezogen sich auf Punkte, die den Nutzer/innen weniger gefielen. Dabei wurde insbesondere die fehlende Übersicht über die Inhalte der Seite bemängelt. 13 Nennungen bezogen sich auf wichtige Informationen die aus Sicht der Jugendlichen fehlten und allgemeine Verbesserungsvorschläge, vor allem zu einer besseren Übersicht und einem besseren Design.

#### *Feelok*

Bei der Website *feelok* wurden insgesamt 32 Punkte genannt, die den Jugendlichen besonders gut gefielen. Am häufigsten wurden dabei der Informationsumfang, die zielgruppenspezifität (für Jugendliche) und die Gestaltung (mit Bildern, übersichtlich) angegeben. Lediglich 5 Nennungen bezogen sich auf einzelne Punkte, die den Nutzer/innen weniger gefielen, 4 Nennungen auf inhaltliche Ergänzungen und weitere 4 Punkte auf allgemeine Verbesserungsvorschläge.

#### *Feelreal*

Die 13 jugendlichen Raucherinnen nannten 12 Punkte, u.a. zur Zielgruppenspezifität für junge Frauen, die ihnen an der Website *feelreal* besonders gut gefielen. Drei Nennungen bezogen sich auf

Aspekte, die den Raucherinnen an der Website nicht gefielen und 7 Nennungen auf inhaltliche Ergänzungen und allgemeine Verbesserungsmöglichkeiten, insbesondere zur Übersicht der Inhalte.

#### 4.6.4 Jugendliche Nichtraucher/innen – deutschsprachig

##### Quantitative Bewertungen anhand von Skalen

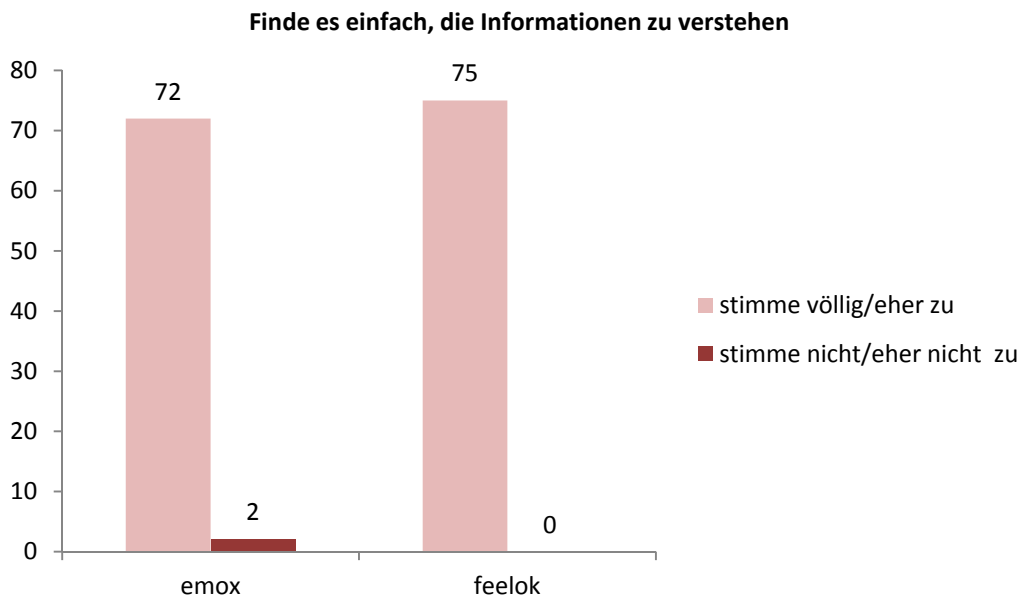


Abbildung 28: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen

Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): nein

Die Information der Websites *emox* und *feelok* wurde von nahezu allen Jugendlichen Nichtraucher/innen als einfach verständlich angesehen (Abbildung 28). Zwischen den Websites ergab sich kein statistisch signifikanter Unterschied für dieses Bewertungskriterium.

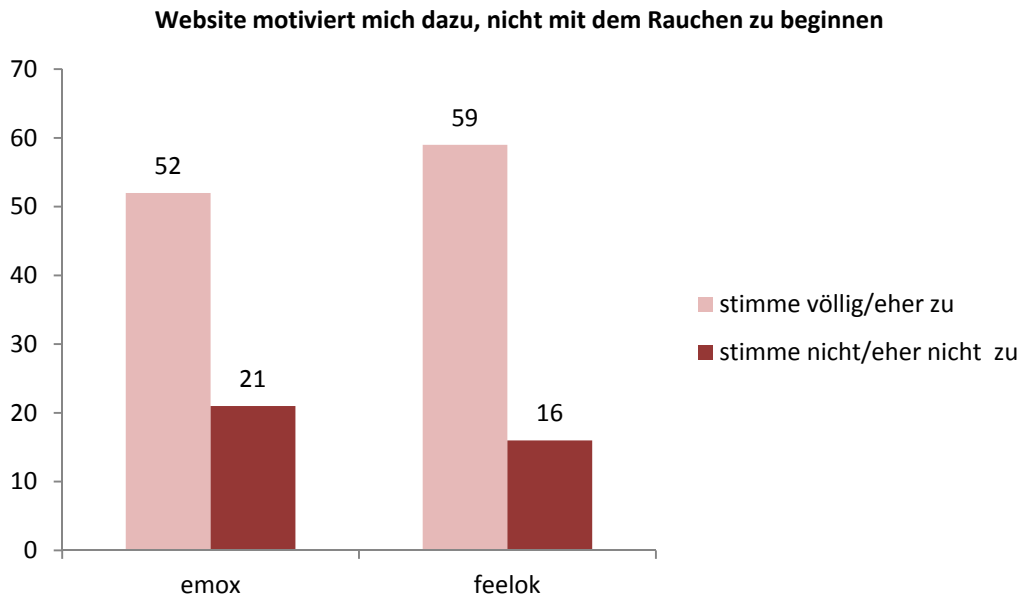


Abbildung 29: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen  
 Fehlende Angaben: emox: n=2; Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): nein

Ca. zwei Drittel der jugendlichen Nichtraucher/innen fühlten sich durch die Websites *emox* darin motiviert, nicht mit dem Rauchen zu beginnen (Abbildung 29); bei *feelok* waren dies vier Fünftel der Befragten. Es zeigte sich kein signifikanter Unterschied zwischen den Websites.

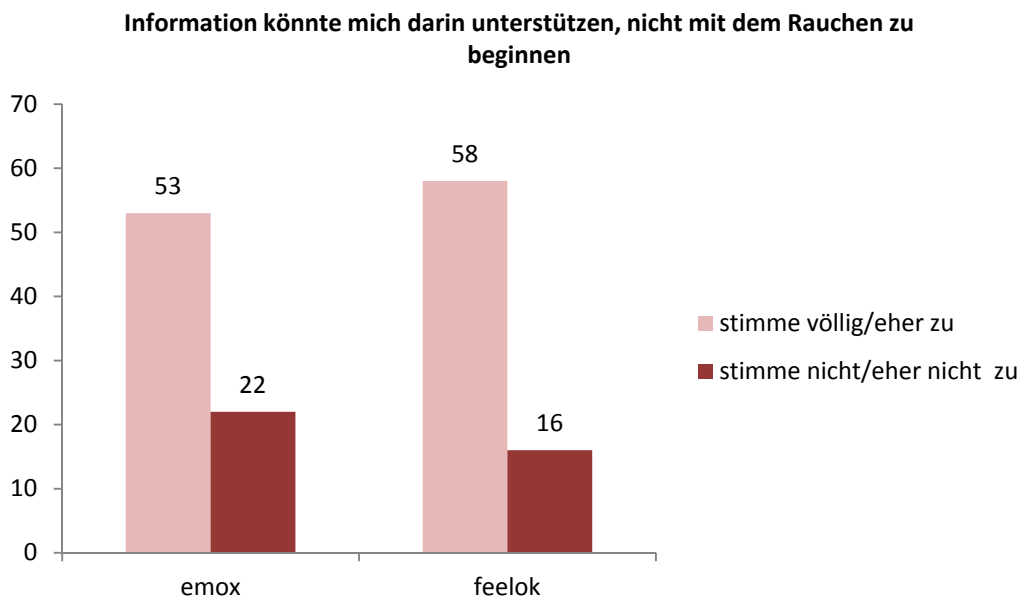
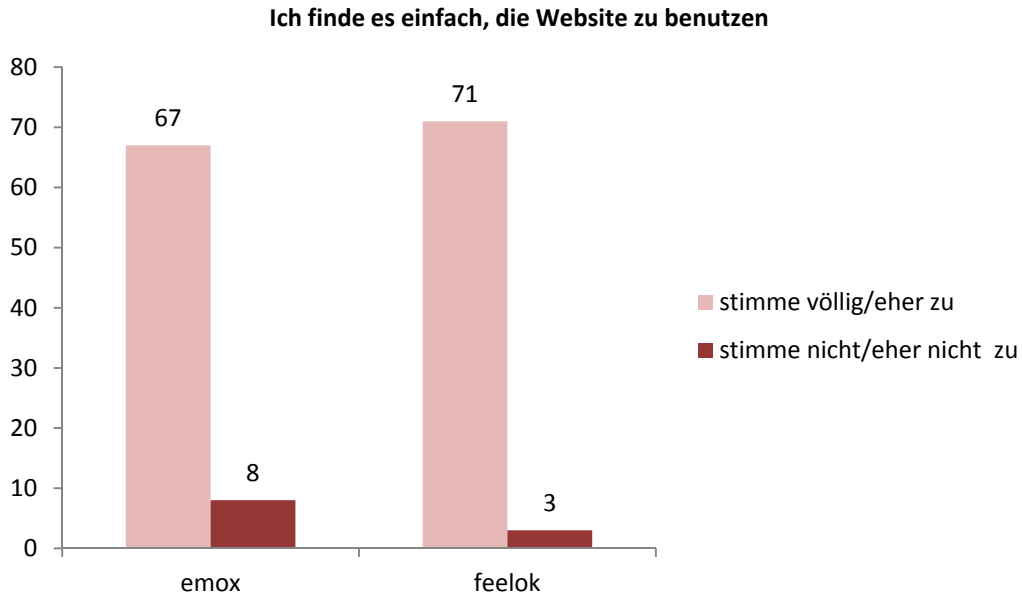


Abbildung 30: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen  
 Fehlende Angaben: feelok: n=1

Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): nein

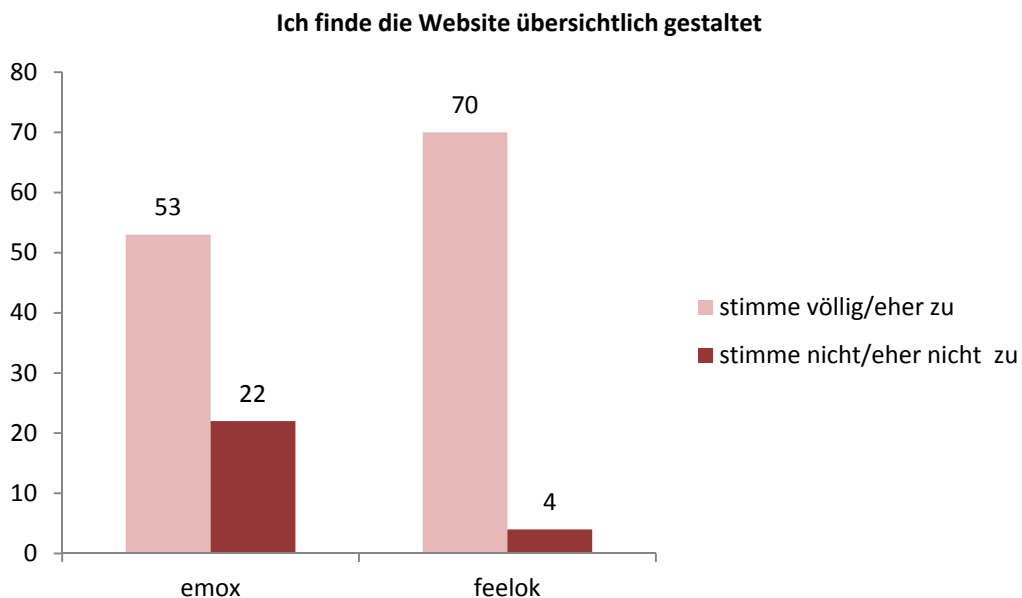
Bei *emox* gaben ca. zwei Drittel, bei *feelok* ca. drei Viertel der befragten jugendlichen Nichtraucher/innen an, die dargestellte Information könnte sie darin unterstützen, nicht mit dem Rauchen zu beginnen (Abbildung 30). Es ergab sich kein signifikanter Unterschied zwischen den Websites für dieses Bewertungskriterium.





**Abbildung 31: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen**  
 Fehlende Angaben: feelok: n=1. Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): nein

Nahezu alle jugendlichen Nichtraucher/innen fanden die beiden Websites einfach zu benutzen (Abbildung 31). Zwischen den Websites ergab sich kein statistisch signifikanter Unterschied für dieses Bewertungskriterium.



**Abbildung 32: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen**  
 Fehlende Angaben: feelok: n=1  
 Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): emox vs. feelok\*\*

Circa zwei von drei jugendlichen Nichtraucher/innen empfanden *emox* als übersichtlich gestaltet (Abbildung 32); bei *feelok* traf dies für ca. 19 von 20 der jugendlichen Nichtraucher/innen zu. *Feelok* wurde hinsichtlich der Übersichtlichkeit der Website damit statistisch signifikant häufiger positiv bewertet als *emox*.

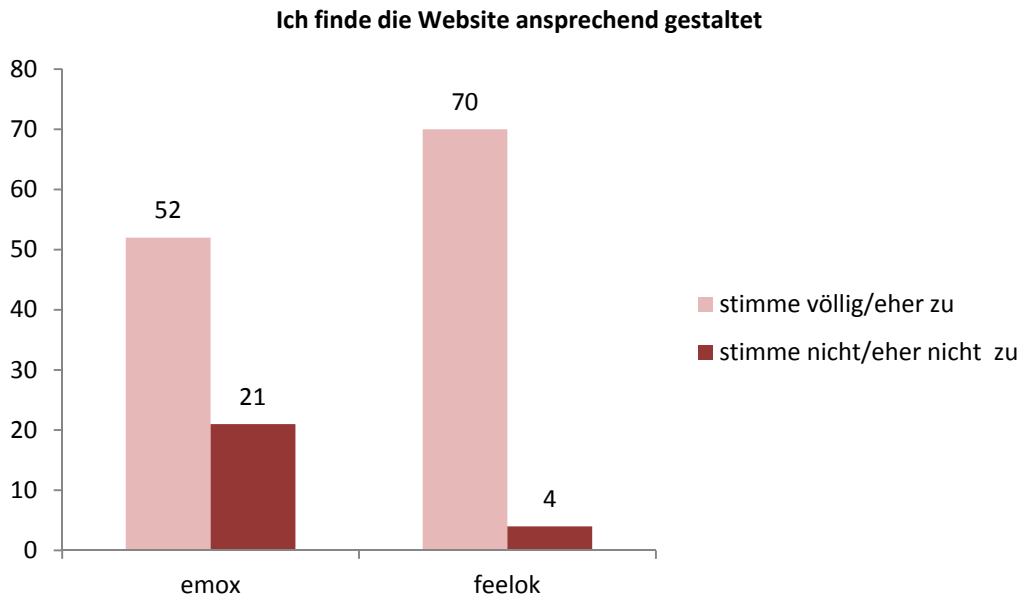


Abbildung 33: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen

Fehlende Angaben: emox: n=2, feelok: n=1

Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): emox vs. feelok\*\*

Circa zwei von drei jugendlichen Nichtraucher/innen empfanden *emox* als ansprechend gestaltet (Abbildung 33); bei *feelok* waren dies ca. 19 von 20. *Feelok* wurde hinsichtlich dieses Kriteriums damit statistisch signifikant häufiger positiv bewertet als *emox*.

### Freitextantworten

#### *Emox*

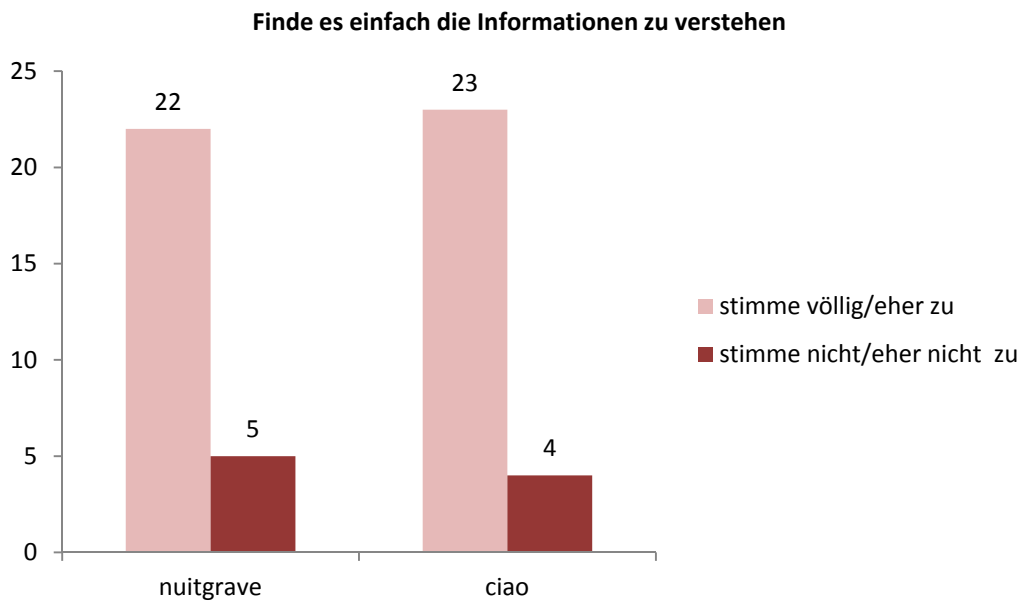
Von den 75 jugendlichen Nichtraucher/innen wurden insgesamt 57 Punkte genannt, die ihnen an der Website *emox* besonders gut gefielen. Insbesondere die interaktiven Möglichkeiten zur Alterssimulation sowie die animierten Clips und das Spiel, aber auch die Übersichtlichkeit der Website gefielen den Jugendlichen. 48 Nennungen bezogen sich auf Punkte, die den Nutzer/innen nicht gefielen. Dabei wurden insbesondere die farbliche Gestaltung und das fehlende Inhaltsverzeichnis bemängelt. Insgesamt 19 Nennungen bezogen sich auf wichtige Informationen, die aus Sicht der Jugendlichen fehlten und 63 auf allgemeine Verbesserungsvorschläge. Dabei wurden am häufigsten eine bessere Übersicht und ein besseres Design (v.a. Farben und Bilder) genannt.

#### *Feelok*

Bei der Website *feelok* wurden insgesamt 85 Punkte genannt, die den Jugendlichen besonders gut gefielen. Am häufigsten wurden der Informationsumfang und die Qualität der Informationen, sowie die übersichtliche und ansprechende Gestaltung genannt. 18 Nennungen bezogen sich auf einzelne Punkte, die den Nutzer/innen weniger gefielen, 9 auf inhaltliche Ergänzungen und weitere 18 Punkte auf allgemeine Verbesserungsvorschläge, u.a. zur Verbesserung der interaktiven Möglichkeiten.

#### 4.6.5 Jugendliche Raucher/innen – französischsprachig

##### Quantitative Bewertungen anhand von Skalen



*Abbildung 34: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen*  
Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): nein

Jeweils ca. vier von fünf jugendlichen Raucher/innen fanden die innerhalb der beiden Websites dargestellten Inhalte einfach verständlich (Abbildung 34). Der Unterschied zwischen den Websites hinsichtlich dieses Kriteriums war statistisch nicht signifikant.

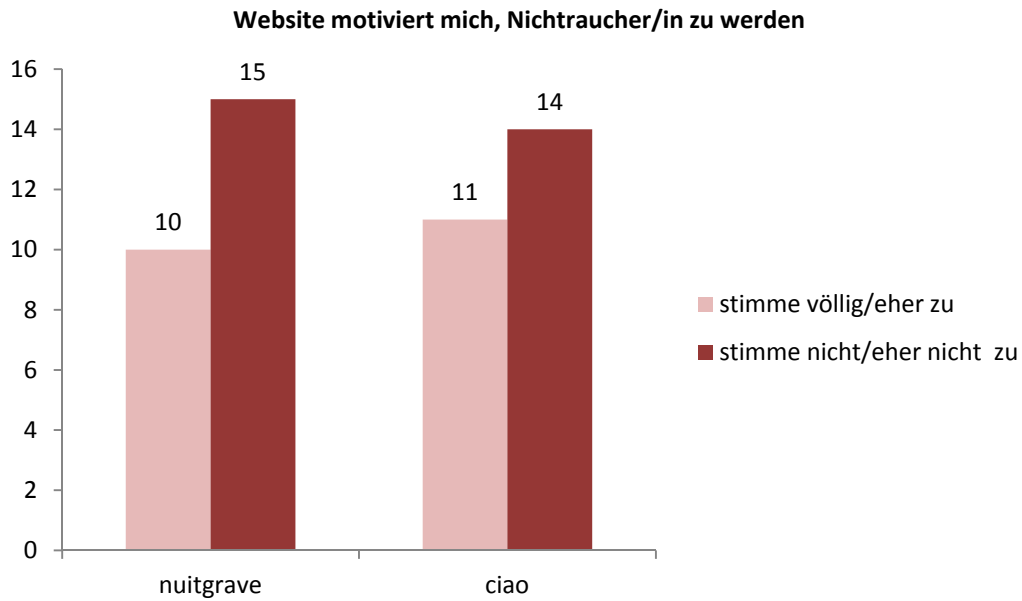


Abbildung 35: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen

Fehlende Angaben: nuitgrave: n=2, ciao: n=2

Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): nein

Circa 4 von 10 jugendlichen Raucher/innen fühlten sich durch die Websites *nuitgrave* und *ciao* darin motiviert, Nichtraucher/in zu werden (Abbildung 35); es zeigte sich kein statistisch signifikanter Häufigkeitsunterschied zwischen den Websites.

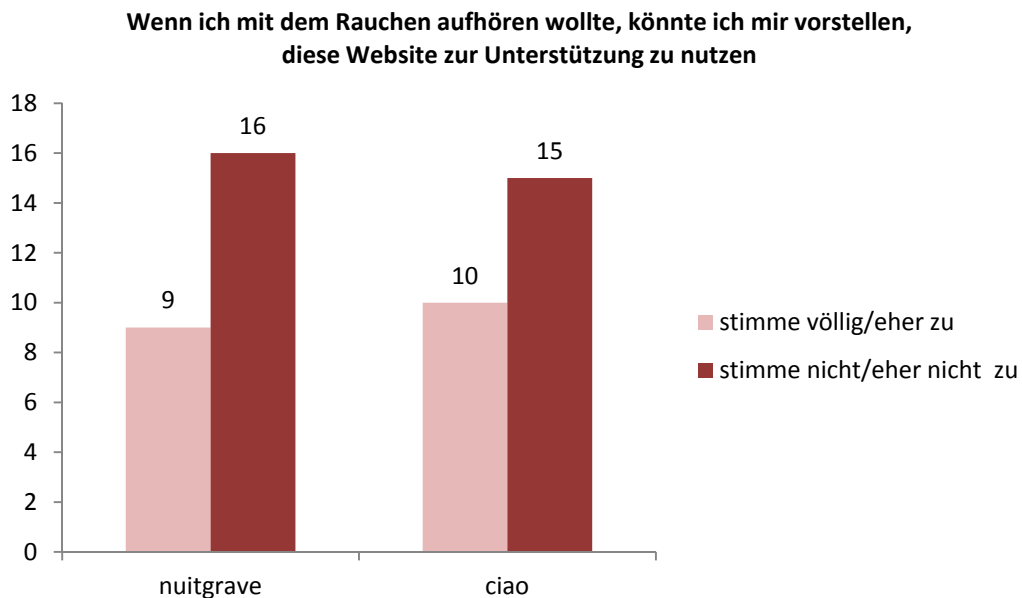
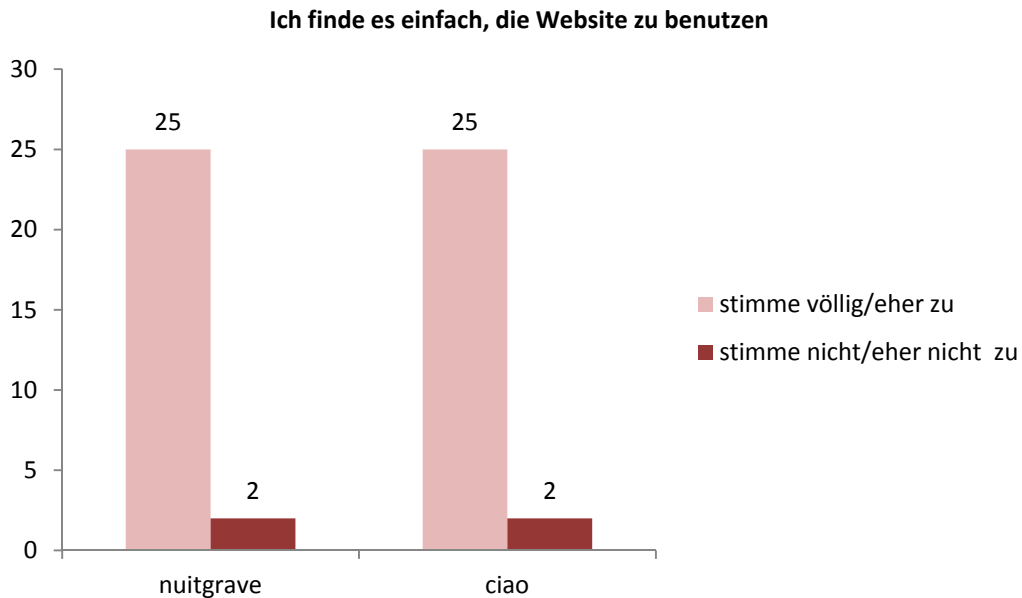


Abbildung 36: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen

Fehlende Angaben: nuitgrave: n=2, ciao: n=2

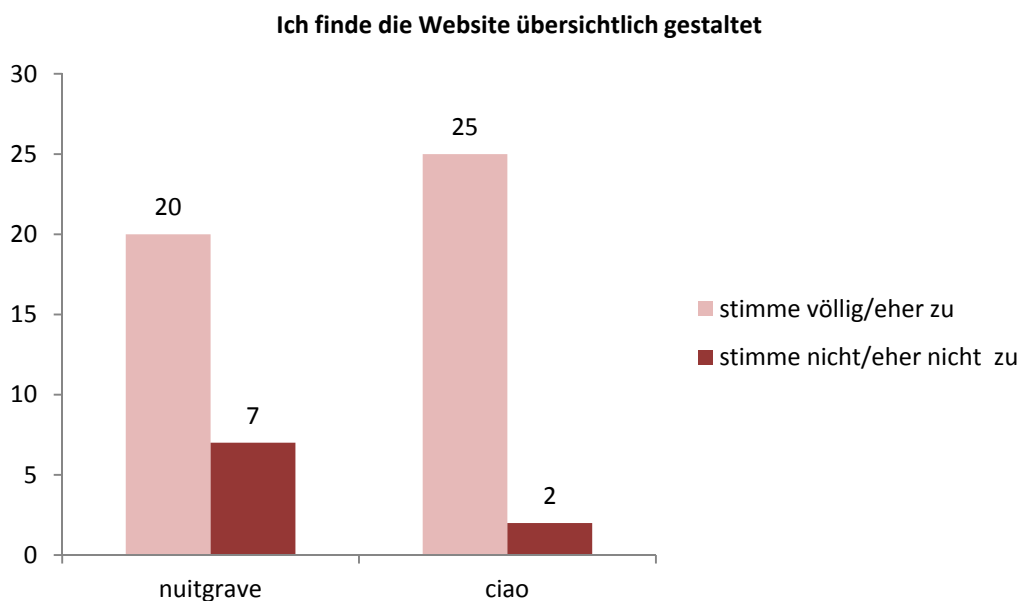
Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): nein

Jeweils ein gutes Drittel der jugendlichen Raucher/innen konnte sich vorstellen, *nuitgrave* und *ciao* zur Unterstützung beim Rauchstopp zu nutzen (Abbildung 36). Die Häufigkeitsunterschiede zwischen den Websites bei diesem Kriterium waren nicht signifikant.



**Abbildung 37: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen**  
 Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): nein

Jeweils über 90% der jugendlichen Raucher/innen fanden die beiden Websites einfach zu benutzen (Abbildung 37). Es zeigte sich kein signifikanter Unterschied zwischen den Seiten.



**Abbildung 38: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen**  
 Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): nein

Circa drei von vier jugendlichen Raucher/innen fanden *nuitgrave* übersichtlich gestaltet (Abbildung 38); bei *ciao* waren dies ca. 9 von 10. Es zeigte sich kein statistisch signifikanter Häufigkeitsunterschied bei diesem Kriterium.

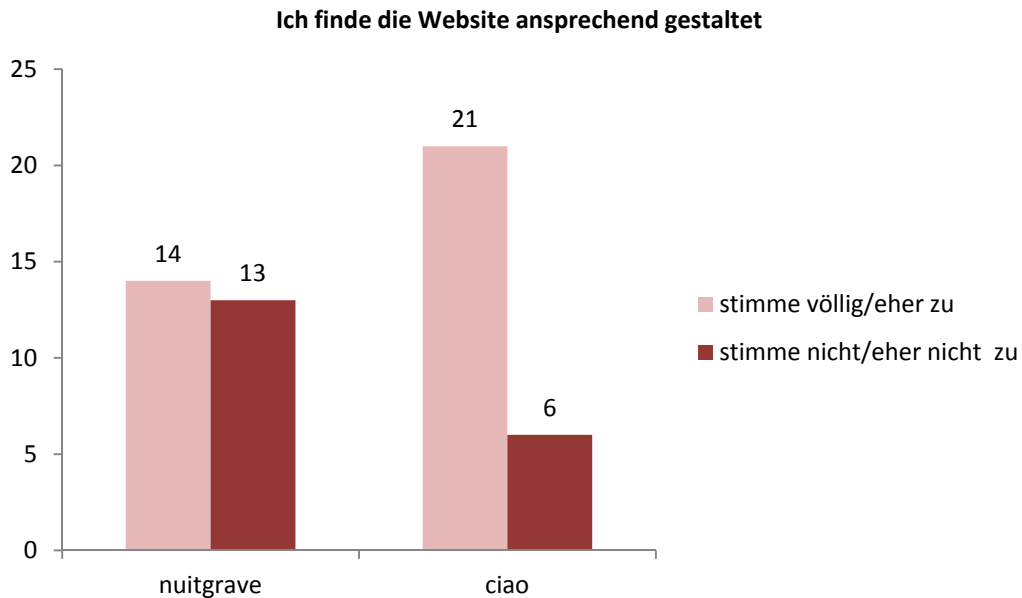


Abbildung 39: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Raucher/innen  
 Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ ): nein

Lediglich gut die Hälfte der jugendlichen Raucher/innen empfand *nuitgrave* als ansprechend gestaltet (Abbildung 39); bei *ciao* waren dies in etwa drei Viertel. Der Häufigkeitsunterschied war für dieses Kriterium statistisch nicht signifikant.

#### Freitextantworten

##### *Nuitgrave*

Von den 27 jugendlichen Raucher/innen wurden insgesamt 24 Punkte genannt, die ihnen an der Website *nuitgrave* besonders gut gefielen. Dies waren insbesondere die persönlichen Erfahrungsberichte und das Quiz. Dagegen nannten sie 12 Punkte, die ihnen an der Website nicht gefielen, darunter vor allem die farbliche Gestaltung und das Seitenlayout. Insgesamt 17 Nennungen bezogen sich auf wichtige Informationen, die aus Sicht der Jugendlichen fehlten und auf allgemeine Verbesserungsvorschläge. Dabei wurden am häufigsten die vermehrte Einbindung von Bildern und Animationen sowie das Seitenlayout genannt.

##### *Ciao*

Bei der Website *ciao* wurden 25 Punkte genannt, die den Jugendlichen besonders gut gefielen. Die Punkte betrafen insbesondere das Layout und die Themenvielfalt. 7 Nennungen bezogen sich auf einzelne Punkte, die den Raucher/innen weniger gefielen, 12 auf inhaltliche Ergänzungen und allgemeine Verbesserungsvorschläge, u.a. zur Einbindung persönlicher Erfahrungsberichte und graphischer Gestaltungselemente (Bilder, Animationen).

#### 4.6.6 Jugendliche Nichtraucher/innen – französischsprachig

##### Quantitative Bewertungen anhand von Skalen

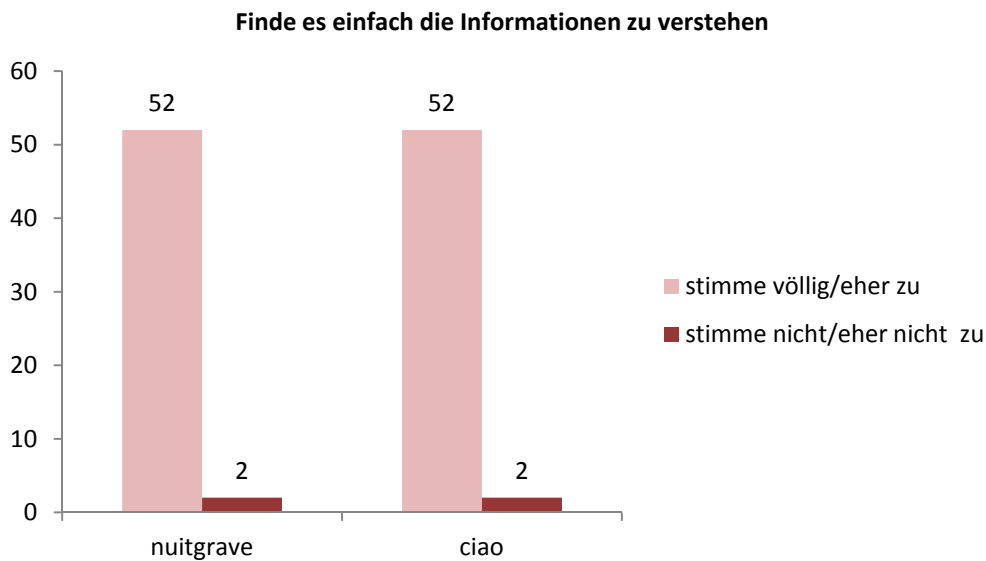


Abbildung 40: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen

Fehlende Angaben: nuitgrave: n=2, ciao: n=2;

Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): nein

Nahezu alle (96%) jugendlichen Nichtraucher/innen fanden die innerhalb der beiden Websites *nuitgrave* und *ciao* dargestellten Inhalte einfach verständlich (Abbildung 40). Der Unterschied zwischen den Websites hinsichtlich dieses Kriteriums war statistisch nicht signifikant.

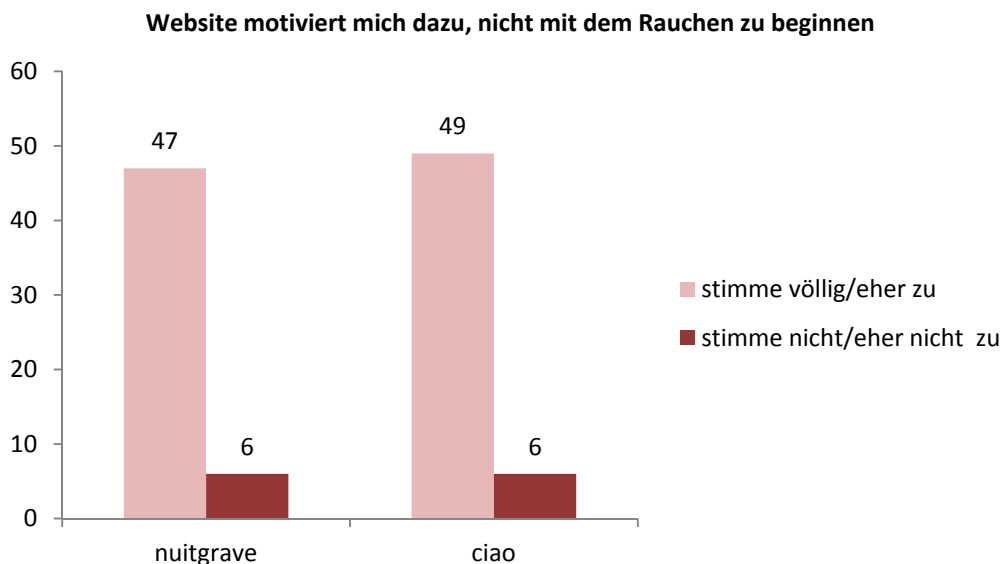


Abbildung 41: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen

Fehlende Angaben: nuitgrave: n=3, ciao: n=1;

Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): nein

Knapp 80% der jugendlichen Nichtraucher/innen fühlten sich durch die Websites *nuitgrave* und *ciao* darin motiviert, nicht mit dem Rauchen zu beginnen (Abbildung 41). Es zeigte sich kein signifikanter Unterschied zwischen den Websites.

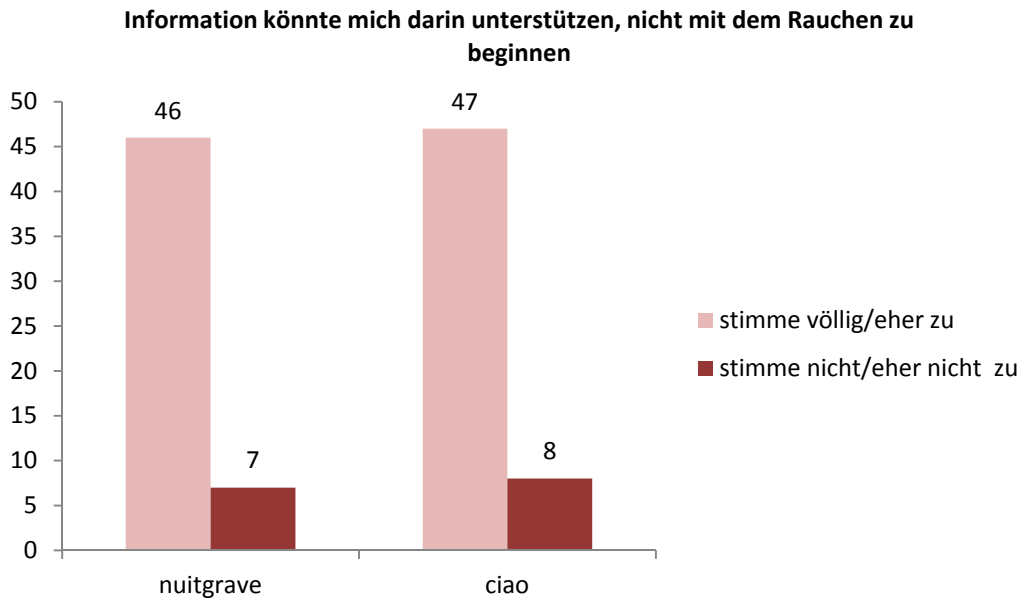


Abbildung 42: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen

Fehlende Angaben: nuitgrave: n=3, ciao: n=1

Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): nein

Jeweils gut 80% der jugendlichen Nichtraucher/innen gaben an, die dargestellte Information könnte sie darin unterstützen, nicht mit dem Rauchen zu beginnen (Abbildung 42). Es ergab sich kein signifikanter Unterschied zwischen den Websites für dieses Bewertungskriterium.

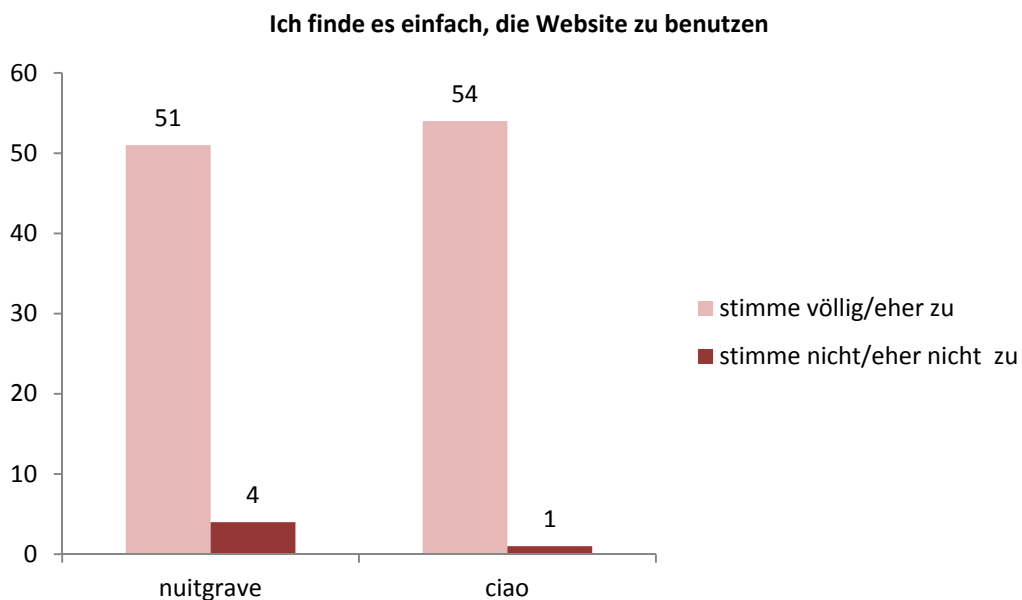


Abbildung 43: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen

Fehlende Angaben: nuitgrave: n=3, ciao: n=1

Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): nein

Nahezu alle jugendlichen Nichtraucher/innen fanden die Website *ciao* und gut 90% die Website *nuitgrave* einfach zu benutzen (Abbildung 43). Zwischen den Websites ergab sich kein statistisch signifikanter Unterschied für dieses Bewertungskriterium.



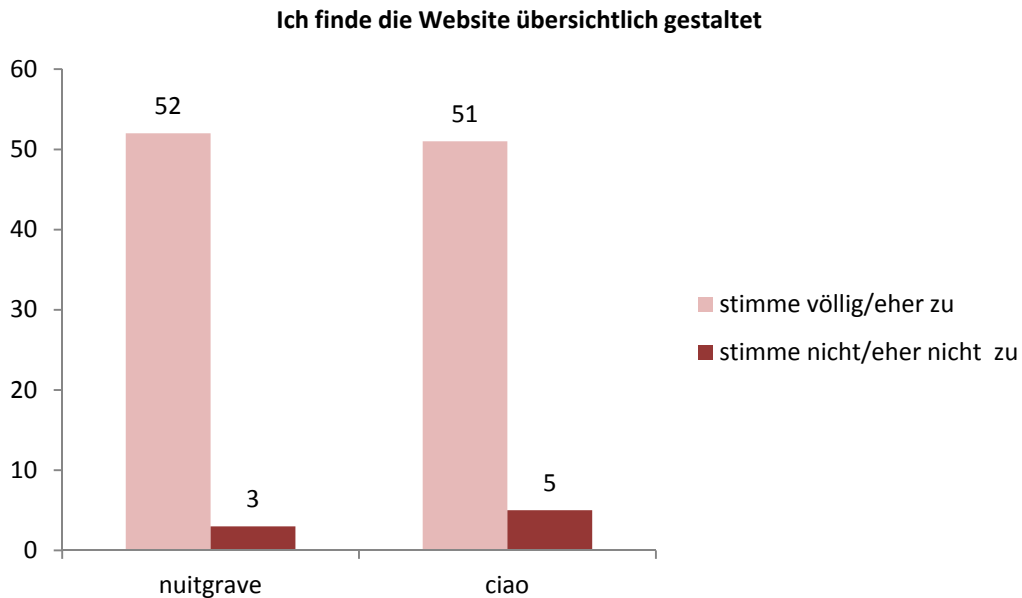


Abbildung 44: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen

Fehlende Angaben: nuitgrave: n=1

Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): nein

Jeweils über 90% der jugendlichen Nichtraucher/innen fanden die beiden Websites *nuitgrave* und *ciao* übersichtlich gestaltet (Abbildung 44). Der Häufigkeitsunterschied in den Bewertungen zwischen den Websites ist damit statistisch nicht signifikant.

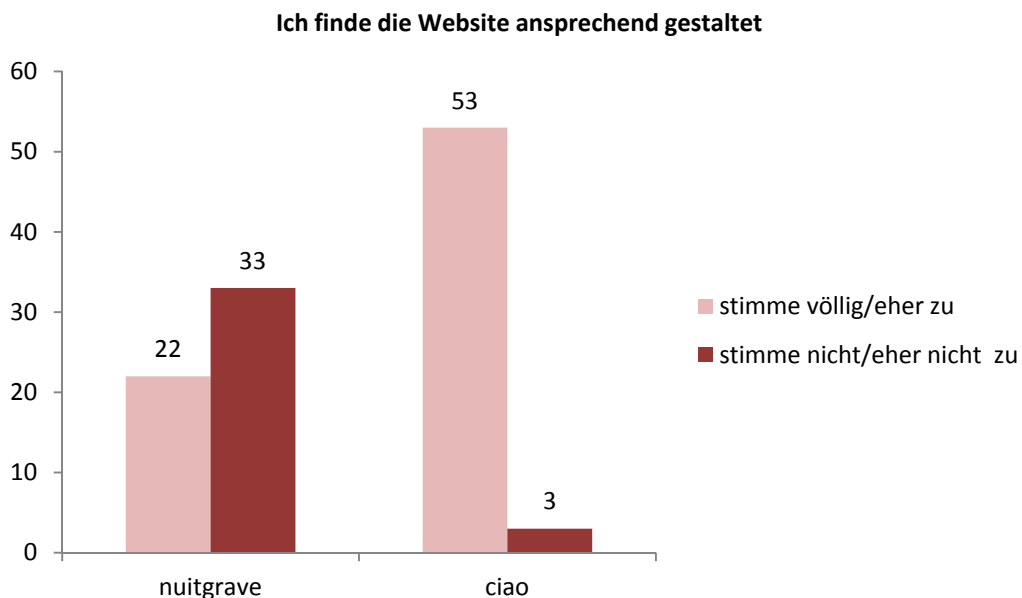


Abbildung 45: Anzahl der Bewertungen durch jugendliche Nichtraucher/innen

Fehlende Angaben: nuitgrave: n=1

Signifikanter Unterschied (McNemar-Test, zweiseitig, \*p<.05, \*\*p<.01): nuitgrave vs. ciao\*\*

Während lediglich 40% der jugendlichen Nichtraucher/innen die Website *nuitgrave* als ansprechend gestaltet empfanden, waren dies bei *ciao* 95% (Abbildung 45). *Ciao* wurde hinsichtlich dieses Kriteriums damit statistisch signifikant häufiger positiv bewertet als *nuitgrave*.

## Freitextantworten

### *Nuitgrave*

Die 56 jugendlichen Raucher/innen nannten 46 Punkte, die sie an der Website *nuitgrave* besonders gut fanden. Am häufigsten wurden dabei die persönlichen Erfahrungsberichte, die interaktiven Module Quiz und Forum sowie die Übersichtlichkeit genannt. 52 Nennungen bezogen sich auf Punkte, die den Nutzer/innen weniger gefielen: Insbesondere die Gestaltung der Website mittels dunkler Farben sowie das Seitenlayout wurden bemängelt. 61 Nennungen bezogen sich auf wichtige Inhalte, die aus Sicht der Jugendlichen fehlten und auf allgemeine Verbesserungsvorschläge. Am häufigsten wurden dabei die farbliche Gestaltung, ein besseres Seitenlayout mit mehr Bildern und eine bessere Funktionalität der Spiele genannt.

### *Ciao*

Bei der Website *ciao* wurden insgesamt 64 Punkte genannt, die den Jugendlichen besonders gut gefielen. Am häufigsten wurden die farbliche Gestaltung, die Themenvielfalt sowie die Übersichtlichkeit der Seite hervorgehoben. 21 Nennungen bezogen sich auf einzelne Punkte, die den Nutzer/innen weniger gefielen, darunter waren die Unübersichtlichkeit und die vielen Rubriken innerhalb der Website. Insgesamt 30 Nennungen der Jugendlichen betrafen inhaltliche Ergänzungen und Verbesserungsvorschlägen, insbesondere die vermehrte Einbindung von Bildern und Animationen.

## **4.7 Ergebnisdiskussion „Nutzer/innenbefragung“**

### **4.7.1 Methodische Limitierungen der Nutzer/innenbefragung**

Bei der Interpretation der Ergebnisse aus der Nutzer/innenbefragung sind mehrere Punkte zu berücksichtigen, die mit der angewandten Methodik zusammenhängen:

1. Die Häufigkeitsunterschiede sind jeweils vor dem Hintergrund der Grössen der befragten Stichproben zu interpretieren. Die befragten Stichprobengrössen erlauben mittlere bis grosse Effektgrössen nachzuweisen, dagegen war ein Nachweis kleiner Effektgrössen zwischen jeweils zwei Websites nicht möglich. Bei kleinen Stichproben, wie z.B. den erwachsenen Ex-Raucher/innen (n=31) wurden daher in den Diagrammen augenfällig erscheinende Unterschiede zwischen zwei Websites teilweise nicht statistisch signifikant, während bei grösseren Stichproben, wie z.B. den deutschsprachigen jugendlichen Nichtraucher/innen (n=75), bereits augenfällig kleinere Unterschiede statistisch signifikant wurden.
2. Die absoluten Häufigkeiten können nicht zwischen unterschiedlichen befragten Stichproben verglichen werden, d.h. die Bewertungen der französischsprachigen Websites durch Jugendliche können z.B. nicht direkt mit den Bewertungen der deutschsprachigen Websites durch Jugendliche verglichen werden, da jeweils unterschiedliche Nutzer/innengruppen mit spezifischen Charakteristika (z.B. hinsichtlich Soziodemographie, Rauchverhalten oder Internetnutzung) befragt wurden. Diese spezifischen Charakteristika der jeweiligen Gruppen dürften zumindest teilweise einen Einfluss auf die Bewertung der Websites gehabt haben.
3. Bei der Bewertung unterschiedlicher Websites durch die gleiche Nutzer/innengruppe könnten auch sogenannte Reihenfolgeneffekte einen Einfluss auf die Bewertung gehabt haben. Das heisst, in Abhängigkeit von der Reihenfolge mit welcher die Websites bewertet wurden, könnten die Bewertungen tendenziell unterschiedlich ausgefallen sein. Bei den

Freitextantworten zeigte sich z.B., dass die farbliche Gestaltung einer Website häufig positiv bewertet wurde, wenn die farbliche Gestaltung der unmittelbar davor zu evaluierenden Website negativ bewertet wurde.

Vor diesem Hintergrund sind die im Folgenden nochmals zusammengefasst dargestellten Ergebnisse der Nutzer/innenbefragung jeweils mit etwas Vorsicht zu interpretieren und sollen lediglich Tendenzen aufzeigen.

#### **4.7.2 Websites für Erwachsene Raucher/innen und Ex-Raucher/innen**

Die innerhalb der drei Websites *stop-tabac*, *at-schweiz* und *dr-walser* dargestellte Information war für den grössten Teil der Befragten Raucher/innen und Ex-Raucher/innen gut verständlich. Etwa die Hälfte der Raucher/innen bewertete die Websites allerdings eher skeptisch dahingehend, dass diese dazu motivierten, Nichtraucher/in zu werden; hingegen stufte der überwiegende Teil der Ex-Raucher/innen die Websites als motivierend zur Beibehaltung des Nichtrauchens ein. Im Vergleich zwischen den Websites schnitten *stop-tabac* und *dr-walser* hinsichtlich dieses Kriteriums besser ab als *at-schweiz*. Die meisten Raucher/innen könnten sich vorstellen, *stop-tabac* bei einem Rauchstopp zur Unterstützung zu nutzen, wohingegen jeweils weniger als die Hälfte sich dies in Bezug auf die Websites *at-schweiz* und *dr-walser* vorstellen könnte.

Alle Websites wurden von einer deutlichen Mehrheit der Befragten als einfach zu benutzen bewertet. Die Websites *stop-tabac* und *at-schweiz* wurden auch von einer deutlichen Mehrheit der Befragten als übersichtlich gestaltet bewertet, die Website *dr-walser* dagegen jeweils nur von etwa der Hälfte der Raucher/innen und Ex-Raucher/innen. *Stop-tabac* wurde von einer deutlichen Mehrheit als ansprechend gestaltet bewertet, wohingegen jeweils nur etwa die Hälfte der Befragten die anderen beiden Websites als ansprechend gestaltet empfand.

Innerhalb der Freitextantworten bewerteten die Befragten bei *stop-tabac* vor allem dessen interaktive Möglichkeiten und Gestaltung positiv, bei *at-schweiz* waren dies insbesondere die detaillierten und aktuellen Informationen zum Thema Rauchen, bei *dr-walser* vor allem die verständliche und persönliche Sprache.

#### **4.7.3 Websites für Jugendliche Raucher/innen und Nichtraucher/innen – deutschsprachig**

Die befragten Jugendlichen waren fast ausschliesslich der Meinung, dass die innerhalb der drei Websites *emox*, *feelok* und *feelreal* dargestellte Information gut verständlich sei. Ähnlich den Erwachsenen fühlte sich allerdings jeweils weniger als die Hälfte der Raucher/innen durch die zu bewertenden Websites motiviert, mit dem Rauchen aufzuhören bzw. Nichtraucher/in zu werden. Wiederum ähnlich den Angaben der Erwachsenen fühlten sich dagegen die meisten Nichtraucher/innen durch die Websites motiviert, nicht mit dem Rauchen zu beginnen. Jeweils etwa die Hälfte der Befragten Raucher/innen könnte sich vorstellen, *emox* oder *feelok* zur Unterstützung beim Rauchstopp zu nutzen, bei *feelreal* traf dies für etwa ein Viertel der Befragten zu. Sowohl *emox* als auch *feelok* wurde vom überwiegenden Anteil der Nichtraucher/innen als hilfreich eingestuft, um nicht mit dem Rauchen zu beginnen. Der Grossteil der Jugendlichen bewertete die drei Websites positiv dahingehend, dass diese einfach zu nutzen, übersichtlich und ansprechend gestaltet seien.

Tendenziell erzielte die Seite *feelok* gegenüber *emox* und *feelreal* auf diesen Kriterien jeweils bessere Bewertungen.

Die Freitextantworten ergaben, dass die Jugendlichen an *emox* insbesondere die Individualisierung der Information und die interaktiven Möglichkeiten schätzten; an *feelok* besonders die ausführlichen Informationen und die ansprechende Gestaltung. Bei *feelreal* schätzten die weiblichen Nutzerinnen vor allem die Zielgruppenspezifität.

#### **4.7.4 Websites für Jugendliche Raucher/innen und Nichtraucher/innen - französischsprachig**

Die französischsprachigen Jugendlichen waren fast ausschliesslich der Meinung, dass die innerhalb der Websites *nuitgrave* und *ciao* dargestellte Information gut verständlich sei. Allerdings zeigte sich auch hier, dass sich jeweils weniger als die Hälfte der Raucher/innen durch die Websites motiviert fühlte, mit dem Rauchen aufzuhören, wohingegen die meisten Nichtraucher/innen durch die Website durchaus motiviert wurden, nicht mit dem Rauchen zu beginnen. Lediglich jeweils ein Drittel der befragten Raucher/innen konnte sich vorstellen, *nuitgrave* oder *ciao* zur Unterstützung beim Rauchstopp zu nutzen. Dagegen wurden beide Websites vom überwiegenden Anteil der Nichtraucher/innen als hilfreich eingestuft, um nicht mit dem Rauchen zu beginnen. Der Grossteil der Jugendlichen bewertete die beiden Websites als einfach zu nutzen und als übersichtlich gestaltet. Während *ciao* von den meisten als ansprechend gestaltet bewertet wurde, waren lediglich knapp die Hälfte der Befragten der Meinung, *nuitgrave* sei ansprechend gestaltet.

Die Freitextantworten ergaben, dass die Jugendlichen an *nuitgrave* insbesondere die persönlichen Erfahrungsberichte und die interaktiven Module schätzten. Bei *ciao* wurde von den Jugendlichen vor allem die Themenvielfalt positiv hervorgehoben.

## 5. Integration der Ergebnisse und Empfehlungen für webbasierte Programme zum Tabakrauchen in der Schweiz

Im Folgenden werden die Ergebnisse der drei in diesem Bericht beschriebenen Teilprojekte zusammenfassend beschrieben, integriert und hinsichtlich deren Bedeutung für die künftige Ausgestaltung webbasierter Programme zum Tabakrauchen in der Schweiz diskutiert.

Die systematische Literaturübersicht (Kapitel 2) konnte aufzeigen, dass insbesondere zur Förderung des Rauchausstiegs bei aufhörbereiten Personen wirksame Programme vorliegen. Um zu überprüfen, ob diese Programme sich auch in der Schweiz bewähren, sind entsprechende Wirksamkeitsstudien erforderlich. Internationale Programme zur kombinierten Förderung des Rauchausstiegs und Verhinderung des Einstiegs bei Jugendlichen erscheinen erfolgversprechend, bedürfen aber einer weiteren empirischen Überprüfung. Zum Schutz vor Passivrauch konnten innerhalb der Literatursuche bislang weder internetbasierte Interventionen noch Wirksamkeitsstudien gefunden werden. In diesem Bereich erscheint auch international noch erheblicher Entwicklungs- und Forschungsbedarf.

Für die in der Schweiz verfügbaren Internetprogramme gibt es bislang keine Studien, die deren Wirksamkeit im Vergleich zu keiner Intervention, einer Minimalintervention oder einer Standardintervention überprüften. Lediglich für *stop-tabac* findet sich eine Wirksamkeitsstudie (Etter, 2005), welche das Standardprogramm mit einer Variante des Programms, welche stärker auf die Vermittlung von Information über Nikotinersatzprodukte abzielte, verglich. Vergleicht man die erzielten Abstinenzraten mit denen der in dieser Übersicht dargestellten Studien, so liegen diese im mittleren Bereich. Wie bereits erwähnt, ist ein solcher Vergleich der Abstinenzraten zwischen den Studien allerdings nur sehr bedingt möglich, da die Einschlusskriterien, Zielkriterien und Nachbefragungszeitpunkte sehr stark variierten.

Welche spezifischen Inhalte besonders wirksame Programme kennzeichnen, kann aufgrund der methodischen Heterogenität der Studien, bei gleichzeitiger inhaltlicher Heterogenität der in den Studien evaluierten Programme, nicht direkt aus der Literaturübersicht abgeleitet werden. Erschwerend kommt hinzu, dass kaum eines der in der Literaturübersicht eingeschlossenen und auf Wirksamkeit überprüften Programme aktuell noch im Internet verfügbar ist. Dadurch können die Programminhalte auch nur sehr rudimentär, anhand der meist sehr knappen Beschreibungen in den wissenschaftlichen Artikeln, nachvollzogen werden. Insofern bietet die Literaturübersicht einen allgemeinen Wirksamkeitsnachweis der darin berücksichtigten Programme. Konkrete Empfehlungen für die Ausgestaltung von Internetprogrammen in der Schweiz können daraus allerdings nur bedingt abgeleitet werden. Zum einen scheinen Programme für aufhörbereite Raucher/innen erfolgversprechender als für Raucher/innen unabhängig von deren Aufhörbereitschaft, allerdings heisst dies nicht, dass der Einsatz von Internetprogrammen bei Raucher/innen, die noch wenig motiviert sind aufzuhören, nicht sinnvoll wäre. Da die Intention zur Rauchabstinenz, z.B. erfasst über das Stadium der Verhaltensänderung nach dem Transtheoretischen Modell (Prochaska & Velicer, 1997), einer der stärksten Prädiktoren für Rauchabstinenz ist (Haug et al., 2010; Velicer, Redding, Sun, & Prochaska, 2007), sind für Interventionen bei Nicht-Aufhörwilligen kleinere Effektstärken zu erwarten und damit für entsprechende Studien auch deutlich grössere Stichproben für einen Wirksamkeitsnachweis erforderlich. Zum zweiten scheint eine stärkere Automatisierung der Intervention keinen nachteiligen Effekt auf deren Wirksamkeit zu haben. Die Ergebnisse der

Literaturübersicht zeigten, dass vollautomatisierte Interventionen tendenziell sogar häufiger wirksam sind als Teilautomatisierte, welche real existierende Personen in die Intervention mit einbezogen (z.B. persönliche E-Mailberatung, Chat, Forum).

Über die nationale Internetrecherche (Kapitel 3) mittels der meistgebrauchten Suchmaschinen konnten insgesamt 9 schweizerische Internetprogramme zum Tabakrauchen identifiziert werden. Alle Websites ermöglichten Hilfe beim Rauchausstieg, 4 boten zusätzlich interaktive Inhalte zur Verhinderung des Einstiegs. Interaktive Programme zum Schutz vor Passivrauch konnten in der Schweiz keine identifiziert werden. Hinsichtlich der inhaltlichen Abdeckung scheint insbesondere die Entwicklung webbasierter Programme zum Thema Passivrauchen sinnvoll. Allerdings gibt es zu deren Ausgestaltung bislang auch international wenig Erfahrung. Die einzige Seite, die innerhalb der internationalen Recherche identifiziert wurde und interaktive Inhalte zum Passivrauchen anbietet, ist [www.smokefree.gov](http://www.smokefree.gov), welche ein Quiz zum Thema Passivrauchen zur Verfügung stellt. Aufgrund der Tatsache, dass nach wie vor ein substantieller Teil der erwachsenen Bevölkerung, aber auch der Kinder regelmässig einer Passivrauchbelastung ausgesetzt sind, (Lampert & List, 2010; Radtke, Keller, Krebs, & Hornung, 2010) erscheint die Entwicklung webbasierter, individualisierter Interventionen zur Sensibilisierung, Einstellungs- und Verhaltensänderung in diesem Themenbereich sinnvoll und entspräche auch den Zielen des nationalen Tabakpräventionsprogramms zur Senkung der Passivrauchbelastung in der Bevölkerung (Bundesamt für Gesundheit BAG, 2008).

Von den 9 nationalen Websites waren 7 auf Deutsch, 4 auf Französisch und 2 auf Italienisch verfügbar. Von den auf Deutsch verfügbaren Programmen boten 5 Hilfen für den Rauchausstieg bei Jugendlichen oder Erwachsenen und 2 dienten der Verhinderung des Einstiegs bei Jugendlichen. Von den 4 französischsprachigen Programmen boten 2 Informationen zum Rauchausstieg und zur Verhinderung des Einstiegs bei Jugendlichen, 2 weitere dienten der Unterstützung des Rauchausstiegs bei Erwachsenen. Auf Italienisch liegen bislang lediglich 2 Programme zum Rauchausstieg bei Erwachsenen vor. Hinsichtlich der sprachlichen Abdeckung besteht bei italienischsprachigen Programmen zur Verhinderung des Einstiegs und zur Unterstützung des Ausstiegs bei Jugendlichen eine Lücke und damit Entwicklungsbedarf.

Inwieweit webbasierte Angebote für spezifische Zielgruppen z.B. hinsichtlich des Geschlechts, der Herkunft (Migrationsgruppen) oder anderer Merkmale (z.B. sexuelle Orientierung, Mischkonsum von Tabak und weiteren Substanzen) sinnvoll, wirksam oder erforderlich sind, lässt sich anhand der wissenschaftlichen Literatur bislang nur sehr eingeschränkt beantworten. Überträgt man die Erkenntnisse zur Wirksamkeit und Akzeptanz traditioneller, im persönlichen Kontakt vermittelter, Rauchstoppinterventionen bei spezifischen Zielgruppen, z.B. bei türkeistämmigen Migrant/innen (Schnoz, Schaub, Schwappach, & Salis Gross, 2011) oder schwulen Rauchern (Schwappach, 2009), so erscheinen webbasierte Interventionen für spezifischere Zielgruppen durchaus sinnvoll und erfolgversprechend. Insbesondere die Übersetzung und kulturspezifische Adaptation bereits verfügbarer, qualitativ guter Programme in weitere Sprachen wie Türkisch oder Albanisch erscheint vor dem Hintergrund des hohen Raucheranteils in diesen Migrant/innengruppen (Bundesamt für Gesundheit BAG, 2007) empfehlenswert.

Die Anwendung der Kriterien zur Bewertung der inhaltlichen Vollständigkeit, der Benutzerfreundlichkeit und der Einhaltung ethischer Prinzipien durch Fachspezialisten (Kapitel 4) erwies sich im Wesentlichen als praktikabel. Insbesondere bei der Anwendung der Kriterien zur inhaltlichen Vollständigkeit ist jedoch eine intensive Schulung der Rater/innen erforderlich, um

Verständnisschwierigkeiten zu vermeiden und eine valide Bewertung zu gewährleisten. Weiter ist zu berücksichtigen, dass diese Kriterien für Websites zur Förderung des Rauchausstiegs entwickelt wurden. Für die Bewertung von Online-Inhalten zur „Verhinderung des Raucheinstiegs“ bei Jugendlichen können diese nicht unmittelbar angewandt und müssten entsprechend weiterentwickelt werden.

Hinsichtlich der mittels Kriterienrating durch Fachspezialisten ermittelten inhaltlichen Vollständigkeit waren die schweizerischen Websites im internationalen Vergleich ähnlich gut, hinsichtlich der Benutzerfreundlichkeit sogar besser. Inhaltlich besteht bei den schweizerischen Websites insbesondere darin noch Ergänzungsbedarf, dass diese (1) klar und deutlich jeder rauchenden Person raten, damit aufzuhören, (2) soziale Unterstützung anbieten, (3) proaktive Follow-up-Kontakte ermöglichen und (4) die Motivation durch die Betonung von Belohnung fördern. Die dargestellte Information war bei den schweizerischen Websites nahezu vollständig korrekt. Hinsichtlich der Interaktivität der Informationsvermittlung besteht im Vergleich zu den internationalen Websites noch Verbesserungspotential: Insbesondere interaktive Angebote zur sozialen Unterstützung (z.B. durch Foren oder Chats) und zur Motivation durch Belohnung (z.B. durch einen Kostenersparnisrechner) könnten bei einzelnen schweizerischen Websites noch integriert werden.

Benutzerfreundlichkeit, Aufbau und Struktur der nationalen Websites waren im Vergleich mit den internationalen Websites besser. Auch bei der Einhaltung ethischer Richtlinien der Online-Beratung, basierend auf den Qualitätskriterien für Anbieter/innen psychologischer Online-Beratung der Föderation der Schweizer Psychologen, schnitten die schweizerischen Websites vergleichsweise gut ab, wenngleich auch in diesem Bereich noch Verbesserungspotential besteht. Insbesondere hinsichtlich folgender Punkte besteht bei mehreren nationalen Websites noch Ergänzungsbedarf: (1) Hinweise auf lokale Angebote von Beratungsstellen, (2) Information, bei welchen Symptomen im Verlauf eines Rauchstopps eher ein Arzt konsultiert werden sollte und (3) Hinweis, dass ein webbasiertes Tabakpräventionsangebot keine persönliche ärztliche Beratung ersetzen kann.

Die fünf hinsichtlich inhaltlicher Vollständigkeit und Benutzerfreundlichkeit am besten eingestuften schweizerischen Websites waren den fünf besten, innerhalb der internationalen Recherche ermittelten Websites in der inhaltlichen Vollständigkeit unterlegen, dafür in der Benutzerfreundlichkeit überlegen. Betrachtet man ausschliesslich die nationalen Websites, so ergab sich das grösste Verbesserungspotential bei folgenden Angeboten: *dr-walser*, *ziel-nichtrauchen* (mittlerweile nicht mehr zugänglich), *nuitgrave* und *ciao*.

Die in Kapitel 4 berichteten Ergebnisse der Kurzbefragungen potentieller Nutzer/innen liefern konkrete Empfehlungen für eine allfällige Optimierung und Ergänzung der aktuell verfügbaren, nationalen webbasierten Programme zum Tabakrauchen. Der spezifische Verbesserungsbedarf für die einzelnen Programme ist aus den in Kapitel 4 berichteten Ergebnissen und der Aufstellung der Freitextantworten im Anhang 4 ersichtlich. Über alle Programme hinweg zeigte sich, dass deren Inhalte für die potentielle Nutzer/innengruppe überwiegend gut verständlich und auch einfach zu benutzen sind. Verbesserungspotential besteht bei allen Websites noch in der Motivierung von Raucher/innen, das Rauchen aufzugeben und bei den Websites für Erwachsene, in einer ansprechenden und übersichtlichen Gestaltung.

Die Weiterentwicklung der Internettechnologie und deren rasche Verbreitung über multimediale Endgeräte, wie z.B. das Mobiltelefon, ermöglichen ständig neue und vielfältigere Möglichkeiten zur

internetbasierten Tabakprävention. Mit der zunehmenden Verbreitung von Breitband-Internetanschlüssen entstehen insbesondere auch neue Möglichkeiten für videogestützte Interventionen, die bislang international wie national sehr selten eingesetzt wurden. Vor allem für Jugendliche und junge Erwachsene mit geringer Bildung oder mit geringer Motivation zur Verhaltensänderung könnten Videoclips, die via Internet oder Mobiltelefon vermittelt werden, eine attraktive Alternative zu den bislang überwiegend textbasierten Interventionen darstellen. Problematisch ist diese rasche technische Entwicklung allerdings vor dem Hintergrund einer Evidenzbasierung der eingesetzten Programme. So ist ein Zeitraum von ca. einer Dekade erforderlich, bis ein Programm die Schritte Entwicklung, Pilotierung, Wirksamkeitsprüfung und Replikation durchlaufen hat und als evidenzbasiert gilt. Für Internetprogramme bedeutet dies, dass diese nach der Wirksamkeitsprüfung technisch meist nicht mehr dem State of the Art entsprechen. Trotzdem ist die systematische Evaluation eingesetzter Programme unerlässlich und liefert wertvolle Hinweise dafür, ob eine Interventionsrichtung weiter verfolgt werden sollte.

Internetanwendungen sind aus dem schulischen, beruflichen und privaten Alltag mittlerweile nicht mehr wegzudenken. Dadurch eröffnet sich ein enormes Potential für individualisierte und gleichzeitig bevölkerungswirksame Programme im Bereich Tabakrauchen. Es ist zu hoffen, dass dieses Potential in den nächsten Jahren auch in der Schweiz weiterhin genutzt wird.

Aus der vorliegenden Studie können die folgenden Empfehlungen für die webbasierte Tabakprävention in der Schweiz abgeleitet werden:

1. Die aktuell verfügbaren, nationalen Websites sind im internationalen Vergleich hinsichtlich der inhaltlichen Vollständigkeit, Benutzerfreundlichkeit und der Einhaltung ethischer Richtlinien ähnlich gut, tendenziell sogar etwas besser. Eine Überprüfung der vorhandenen Angebote anhand der in dieser Studie verwendeten Kriterienlisten sowie eine Berücksichtigung der aus dieser Studie resultierenden Verbesserungsvorschläge der Nutzenden könnte deren Qualität allerdings nochmals deutlich verbessern.
2. Zur Wirksamkeit der nationalen webbasierten Angebote besteht ein Forschungsdefizit. Insbesondere randomisiert-kontrollierte Studien, bei denen Personen entweder das Standardprogramm oder kein Programm bzw. eine Minimalintervention erhalten, könnten Aufschluss über die Wirksamkeit der Programme, auch im internationalen Vergleich geben.
3. Die innerhalb dieser Studie identifizierten Lücken webbasierter Tabakprävention in der Schweiz hinsichtlich wenig erreichter Zielgruppen (z.B. Migrant/innen) und Inhaltsbereiche (z.B. italienischsprachige Programme zur Verhinderung des Raucheinstiegs bei Jugendlichen, Programme zur Reduktion der Passivrauchbelastung) sollten geschlossen werden indem vorhandene Programme weiterentwickelt und diversifiziert oder neue Programme entwickelt werden.
4. Die rasche Verbreitung multimedialer Endgeräte (z.B. Smartphones) und die zunehmenden interaktiven Möglichkeiten des Internets (z.B. Soziale Netzwerke) ermöglichen ständig neue Möglichkeiten zur Individualisierung von Information und zur Informationsvermittlung. Auch die Ansprüche der Nutzenden hinsichtlich interaktiver Möglichkeiten und Benutzerfreundlichkeit steigen. Eine ständige technologische Optimierung der bestehenden Angebote, z.B. für die Darstellung der Inhalte auf Smartphones oder eine Verknüpfung der Inhalte mit bestehenden Sozialen Netzwerken, könnte deren Attraktivität für neue und auch die bestehenden Zielgruppen weiter erhöhen.



## Literatur

- An, L. C., Klatt, C., Perry, C. L., Lein, E. B., Hennrikus, D. J., Pallonen, U. E., et al. (2008). The RealU online cessation intervention for college smokers: a randomized controlled trial. *Preventive Medicine*, 47, 194-199.
- Bala, M., Strzeszynski, L., & Cahill, K. (2008). Mass media interventions for smoking cessation in adults. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, CD004704.
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: an agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26.
- Bock, B., Graham, A., Sciamanna, C., Krishnamoorthy, J., Whiteley, J., Carmona-Barros, R., et al. (2004). Smoking cessation treatment on the Internet: content, quality, and usability. *Nicotine and Tobacco Research*, 6, 207-219.
- Bock, B. C., Graham, A. L., Whiteley, J. A., & Stoddard, J. L. (2008). A review of web-assisted tobacco interventions (WATIs). *Journal of Medical Internet Research*, 10, e39.
- Brendryen, H., Drozd, F., & Kraft, P. (2008). A digital smoking cessation program delivered through internet and cell phone without nicotine replacement (happy ending): randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research*, 10, e51.
- Brendryen, H., & Kraft, P. (2008). Happy Ending: a randomized controlled trial of a digital multi-media smoking cessation intervention. *Addiction*, 103, 478-484.
- Buller, D. B., Borland, R., Woodall, W. G., Hall, J. R., Hines, J. M., Burris-Woodall, P., et al. (2008). Randomized trials on consider this, a tailored, internet-delivered smoking prevention program for adolescents. *Health Education & Behavior*, 35, 260-281.
- Bundesamt für Gesundheit BAG. (2007). *Wie gesund sind Migrantinnen und Migranten? Die wichtigsten Ergebnisse des Gesundheitsmonitoring der schweizerischen Migrationsbevölkerung*. Bern: Bundesamt für Gesundheit BAG.
- Bundesamt für Gesundheit BAG. (2008). *Nationales Programm Tabak 2008-2010*. Bern: Bundesamt für Gesundheit.
- Bundesamt für Statistik. (2009). *Tabakbedingte Todesfälle in der Schweiz: Schätzung für die Jahre 1995 bis 2007*. Neuchatel: Bundesamt für Statistik.
- Bundesamt für Statistik. (2010). *Internetnutzung in der Schweiz: Entwicklung 1997-2009*. Neuchatel: Bundesamt für Statistik.
- Byron, M. J., & Cobb, N. K. (2009). Concerns about a meta-analysis of computer smoking cessation programs. *Archives of Internal Medicine*, 169, 1814; author reply 1814-1815.
- eEurope. (2002). *Quality Criteria for Health related Websites*. Brussels: Commission of European Communities.
- Etter, J. F. (2005). Comparing the efficacy of two Internet-based, computer-tailored smoking cessation programs: a randomized trial. *Journal of Medical Internet Research*, 7, e2.
- Fiore, M. C. (2000). US Public Health Service Clinical Practice Guideline: Treating Tobacco Use and Dependence. *Respiratory Care*, 45, 1200-1262.
- Fiore, M. C., Jaén, C. R., & Baker, T. B. (2008). *Treating Tobacco Use and Dependence: 2008 Update. Clinical Practice Guideline*. Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Services. Public Health Service.
- Grimshaw, G. M., & Stanton, A. (2006). Tobacco cessation interventions for young people. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. CD003289.
- Haug, S., Meyer, C., Ulbricht, S., Schorr, G., Ruge, J., Rumpf, H.-J., et al. (2010). Predictors and moderators of outcome in different brief interventions for smoking cessation in general medical practice. *Patient Education and Counseling*, 78, 57-64.
- Japuntich, S. J., Zehner, M. E., Smith, S. S., Jorenby, D. E., Valdez, J. A., Fiore, M. C., et al. (2006). Smoking cessation via the internet: a randomized clinical trial of an internet intervention as adjuvant treatment in a smoking cessation intervention, *Nicotine and Tobacco Research*, 8, 59-67.

- John, U., & Hanke, M. (2002). Alcohol-attributable mortality in a high per capita consumption country-Germany. *Alcohol and Alcoholism*, 37, 581-585.
- Keller, R., Radtke, T., Krebs, H., & Hornung, R. (2010). *Der Tabakkonsum der Schweizer Wohnbevölkerung in den Jahren 2001 bis 2009. Tabakmonitoring – Schweizerische Umfrage zum Tabakkonsum*. Zürich: Psychologisches Institut der Universität Zürich, Sozial- und Gesundheitspsychologie.
- Kreuter, M. W., Bull, F. C., Clark, E. M., & Oswald, D. L. (1999). Understanding how people process health information: a comparison of tailored and nontailored weight-loss materials. *Health Psychology*, 18, 487-494.
- Kuosmanen, L., Jakobsson, T., Hyttinen, J., Koivunen, M., & Valimaki, M. (2010). Usability evaluation of a web-based patient information system for individuals with severe mental health problems. *Journal of Advanced Nursing*, 66, 2701-2710.
- Lampert, T., & List, S. M. (2010). Gesundheitsrisiko Passivrauchen, *GBE Kompakt: Zahlen und Trends aus der Gesundheitsberichterstattung des Bundes*. Berlin: Robert Koch Institut.
- Lancaster, T., Stead, L., Silagy, C., & Sowden, A. (2000). Effectiveness of interventions to help people stop smoking: findings from the Cochrane Library. *BMJ*, 321, 355-358.
- McKay, H. G., Danaher, B. G., Seeley, J. R., Lichtenstein, E., & Gau, J. M. (2008). Comparing two web-based smoking cessation programs: randomized controlled trial, *Journal of Medical Internet Research*, 10, e40.
- Myung, S. K., McDonnell, D. D., Kazinets, G., Seo, H. G., & Moskowitz, J. M. (2009). Effects of Web- and computer-based smoking cessation programs: meta-analysis of randomized controlled trials. *Archives of Internal Medicine*, 169, 929-937.
- Neubauer, S., Welte, R., Beiche, A., Koenig, H. H., Buesch, K., & Leidl, R. (2006). Mortality, morbidity and costs attributable to smoking in Germany: update and a 10-year comparison. *Tobacco Control*, 15, 464-471.
- Noar, S. M., Benac, C. N., & Harris, M. S. (2007). Does tailoring matter? Meta-analytic review of tailored print health behavior change interventions. *Psychological Bulletin*, 133, 673-693.
- Norman, C. D., Maley, O., Li, X. Q., & Skinner, H. A. (2008). Using the Internet to Assist Smoking Prevention and Cessation in Schools: A Randomized, Controlled Trial. *Health Psychology*, 27, 799-810.
- Oenema, A., Brug, J., Dijkstra, A., de Weerd, I., & de Vries, H. (2008). Efficacy and use of an internet-delivered computer-tailored lifestyle intervention, targeting saturated fat intake, physical activity and smoking cessation: a randomized controlled trial, *Annals of Behavioral Medicine*, 35, 125-135.
- Patten, C. A., Croghan, I. T., Meis, T. M., Decker, P. A., Pingree, S., Colligan, R. C., et al. (2006). Randomized clinical trial of an Internet-based versus brief office intervention for adolescent smoking cessation. *Patient Education and Counseling*, 64, 249-258.
- Pike, K. J., Rabinus, V., McAlister, A., & Geiger, A. (2007). American Cancer Society's QuitLink: Randomized trial of Internet assistance. *Nicotine and Tobacco Research*, 9, 415-420.
- Pisinger, C., Jørgensen, M. M., Møller, N. E., Døssing, M., & Jørgensen, T. (2010). A cluster randomized trial in general practice with referral to a group-based or an Internet-based smoking cessation programme, *Journal of Public Health*, 32, 62-70.
- Prochaska, J. O., Butterworth, S., Redding, C. A., Burden, V., Perrin, N., Leo, M., et al. (2008). Initial efficacy of MI, TTM tailoring and HRI's with multiple behaviors for employee health promotion, *Preventive Medicine*, 46, 226-231.
- Prochaska, J. O., & Velicer, W. F. (1997). The transtheoretical model of health behavior change. *American Journal of Health Promotion*, 12, 38-48.
- Rabinus, V., Pike, K. J., Wiatrek, D., & McAlister, A. L. (2008). Comparing Internet Assistance for Smoking Cessation: 13-Month Follow-Up of a Six-Arm Randomized Controlled Trial. *Journal of Medical Internet Research*, 10, e45.

- Radtke, T., Keller, R., Krebs, H., & Hornung, R. (2010). *Passivrauchen in der Schweizer Bevölkerung 2009*. Zürich: Universität Zürich, Psychologisches Institut, Sozial- und Gesundheitspsychologie.
- Schnoz, D., Schaub, M., Schwappach, D. L., & Salis Gross, C. (2011). Developing a smoking cessation program for Turkish-speaking migrants in Switzerland: novel findings and promising effects. *Nicotine and Tobacco Research, 13*, 127-134.
- Schumann, A., John, U., Ulbricht, S., Ruge, J., Bischof, G., & Meyer, C. (2007). Variability of tailoring of a smoking cessation intervention based on the transtheoretical model. *Addictive Behaviors, 32*, 3083-3087.
- Schwappach, D. L. (2009). Queer quit: gay smokers' perspectives on a culturally specific smoking cessation service. *Health Expectations, 12*, 383-395.
- Shahab, L., & McEwen, A. (2009). Online support for smoking cessation: a systematic review of the literature. *Addiction, 104*, 1792-1804.
- Strecher, V. J., Shiffman, S., & West, R. (2005). Randomized controlled trial of a web-based computer-tailored smoking cessation program as a supplement to nicotine patch therapy. *Addiction, 100*, 682-688.
- Swan, G. E., McClure, J. B., Jack, L. M., Zbikowski, S. M., Javitz, H. S., Catz, S. L., et al. (2010). Behavioral Counseling and Varenicline Treatment for Smoking Cessation. *American Journal of Preventive Medicine, 38*, 482-490.
- Swartz, L. H., Noell, J. W., Schroeder, S. W., & Ary, D. V. (2006). A randomised control study of a fully automated internet based smoking cessation programme. *Tobacco Control, 15*, 7-12.
- Te Poel, F., Bolman, C., Reubsæet, A., & de Vries, H. (2009). Efficacy of a single computer-tailored e-mail for smoking cessation: results after 6 months. *Health Education Research, 24*, 930-940.
- Velicer, W. F., Redding, C. A., Sun, X., & Prochaska, J. O. (2007). Demographic variables, smoking variables, and outcome across five studies. *Health Psychology, 26*, 278-287.
- Walters, S. T., Wright, J. A., & Shegog, R. (2006). A review of computer and Internet-based interventions for smoking behavior. *Addictive Behaviors, 31*, 264-277.
- World Health Organization. (2009). *Global Health Risks: Mortality and burden of disease attributable to selected major risks*. Geneva: World Health Organization.

## **Anhang**

### Anhang 1:

Websites resultierend aus der nationalen Recherche

### Anhang 2

Websites resultierend aus der internationalen Recherche

### Anhang 3:

Deutsche Übersetzung der "Smoking Treatment Content Scale" (STS-C)

### Anhang 4:

Kategorisierte Freitextantworten der Nutzer/innenbefragung

## Anhang 1: Websites resultierend aus der nationalen Recherche

URL		<a href="http://www.stop-tabac.ch/ge_1514/">http://www.stop-tabac.ch/ge_1514/</a>
Anbieter (Organisation)		Institut de médecine sociale et préventive, Université de Genève
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Expertensystem ‚Der Coach‘ mit regelmässigem, auf das Rauchausstiegsdatum angepassten E-Mail-Versand zu verschiedenen Themen. Angemeldet im Coach besteht die Möglichkeit zum beliebig häufigen Ausfüllen von Tests bezüglich Selbstvertrauen, Tabakabhängigkeit, BMI. Die neuen Ergebnisse werden mit vorherigen Auswertungen verglichen. Ein Kalender bietet eine Übersicht zum geplanten Rauchstopp. Weitere Tests stehen auf der Seite ohne Anmeldung zur Verfügung: COPD, Motivation (Bereitschaft) zum Rauchstopp, finanzieller Gewinn beim Rauchstopp (2 Tests), Nikotinabhängigkeit, Einstellung zum Rauchen und Berechnung des Body Mass Index.
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja: Forum zum gegenseitigen Austausch, Möglichkeit zum Lesen und Schreiben von Beiträgen
Nicht-interaktive Inhalte		Information zu Krankheitsbildern (mit Fotos), Abhängigkeit, körperlichem Wohlbefinden (Ernährung, Übungen für den Körper, Atmungs- und Entspannungsübungen), ‚Tricks‘ (Regeln zum Rauchstopp und zur Vermeidung eines Rückfalls, Nichtrauchervertrag, Rückfallanalyse, Rauchertagebuchseiten, Formblatt für praktische Alternativen zum Rauchen, praktische Tipps zum Nicht-Mehr-Rauchen), Entzugserscheinungen, Nikotinersatzpräparaten, verschiedene Methoden zur Raucherentwöhnung, Vorteilen eines Rauchstopps. Broschüren können bestellt werden.
Programmintensität		E-Mail Kontakt in grösser werdenden Abständen: anfangs täglich, später wöchentlich
Programmdauer		E-Mail Kontakt vor dem ausgewählten Rauchausstiegsdatum und bis zu 100 Tage danach

URL		<a href="http://193.47.190.205/zielnichtrauchen/">http://193.47.190.205/zielnichtrauchen/</a>
Anbieter (Organisation)		Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz, Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Expertensystem mit individualisiertem Rückmeldebrief basierend auf dem Transtheoretischen Modell (Stadium der Verhaltensänderung, Vor- und Nachteile, Versuchungssituationen, Strategien der Verhaltensänderung). Wiederholte Rückmeldebriefe nach 3 und 6 Monaten.
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input checked="" type="checkbox"/>	Nein
	<input type="checkbox"/>	Ja
Nicht-interaktive Inhalte		6 Broschüren mit Information zum Rauchstopp bzw. Motivation zum Rauchstopp auf Grundlage des Transtheoretischen Modells gegliedert nach Aufhörbereitschaft.
Programmintensität		Individueller Rückmeldebrief (ca. 1 Seite) zu 3 Zeitpunkten
Programmdauer		6 Monate

URL		<a href="http://at-schweiz.ch/">http://at-schweiz.ch/</a>
Anbieter (Organisation)		Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention (AT) Schweiz
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Abhängigkeitstest nach Fagerström
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input checked="" type="checkbox"/>	Nein
	<input type="checkbox"/>	Ja
Nicht-interaktive Inhalte		Verschiedenste veröffentlichte Artikel unterschiedlicher Quellen zum Thema Rauchen: Produkte/Schadstoffe, Entwöhnung (Medikamente, Barrieren, Belohnungen), Gesundheit, Tabakindustrie/Wirtschaft, AT-Projekte, Passivrauchen und Nichtraucherenschutz. Geordnete Informationen zum Thema Rauchen: Gesundheitsschäden, Sterblichkeit, Rauchstopp, Passivrauchen, Schwangerschaft, Sport, Reduktion des Tabakkonsums, Bestandteile einer Zigarette. Tipps zum Rauchstopp, Informationen zu Rauchstoppmethoden im Internet und anderswo, Links zu anderen Websites. Informationen für Lehrende, Materialbestellungsmöglichkeiten, Informationen zu Rauchstoppwettbewerben.
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf

URL		<a href="http://emox.ch/emox/main.php?name=default.php">http://emox.ch/emox/main.php?name=default.php</a>
Anbieter (Organisation)		Berner Gesundheit
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input checked="" type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input checked="" type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input checked="" type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Unterschiedliche Tests: Gründe für das Nichtrauchen, Rauchverhalten, Fagerström-Abhängigkeitstest mit anschließender Ergebnisinformation, Pro-und-Contra Liste zum Rauchen, Kostenersparnis-Rechner.
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input checked="" type="checkbox"/>	Nein
	<input type="checkbox"/>	Ja
Nicht-interaktive Inhalte		Informationstexte zu verschiedenen Themen: Passivrauchen, Gründe gegen das Rauchen, Abhängigkeit, Risiken des Rauchens, Vorteile des Rauchstopps, Entzugserscheinungen, Barrieren, Vorbereitung auf und praktische Tipps zum Rauchausstieg. Weiter Information zu Medikamenten, Rauchstopptherapien und Beratungsangeboten, Broschüren zum bestellen, Links, Nichtrauchervertrag, Rückfallanalyse, Anregungen, um sich Gedanken zum rauchfreien Leben zu machen, Risikosituationsanalyse, Notfallplan.
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf



URL		<a href="http://www.feelok.ch/de_CH/jugendliche/themen/tabak/tabak.cfm">http://www.feelok.ch/de_CH/jugendliche/themen/tabak/tabak.cfm</a>
Anbieter (Organisation)		Schweizerische Gesundheitsstiftung RADIX in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich Patronatsinstitutionen und Finanzierungspartner: Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention, Berner Gesundheit, Cool and Clean, Lungenliga beider Basel, Sucht Info Schweiz, Züri Rauchfrei, Tabakpräventionsfonds
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input checked="" type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input checked="" type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
Aufhörbereitschaft der Zielgruppe	<input type="checkbox"/>	Weiblich
	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Nur Personen mit Aufhörbereitschaft
Interaktive Inhalte	<input type="checkbox"/>	Nur Personen ohne Aufhörbereitschaft
		Quiz (Gesundheit, Nikotinsucht, Aussehen, Kosten), Abhängigkeitstest, Aufhörbereitschaftstest, Risiken (Body Map), Kostenersparnisrechner mit Beispielen, weiteres Quiz.
		Rauchausstiegsprogramm : Pro-und-Contra-Liste Rauchen anlegen, Einstellungen anderer Raucher, Rauchverhalten analysieren, alternative Aktivitäten, Risiko Alkohol, Wasserpfeife und Kiffen, Gewicht und praktische Tipps, Entzugssymptome, soziale Unterstützung, praktische Tipps, Anregung zur Planung des Rauchstopp-Tages, Selbstbeobachtung bezüglich Verhalten/Erlebnissen/Schwierigkeiten während Entwöhnungszeit, Ausrutscher/Rückfall, Illusion wenig rauchen, Leben als Nichtraucher, Erfahrungsberichte anderer.
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input checked="" type="checkbox"/>	Nein
	<input type="checkbox"/>	Ja
Nicht-interaktive Inhalte		FAQs, Werbung für Schulprojekte Informationen: Einstellung zum Rauchen, Relevanz, Rauchverhalten: Vorteile des Nichtrauchens, Gründe für das Rauchen, Gelegenheitsrauchen, Rückfälle und Motivation/Tipps, Entscheidungen treffen, Risiken des Rauchens, Leistungsminderung Sport, Substanzen der Zigarette, Tabak: Natur und Gesellschaft, Gewicht, gesundheitliche Risiken und Prävalenzen, Tabakindustrie und Werbung, Tabakkonsum-Möglichkeiten und zu rauchende Substanzen, Geschichte des Tabakrauchens, Kosten des Rauchens, Sucht, Passivrauchen, Statistiken, Gesetze.
Programmintensität		4 Schritte mit diversen Unterpunkten zum Durcharbeiten
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf

URL		<a href="http://www.dr-walser.ch/">http://www.dr-walser.ch/</a>
Anbieter (Organisation)		Dr. med. Thomas Walser
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input checked="" type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Abhängigkeitstest nach Fagerström.
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input checked="" type="checkbox"/>	Nein
	<input type="checkbox"/>	Ja
Nicht-interaktive Inhalte		Information zu Rauchprävalenz, Risiken des Rauchens, Vorteile eines Rauchstopps, Vorbereitung auf einen Rauchstopp, Analyse des eigenen Rauchverhaltens, Rauchausstiegsdatum, praktische Tipps zum Nichtrauchen (Sport, Gewohnheiten ändern, Belohnungen, erster Entwöhnungstag, Geld sparen, nicht aufgeben bei Rückfall, Symptome und was zu tun ist), Passivrauchen, Medikamenten, Giftstoffe in Zigaretten. Links zum Thema.
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf

URL		<a href="http://feelreal.ch/">http://feelreal.ch/</a>
Anbieter (Organisation)		Lungenliga beider Basel
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input checked="" type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input checked="" type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input checked="" type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Kostenersparnisrechner
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja : Chat mit Rauch-Expertin, Möglichkeit E-Mail-Nachrichten mit Fragen an Expertinnen zu senden
Nicht-interaktive Inhalte		Informationen zu Rauchen und Einfluss auf Haut/Haar/Zähne, Krebsrisiko, Abhängigkeit, praktische Tipps zum Rauchstopp, Barrieren, Gruppendruck und Gewichtszunahme, Vorteile des Rauchstopps, Raucherwerbung. Links zu anderen Internetseiten. Veranstaltungen für junge Frauen.
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf

URL		<a href="http://www.nuitgrave.ch/">http://www.nuitgrave.ch/</a>
Anbieter (Organisation)		l'Institut de médecine sociale et préventive de l'Université de Genève (unterstützt durch Direction générale de la santé Département de l'action sociale et de la santé République et Canton de Genève, Suisse)
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input checked="" type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input checked="" type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input checked="" type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Quiz: Wissen zum Thema Rauchen, Kostenersparnisberechnung, Vorteilsberechnung (Gewinn an Lebenszeit und Kostenersparnis), Rauchertagebuch, Fagerströmtest zur Nikotinabhängigkeit, Body-Mass-Index-Berechnung. Möglichkeit zur Erstellung eines persönlichen Profils für Raucher und Nichtraucher. Während des Vorgangs werden verschiedenste Angaben gemacht und der Benutzer erhält verschiedene Informationen und Tipps/Feedbacks, die teilweise an die spezifischen Eigenschaften des Nutzers angepasst sind. Erfasst werden die Aufhörbereitschaft sowie Selbsteinschätzungen zu bestimmten Situationen, Eigenschaften und Einstellungen. Kostenrechner, Pro-Contra-Liste. Informationen gibt es zu Themen wie: Tabakindustrie und Jugendliche, Nikotin, chemische Stoffe in der Zigarette, Risiken des Rauchens, Vorteile des Nichtrauchens, Abhängigkeitspotential der Zigarette, Rauchprävalenz bei Jugendlichen, praktische Tipps/Verhalten in schwierigen Situationen, Medikamente, Vorbereitungsliste auf den Rauchstopp.
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja : Forum zum Austausch nach Wahl mit anderen Teilnehmern oder Spezialisten; Möglichkeit, sich auf der Website zu bestimmten Themen schriftlich zu äussern und über Erfahrungen anderer zu lesen.
Nicht-interaktive Inhalte		FAQs zu verschiedenen Themen, u.a.: Schwangerschaft, Vorteile des Rauchstopps, Passivrauchen, Homöopathie, Schlaflosigkeit, Medikamente zur Raucherentwöhnung. Glossar zu Themen wie Drogen, Gesundheit, Therapie. Informationen und links zu Flyern, Büchern, CDs etc. zum Thema. Internetseiten zum Thema Rauchen.
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf

URL		<a href="http://www.ciao.ch/f/drogues/infos/c67212acc71911dfbc5cb3e9703411811181/7-boire-fumer---et_estime_de_soi">http://www.ciao.ch/f/drogues/infos/c67212acc71911dfbc5cb3e9703411811181/7-boire-fumer---et_estime_de_soi</a>
Anbieter (Organisation)		L'Association romande CIAO
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input checked="" type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input checked="" type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input checked="" type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Quiz, (Kommunikation mit Experten)
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja: Experten-Hilfe
Nicht-interaktive Inhalte		Gründe, die für Jugendliche für den Raucheinstieg sprechen (Rauchen um Gewicht zu verlieren, alles gemeinsam zu tun, dem Stress zu trotzen, um erwachsen zu wirken) werden widerlegt und es werden passende Tipps gegeben, wie man dem Rauchen widerstehen kann. Links in dieser Rubrik führen zu anderen Orten innerhalb der Website, auf denen Aspekte wie Selbstsicherheit, sich-besser-kennen-lernen etc. bearbeitet werden können. Weitere Inhalte: Fragen-und-Antworten zum Thema Rauchen, Adressen von lokalen Organisationen, Glossar mit Informationen zum Thema, Übersichtsflyer über Tabak, Zeugenaussagen. Kurze Informationstexte zu Drogen im Allgemeinen, der Droge Tabak und den Auswirkungen, Tabakabhängigkeit/-konsum, Einfluss von sozialen Beziehungen auf das Rauchverhalten, Tabak und Gesellschaft.
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf

## Anhang 2: Websites resultierend aus der internationalen Recherche

URL		<a href="http://stop-simply.de/">http://stop-simply.de/</a>
Anbieter (Organisation)		Privatperson (Dr. Lars Satow, D-Markdorf, wissenschaftlich begleitet durch Prof. Dr. Ralf Schwarzer und sein Team von der Freien Universität Berlin)
Land		Deutschland
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Eigenes Profil: Persönlicher Kostenersparnisrechner, Bestimmung der Erfolgchancen für die Programmteilnahme, Test zum persönlichen Befinden, Test zur Einstellung zum Nichtrauchen (nach 6 Wochen), Test zur Einstellung als Nichtraucher (nach 8 Wochen), Abhängigkeitstest nach Fagerström.
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja : Chat mit anderen Nutzern, Hilfe durch Mentoren (ehemalige Rauchende die durch die Internetseite zu Nichtrauchenden geworden sind; nach Erfolg kann jeder Mentor werden), Forum
Nicht-interaktive Inhalte		Eigenes Profil: Online Tagebuch, Rauchausstiegsplan (Vorbereitung auf den Rauchstopp durch Betonung der Relevanz und praktische Tipps, Selbsthypnosetracks zum Anhören, praktische Tipps zum Nichtrauchen etc.) E-Book des Website-Begründers: Hintergründe zur Website, Nikotinabhängigkeit und Zigarettenindustrie, Medikamente, Überwindung der Sucht und Motivation, Pro-und-Kontra-Aufzählung, Anweisungen zur Vorbereitung und Durchführung des Rauchstopps, praktische Tipps. Weitere Inhalte: Persönliche Erfolgsgeschichten von Teilnehmern, Fragen und Antworten von Experten, Videos, Gewicht und praktische Tipps, Risiko Rauchen während Schwangerschaft und Entwöhnungstipps, Information zur Hypnose zur Raucherentwöhnung, Buchinformationen und Nichtraucher-Links, praktische Tipps von Teilnehmern, Tipps bei möglichem Rückfall.
Programmintensität		Durchschnittlich einmal pro Woche neue Tests sowie neue Informationen.
Programmdauer		8 Wochen, Seite kann allerdings immer besucht werden für persönliche Online-Hilfe oder zum erneuten Lesen von Tipps

URL		<a href="http://www.focus.de/gesundheit/gesundleben/nichtrauchen/motivation/nichtrauchen-coach_aid_9092.html">http://www.focus.de/gesundheit/gesundleben/nichtrauchen/motivation/nichtrauchen-coach_aid_9092.html</a>
Anbieter (Organisation)		FOCUS Online
Land		Deutschland
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Individualisierte E-Mails mit spezifischen Links auf Informationen auf Internetseite
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja Ja: Angeblich steht ein Chat zur Verfügung, tatsächlich hat man auf diesen allerdings keinen Zugriff.
Nicht-interaktive Inhalte		„Nichtrauchen-Trainer“: Links in E-Mails und Informationen auf der Website bezüglich: Motivation, Beobachtung des Rauchverhaltens (Rauchertagebuch), Vorteile des Nichtrauchens, Suchen von sozialer Unterstützung, Nichtrauchervertrag, verschiedene praktische Tipps, Informationen zu Medikamenten, Schreiben eines Briefes für nach dem Rückfall, Hindernis Gewichtszunahme, Motivationstipps, Relevanz eines Rauchausstiegs etc.
Programmintensität		2 Wochen lang täglich, 2 Wochen lang jeden 2. Tag, 2 Wochen lang jeden 3. Tag... mit abnehmender Intensität
Programmdauer		20 Wochen

URL		<a href="http://rauchfrei.de/">http://rauchfrei.de/</a>
Anbieter (Organisation)		Privatperson (Werner Graef, D-Regensburg)
Land		Deutschland
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Rauchkostenrechner, Nichtraucherkurs-Suchmaschine, Suchmaschine für Seite
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja
		Wenn Ja: Welche? Forum
Nicht-interaktive Inhalte		Informationen: Methoden zur Raucherentwöhnung, diverse Medikamente/CDs/Bücher zur Raucherentwöhnung, Vorteile eines Online-Nichtraucherurses, praktische Tipps zum weniger Rauchen, Nikotinabhängigkeit, Giftstoffe, Krankheiten und weitere negative Folgen, Nichtraucherchutz (Passivrauchen, Schwangerschaft, Politik), Erfahrungsberichte, Abhängigkeitstest nach Fagerström, Nachrichten zum Rauchen, Linksammlung, Vorteile des Nichtrauchens.
Programmintensität		Nicht anwendbar
Programmdauer		Nicht anwendbar/je nach Bedarf



URL		<a href="http://rauchstopp-online.de/">http://rauchstopp-online.de/</a>
Anbieter (Organisation)		Privatperson (E. Michael Fritz, D-Lindau)
Land		Deutschland
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Abhängigkeitstest nach Fagerström, Rauchausstiegsrechner (Zeit, Zigarettenanzahl, Kosten), „Wettbewerb im Stadion“ mit anderen Nichtrauchern (Tageszähler)
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja: Interne Mail (Kommunikation mit anderen Benutzern), Forum, Erfahrungsberichte
Nicht-interaktive Inhalte		Vorteile des Nichtrauchens, Motivationstipps, Information über Sucht
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf

URL		<a href="http://rauchen-abgewoehnen.info/">http://rauchen-abgewoehnen.info/</a>
Anbieter (Organisation)		Privatperson (Mario Albrecht, D-Schongau)
Land		Deutschland
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Kostensparnisrechner, Fagerströmtest zur Nikotinabhängigkeit
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input checked="" type="checkbox"/>	Nein
	<input type="checkbox"/>	Ja
Nicht-interaktive Inhalte		Information zu Nikotinabhängigkeit, Vorteile eines Rauchstopps, gesundheitliche Risiken, Wirtschaft, Passivrauchen, Medikamente (mit und ohne Nikotin), Entwöhnungshilfen Akupunktur und Hypnose. Informationen über Onlinekurse mit Links, Erfahrungsberichte, praktische Tipps, Buchtipps, Nichtraucherlinks, Telefonnummern von Beratungsangeboten.
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf

URL		<a href="http://nichtraucher-hilfe.com/">http://nichtraucher-hilfe.com/</a>
Anbieter (Organisation)		Privatpersonen (Elisabeth Mecklenburg, D-Mülheim an der Ruhr, Rainer Hasanovic, E-La Orotava)
Land		Deutschland
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Nichtrauchen-Rechner (Zigarettenanzahl + Nikotin + Teer, Kosten, Zeit), Vergabe von „Pokalen“ für Nichtrauchererfolge.
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja : E-Mail an Betreiber der Website, Gästebuch, Forum
Nicht-interaktive Inhalte		Information: Vorteile des Nichtrauchens, Vorbereitung auf den Rauchstopp und praktische Tipps, Erfahrungsberichte, Buch- und CD-Tipps, Tagebuch-Schreiben, Interview-Berichte von Nichtrauchern, Infomaterial der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Hindernisse, Medikamente, Pro-und-Kontra Rauchstopp. Materialien zum Download: Kärtchen zur Relevanz, Motivation, Gefahren, Nichtrauchervertrag, Analyse des Rauchverhaltens etc.
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Bis zu einem Jahr (und länger)

URL		<a href="http://quitnet.com/qnhomepage.aspx">http://quitnet.com/qnhomepage.aspx</a>
Anbieter (Organisation)		HealthWays (QuitNet, Inc.)
Land		USA
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		<p>Expertensystem zum Rauchausstieg mit regelmässiger E-Mail-Unterstützung (enthält jeweils folgende Angaben: nicht gerauchte Zeit, ersparte Lebenszeit, Kostenersparnis, Zigarettenanzahl-Ersparnis +jeweils unterschiedliche Informationen), Test der Aufhörbereitschaft, Kostenrechner).</p> <p>Wiederholte Befragung durch Expertensystem nach 3 Monaten.</p> <p>Raucherentwöhnungsprogrammfinder in Wohnungsnähe, Q-Game, Abhängigkeitstest nach Fagerström, Einstellung zur Rauchentwöhnung, Test zum Rauchverhalten.</p>
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	<p>Ja: Forum, „buddy list“ zur Kommunikation mit anderen Teilnehmern, Chat, Gruppen zu bestimmten Themen, interner Nachrichtenaustausch mit Benutzern.</p> <p>Bei kostenpflichtiger Premium-Mitgliedschaft: Fragen an Experten.</p>
Nicht-interaktive Inhalte		<p>Information zu Vorbereitung auf den Rauchstopp, praktische Tipps, Medikamente, Therapien, Hindernisse, Entzugserscheinungen, Passivrauchen, Relevanz des Rauchausstiegs (Risiken des Rauchens und Vorteile des Nichtrauchens), Nachrichtenartikel zu Rauchen, Giftstoffe der Zigarette, Schwangerschaft, Abhängigkeit, Erfahrungsberichte.</p>
Programmintensität		Tägliche E-Mails 2 Wochen lang, wöchentliche E-Mails bis zu 8 Monate lang, Follow-up-E-Mail nach 3 Monaten
Programmdauer		Bis zu 8,5 Monate

URL		<a href="http://whyquit.com/">http://whyquit.com/</a>
Anbieter (Organisation)		Privatpersonen (Gründer: John R. Polito und Joanne Diehl, weiterer Mitarbeiter: Joel Spitzer)
Land		USA
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Quiz zum Thema Rauchstopp
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja : Schreiben von Erfahrungsberichten, Forum für Benutzer, die ohne Unterstützung von Hilfsmitteln das Rauchen aufgeben. Schreiben von Memoranden über verstorbene Freunde, Verwandte etc.
Nicht-interaktive Inhalte		Diverse lange, oft sehr subjektiv geprägte, Texte zu unterschiedlichen Themen: Praktische Tipps, Risiken (Schockfotos und Erfahrungsberichte), Vorteile eines Rauchstopps, Barrieren zum Rauchstopp (Entzugserscheinungen, Gewicht), Motivationstexte, Nikotin, Abhängigkeit Ausreden, Rückfall, Anzahl täglicher Cravings (Graphik), Denkhilfen zum Rauchausstieg, Nichtraucherpolitik. Empfehlung zum Anlegen von Relevanz-Liste und Schreiben eines Fortschrittsberichts. Empfehlung gegen die Anwendung bestimmter Methoden: z.B. Reduzierung des Zigarettenkonsums, Unterstützung durch Medikamente. Video und Audio Quitting-Messages, Artikel der Website als Materialien zum Herunterladen, Link zu externem Forum.
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf

URL		<a href="http://smokefree.gov/">http://smokefree.gov/</a>
Anbieter (Organisation)		Tobacco Control Research Branch of the National Cancer Institute
Land		USA
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input checked="" type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Ausführlicher Fragebogen (Rauch-Gewohnheiten, Rauchstopperfahrung, Gründe für Rauchstopp, Bereitschaft zum Rauchstopp, schwierige Situationen etc.) und anschließend individualisiertes Feedback-Schreiben. Auf der Website: Fagerströmtest zur Nikotinabhängigkeit, Quiz zum Passivrauchen, Test zum Einfluss von Stress, Testung der Entzugssymptome, Erfassung von Gründen zum Nichtrauchen, Kostenersparnisrechner, Erfassung der Auslöseimpulse für das Rauchen, Versenden von E-Cards.
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja: Chat mit Experten des National Cancer Institutes zu bestimmten Zeiten
Nicht-interaktive Inhalte		Rauchstopp-Plan-Information nach Aufhörbereitschaft gegliedert. Information zu Depressionen, Medikamente, Passivrauchen, Praktische Tipps, Schwangerschaft, Entzugssymptome, Auslöser für das Rauchen, Rauchprävalenz und Rauchverbote in den USA (Graphik), Verhalten bei Entzugssymptomen, Vorteile des Nichtrauchens, Hinweise für den Fall eines Rückfalls, Vorbereitung auf den Rauchstopp-Tag, Unterstützungsmöglichkeit per Telefon, Kontaktinformationen von Gesundheitsorganisationen. Vorlage zur Selbstanalyse des Rauchverhaltens. Broschüren zum Download.
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf

URL		<a href="http://ffsonline.org/">http://ffsonline.org/</a>
Anbieter (Organisation)		The American Lung Association
Land		USA
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input checked="" type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Wählen eines Rauchausstiegsdatums. Erhalt von Informationsmodulen.
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input checked="" type="checkbox"/>	Nein
	<input type="checkbox"/>	Ja
Nicht-interaktive Inhalte		Information zu Relevanz, Vorteilen eines Rauchstopps (gesundheitlich und monetär), Hindernisse, Abhängigkeit, Praktische Tipps, Medikamente und Hilfstelefonnummer, Vorbereitung auf den Rauchstopp, Entzugssymptome, mentale Einstellung, Nichtraucher bleiben (Hinweise bei Rückfall, andere Raucher unterstützen Nichtraucher zu werden), Passivrauchen, Körpergewicht.
Programmintensität		Jeden 2. Tag neue Informationsmodule.
Programmdauer		7 Module (14 Tage) von jeweils ca. 1 Seite (angepasst nach Aufhörbereitschaft)

URL		<a href="http://smokefree.nhs.uk/">http://smokefree.nhs.uk/</a>
Anbieter (Organisation)		Department of Health, UK
Land		Grossbritannien
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		Kosten-/Ersparnisrechner, Rauchaufhörberatungsfinder, Abhängigkeitstest nach Fagerström, Nichtraucher-Versprechen versenden, Quit-Smoking-Widget für den Desktop
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja: Experten-Chat, Forum , E-Mail-Hilfe mit Antwort innerhalb eines Tages
Nicht-interaktive Inhalte		Information: Vorteile Rauchausstieg, Risiken des Rauchens, Risiken des Passivrauchen (Kinder), Schwangerschaft, Methoden der Raucherentwöhnung, Telefonnummer zur Unterstützung, NRT-Medikamente, Erfahrungsberichte, Rückfall-Tipps. Broschüren zum Download. MP3-Dateien für Körper und Seele. Information für südasiatische Raucher.
Programmintensität		Unspezifisch/nach Bedarf
Programmdauer		Unspezifisch/nach Bedarf



URL		<a href="http://quitsmoking.about.com/">http://quitsmoking.about.com/</a>
Anbieter (Organisation)		The New York Times Company
Land		USA
Hauptkategorie (zu der auch Interaktive Inhalte vorliegen)	<input checked="" type="checkbox"/>	Rauchausstieg
	<input type="checkbox"/>	Verhinderung des Einstiegs
	<input type="checkbox"/>	Schutz vor Passivrauchen
Alter der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Jugendliche
	<input type="checkbox"/>	Junge Erwachsene
	<input type="checkbox"/>	Erwachsene
Geschlecht der Zielgruppe	<input checked="" type="checkbox"/>	Unspezifisch
	<input type="checkbox"/>	Männlich
	<input type="checkbox"/>	Weiblich
Interaktive Inhalte		E-Mail-Lektionen für unterschiedliche Phasen des Rauchstopps (Allgemein, Vorbereitung, Nach dem Rauchstopp). Tests/Rechner: Medikamentendosierung, Test der Aufhörtbereitschaft, Fagerström Abhängigkeitstest, persönliche Risiken und individuelle Empfehlung für Rauchstopp, Ersparnisberechnung, Test zur Rückfallanalyse, Auslöser-Analyse, Entzugssymptome.
Persönliche Online-Hilfe (Forum, Chat, Community, Experten-Hilfe...)	<input type="checkbox"/>	Nein
	<input checked="" type="checkbox"/>	Ja: Forum
Nicht-interaktive Inhalte		Von der Website: Beispielbrief an Familie für Unterstützung, praktische Tipps/diverse Aktivitäten, Entzugerscheinungen, Vorteile des Rauchstopps, Tipps/Gründe von anderen Benutzern, Vorbereitung auf den Rauchausstieg, Risiken. Aus den E-Mails: Relevanzliste erstellen, Motivation zum Rauchausstieg, Vorteile des Rauchausstiegs, Gesundheitsrisiken, Medikamente (NRT), Vorbereitung auf den Ausstiegstag.
Programmintensität		Unspezifisch. E-Mailprogramm: 6 E-Mails täglich oder wöchentlich mit kurzen Lektionen zu verschiedenen Themen und Links zur Website
Programmdauer		6 Tage oder 6 Wochen

## **Anhang 3: Deutsche Übersetzung der “Smoking Treatment Content Scale” (STS-C)**

Antwortoptionen:

Nein (0), Minimal (1), Angemessen (2), Überdurchschnittlich (3), Extensiv (4)

### **Kriterium 1: Rät eindeutig und eindringlich jeder rauchenden Person, damit aufzuhören**

Die Website beinhaltet klare und gehaltvolle Äusserung(en), dass alle Raucher/innen aufhören sollen zu rauchen.

*Beispiele:*

„Mit dem Rauchen aufhören, ist das Wichtigste, um Ihre Gesundheit jetzt und in der Zukunft zu verbessern“

„Es ist wichtig jetzt mit dem Rauchen aufzuhören“

„Auch gelegentliches Rauchen oder das Rauchen von Light-Zigaretten ist gefährlich“

### **Kriterium 2: Rät individuell jeder rauchenden Person, damit aufzuhören**

Die Website beinhaltet individuelle/personalisierte Angaben zum Rauchstopp. Insbesondere wird die individuelle Bereitschaft mit dem Rauchen aufzuhören berücksichtigt.

Zum Beispiel erhalten Personen die aufhörbereit sind andere Informationen (z.B. Medikation, Aufhörplan) als Personen die nicht aufhörbereit sind (5 R's, Motivationale Botschaften)

*Beispiel:* Verknüpft den Tabakkonsum mit aktueller Gesundheit/Symptomen und/oder mit sozialen und ökonomischen Kosten, mit Motivationslevel/-bereitschaft und/oder mit dem Einfluss auf Kinder und andere Personen im gleichen Haushalt.

### **Kriterium 3: Erfasst die Aufhörbereitschaft**

Die Website hilft Raucher/innen, ihre Aufhörbereitschaft zu erfassen

*Beispiel:* Fragt Konsumierende, ob sie bereit sind (in den nächsten 30 Tagen) mit Rauchen aufzuhören und bietet individualisierte Information basierend auf der Aufhörbereitschaft.

#### **Kriterium 4: Unterstützung anhand von Ausstiegsplänen**

Die Website unterstützt die Raucher/innen dabei, ein Ausstiegsdatum festzulegen und einen Ausstiegsplan zu erstellen.

*Beispiel:* Leitet die Benutzer/innen an, bereits vor dem Ausstiegsdatum ihr Rauchverhalten oder damit zusammenhängende Verhaltensweise zu verändern (Freunde/Familie darüber informieren, mögliche Hindernisse identifizieren, alle Tabakprodukte beseitigen).

Zum Beispiel anhand eines (persönlichen) Kalenders oder einer „Checkliste“, die zeit- bzw. aufhörtatumsspezifische Informationen liefert (1 Woche vor Rauchstopp, 1 Tag vor Rauchstopp, am Rauchstopp Tag, usw.)

#### **Kriterium 5: Bietet angewandte psychologische Beratung an**

Die Website bietet kognitive und behaviorale Strategien (Problemlösestrategien, Training von Fertigkeiten) um mit dem Rauchen aufzuhören.

Stichworte: Abstinenz, Rauchstopp-Erfahrungen, Hinweisreize und mögliche Hindernisse/Risikosituationen, Alkohol, andere Raucher im gleichen Haushalt

*Beispiele:* Thematisiert Hinweisreize und Möglichkeiten um damit umzugehen, Wichtigkeit keine Tabakprodukte in der näheren Umgebung zu haben, Alkoholkonsum während dem Ausstieg meiden, alternative Handlungen bereit haben.

#### **Kriterium 6: Beratung leistet soziale Unterstützung**

Die Website ermutigt Raucher/innen in ihren Ausstiegsbemühungen (supportive Haltung) und hilft ihnen, soziale Unterstützung in ihrem Umfeld nutzbar zu machen.

*Beispiele:* Bietet die Möglichkeit an, die Raucher/innen anhand von Benachrichtigungen bei ihrem Ausstiegsversuch zu unterstützen/ermutigen; Kommuniziert die Überzeugung (Glaube), dass die rauchende Person die Fähigkeit besitzt, mit dem Rauchen aufzuhören; arrangiert Unterstützung per E-Mail, Chat, Foren oder „buddy lists“ (Liste mit Gleichgesinnten)

#### **Kriterium 7: Empfiehlt die Anwendung anerkannter Pharmakotherapien**

Die Website empfiehlt von der FDA (US Food and Drug Administration) anerkannte Pharmakotherapien und bietet Informationen über deren Anwendung.

*Beispiele:* Empfiehlt die Benutzung von Nikotinersatzpräparaten (Kaugummi, Inhalator, Nasenspray, Pflaster, Lutschtabletten), Bupropion oder Vareniclin; Erklärt, wie diese Medikamente die

Erfolgswahrscheinlichkeit eines Rauchstopps erhöhen oder die „Entzugserscheinungen“ mildern; Stellt Benutzungsvorgaben bereit, auch hinsichtlich Kontraindikation: Schwangerschaft, geringe Konsumhäufigkeit, Jugendalter.

#### **Kriterium 8: Arrangiert Follow-up-Kontakte**

Die Website benutzt proaktive Strategien (Verfahren) um die Benutzer/innen zu einem späteren Zeitpunkt zu kontaktieren.

*Beispiele:* Versenden von E-Mails zu wichtigen Zeitpunkten wie dem Ausstiegsdatum; Nach einer gewissen Zeit Fragen nach allfälligen Problemen oder gratulieren zur Abstinenz; einen wiederholten Besuch der Website vorsehen.

#### **Kriterium 9: Fördert die Motivation durch Betonung der Relevanz eines Ausstiegs**

Die Website fördert die Motivation der Raucher/innen mit Rauchen aufzuhören indem sie persönliche Risiken des Tabakkonsums und Vorteile eines Ausstiegs anspricht.

*Beispiel:* Ermutigt die Benutzer/innen so spezifisch wie möglich zu überlegen, weshalb einen Tabakausstieg für sie persönlich von Bedeutung ist. Die Website kann dabei spezifische Vorteile aufführen, welche die Benutzer/innen als für sie relevant auswählen können (Auflistung von persönlichen Vor- und Nachteilen)

#### **Kriterium 10: Fördert die Motivation durch die Betonung von Risiken**

Die Website fordert die Raucher/innen auf, mögliche akute/unmittelbare und längerfristige negative Konsequenzen des Tabakkonsums zu ermitteln und betont die für den Benutzer/ die Benutzerin relevantesten Risiken.

Unmittelbare Risiken: Kurzatmigkeit, Verschlimmerung von Atemwegerkrankungen (Asthma, Bronchitis), Atemwegsinfektionen, Schädigung des ungeborenen Kindes, Impotenz, Unfruchtbarkeit etc.

Langfristige Risiken: Herzinfarkt, Schlaganfall, Lungenkrebs, sonstige Krebserkrankungen, chronische Lungenerkrankungen, Osteoporose etc.

*Beispiele:* Unterstützt die Benutzer/innen die persönlich relevanten Risiken des Rauchens zu ermitteln; beinhaltet spezielle Seiten (Links), welche sich mit Risiken von Tabakkonsum für spezifische Personentypen befassen (z. B. übergewichtige Personen?)

### **Kriterium 11: Fördert die Motivation durch Belohnung**

Die Website fordert die Benutzer/innen auf, mögliche Vorteile eines Ausstiegs zu ermitteln.

Vorteile des Nichtrauchens: Bessere Gesundheit, besserer Geruchs- und Geschmackssinn (Essen schmeckt besser), Geld sparen, sich besser fühlen (Selbstwert), nicht mehr nach Rauch stinken, ein gutes Vorbild sein, bessere körperliche Leistungsfähigkeit, keine verfärbten Zähne mehr, weniger Falten, schöner Haut usw.

*Beispiel:* Unterstützt die Benutzer/innen dabei, mehr über Vorteile eines Ausstiegs zu erfahren, die für sie persönlich von Bedeutung sein könnten.

### **Kriterium 12: Fördert die Motivation durch die Thematisierung von Hindernissen**

Die Website thematisiert übliche Hindernisse bei einem Ausstieg.

Mögliche Hindernisse: Entzugssymptome, Gewichtszunahme, Angst vor Versagen, Mangel an Unterstützung, Zusammensein mit Rauchern, Depressionen usw.

*Beispiel:* Unterstützt Benutzer/innen Hindernisse zu identifizieren, die sie betreffen könnten und nennt Behandlungselemente (Problemlösestrategien, Medikation), welche solche Hindernisse zu bewältigen helfen.

## Anhang 4: Kategorisierte Freitextantworten der Nutzer/innenbefragung

Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen  
Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „stop-tabac“?

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Übersicht	10	Übersichtlichkeit, sehr klar	5
		Einfache Navigation, Bedienung	3
		Guter Aufbau der Website	1
		Menü oben links: Sehr übersichtlich, erlaubt leichten und schnellen Zugriff	1
Inhalt	9	Viele Informationen, gute Informationen zu unterschiedlichen Themen	3
		Thematische Dossiers	1
		Einfache, kleine Tipps	1
		Broschüren, vor allem Tabak	1
		Inhalt des E-Mails über positive Auswirkungen auf den Körper	1
		Ausführliche Beschreibung der Entzugserscheinungen	1
		Vorschläge für Medikamente	1
Wie wird der Inhalt umgesetzt?	7	Verschiedene Sprachen	1
		Einfache Sprache	1
		Wissenschaftliche Art der Website (seriös), wissenschaftlicher Zugang zu Nikotinsucht	2
		Sehr pragmatisch mit guten Tipps und Tricks	1
		Es werden eher positive Anreize gesetzt: Tipps und Tricks anstelle von „deprimierenden Schreckensbildern“ wie sie z.B. auf Zigarettenschachteln zu finden sind	1
		Krankheitsbilder können bei Interesse angeschaut werden, werden einem nicht aufgezwungen	1
Interaktives	28	(Individuelle) Tests (motivationssteigernd in Bezug auf Rauchstopp)	10
		(Differenziertes) Forum, Foren mit verschiedenen Themenblöcken, verschiedene Foren je nach Stand (Vorbereitungsforum, Rückfallforum etc.)	6
		Coach	5
		Persönliches E-mail Unterstützung für den Nichtraucher (informativ und motivierend), E-mails (da wenig Zeit)	4
		Sehr interaktiv, interaktive Angebote	2
		COPD-Test	1
Gestaltung	8	Bilder, Bildergalerie: Sehr abschreckend (Extrembeispiele)	3
		Farben (blau und weiss)	2
		Gestaltung, ansprechende Graphik	2
		Jung, modern, ansprechend	1
Anderes	3	Angebotsvielfalt, Vielfalt an Unterstützung	1
		Links	1
		Motivation während Rauchstopp	1
<b>Gesamt</b>	<b>65</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen nicht an der Website „stop-tabac“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalte	9	Zu viele Informationen, zu viele Links zum Anklicken pro Seite	3
		Forum: für die bestimmte Person unwichtig, jedoch nicht störend und vermutlich hilfreich für viele	1
		Aufhör-Tricks: „zu allgemein, zu simpel, jeder kennt sie, keiner befolgt sie“	1
		Interaktive Tests: Abhängigkeitsmesser und andere Programme	1
		Medikalisierte Aufmachung, wenig innovativ	1
		Zigarette mit diversen schädlichen Stoffen ist überflüssig	1
		Beiträge von Ex-RaucherInnen	1
Bilder	7	Bilder (die nicht schön sind), Schockbilder zu Raucherkrankheiten	4
		Fotos sind überflüssig, da die meisten Raucher sich den Folgen des Rauchens bewusst sind und mit Bilder von Erkrankten konfrontiert werden; jeder Raucher weiss, dass Rauchen tödlich enden kann, will aber die Bilder nicht sehen	2
		Unklar, ob die Rubrik der Bilder von den Krankheiten nützlich ist –für den bestimmten Benutzer zumindest ist diese unnütz	1
Struktur der Website	6	Unordentlich, nicht gut gegliedert, unübersichtliche/r Gestaltung/Aufbau (durch zu viele Verlinkungen wird der Faden verloren)	5
		2 unterschiedliche Menüs auf der linken Seite führen zu Verwirrungen	1
Umgang mit dem Benutzer	4	Bevormundung: <ul style="list-style-type: none"> <li>- ... durch Gebrauch des Imperativs ist sehr unsympathisch</li> <li>- ... durch das Testergebnis (es sagt aus, dass es der Person an Motivation zum Rauchausstieg mangle, da sie die Nachteile des Rauchens unter- und die Vorteile überschätze)</li> </ul>	2
		Trockene Schreibweise	1
		Drängen zu Medikamenten	1
Gestaltung	3	Gestaltung, Farbwahl, wenig animierend im Visuellen, sehr langweilig, „businesslike“ kühl	1
		Graphiken/Illustrationen, Layout (zu unruhig)	1
		Nicht gut gestaltet, viele Leerräume zwischen den Textzeilen	1
Funktion der Website	2	Teilweise funktioniert die Website nicht richtig und leitet nach dem Klicken auf falsche Inhalte um	1
		Website wechselt teilweise bei Anklicken in andere Sprache/zu anderem Thema	1
Skepsis, Verständnis-schwierigkeiten	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Person bekommt ein wenig Angst, da auf der Website geschrieben steht, dass aufgrund eines Gesetzes und Werbeverbotes keine Informationen zu Medikamenten publiziert werden könnten</li> <li>- Person versteht Aussage bezüglich Rauchen und sexuellen Auswirkungen nicht („Fruchtbarkeit: Die Zeit, um schwanger zu werden, verdoppelt sich bei Raucherinnen“)</li> </ul>	1
<b>Gesamt</b>	<b>32</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „stop-tabac“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalte	5	„Praktische Tipps“ für den Rauchstopp: - Viel mehr Anregungen zu alternativen Methoden - Muster-Tagesablauf	2
		Körperliche Fakten	1
		Informationen über Zyban	1
		Angebote auf der Website: Gratisangebot/Downloads (zZ sind diese recht mager und einseitig)	1
		Gestaltung der Website	1
Motivation	1	Mehr Motivation: „Locken“, warum mit dem Rauchen aufgehört werden soll	1
<b>Gesamt</b>	<b>7</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen**  
**Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „stop-tabac“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung der Website	6	Farben: - Blau-weiße Gestaltung wirkt steril, wie im Krankenhaus - Mehr Farbe - Sanftere Farben wären schöner, attraktiver und würden die Lust erhöhen diese Site benutzen zu wollen	3
		Einheitliche Illustrationen	1
		Weniger Fonts	1
		Film und Fotos (ausserhalb der Rubrik Krankheiten) integrieren	1
Aufbau/Organisation der Website	6	Übersichtlichere und einfachere Gestaltung, klare Strukturierung	3
		Weniger Menüs	1
		In der Übersichtsbox sollten Pfade angezeigt werden, so könnte z.B. jedes angeklickte Unterthema ein bisschen weiter eingerückt sein	1
		Beiträge sollten nach Altersgruppen und nicht nach Namen sortiert sein	1
Interaktivität	3	Interaktivere Gestaltung	1
		Tests auf Verständlichkeit und Orthographie prüfen	1
		Verknüpfung mit modernen Kommunikationsmitteln wie facebook/Twitter	1
Motivation der Website	2	Am Anfang sollte klar deklariert sein, dass diese Website einem nichts verkaufen will (z.B. weder ein Seminar zur Entwöhnung noch Medikamente)	1
		Leitfaden zur Website, die Besucher sollten auf der Startseite bezüglich der Thematik Rauchstopp und dem Gebrauch der Website eindeutiger abgeholt werden	1
Funktionsweise der Website	2	Funktionsweise optimieren	1
		Manchmal erscheint französische Version	1
Hintergrund der Website	2	Unterer Abschnitt der Universität Genf sollte erklärt werden	1
		Welche Qualifikation haben die Betreuer?	1
Umgang mit Sprache	2	„nicht so übertreiben, wirkt irgendwie lächerlich“	1
		Persönlicherer Auftritt des Coachs	1
Inhalte verbessern	1	Mustertagesablauf	1
<b>Gesamt</b>	<b>24</b>		



**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen  
Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „at-schweiz“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalte	18	Grosser Informationsgehalt; „sehr umfangreiche Informationen auch von aktuellen Ereignissen rund um die Welt zu diesem Thema“	8
		Fakten, Detailliertere Besprechung der Fakten als üblich, ausführliche Informationen über das Rauchen und mögliche Folgeschäden	3
		Interessante Informationen (vertieft) über Tabakindustrie, Werbung und Politik; übergreifende Informationen, politische Zusammenhänge (?)	3
		Vorteile des Rauchstopps	1
		Viele Adressen	1
		Aufklärung über tatsächliche Wirkung von E-Zigaretten	1
		Informationen zu verschiedenen Stichworten (lexikalisch)	1
Umsetzung der Inhalte durch...	23	News, Artikel, Presse, Mitteilungen	8
		Wettbewerb; Experiment Nichtraucher 2010/11 (sehr gute Motivation für Schüler aufgrund soz. Drucks); zur Verfügungstellung von geeigneter Prävention für Jugend und Schule; direktes Ansprechen von Schulen, Klassen, Schülern inkl. Wettbewerb	5
		Folien/Tipps für Eltern und Lehrpersonen, Motivationstipps	3
		Links: - Zu Onlinecoaching von stop-tabac.ch - zu wissenschaftlichen Artikeln	2
		Übungen	2
		Gewinnspiel	1
		Tagungen	1
		Telefonische Beratung	1
Beschreibung der Website	11	Sprache: mehrsprachig, Migrationssprachen 8T vorhanden; sachlich formuliert; Informationen sind in Stichwörtern angeschrieben und somit leichter zu lesen/keine nie endenden Sätze (?)	4
		Sehr umfangreich, breites Angebot	2
		Diversität	1
		Seriöser Eindruck	1
		State of the art	1
		Gute Referenzen	1
		Gute Ergänzung zu Stop-tabac.ch	1
Übersichtlichkeit	6	Strukturiertes Informationsangebot, sehr übersichtliche Gestaltung, Überthemen (wie z.B. Fakten) mit mehreren Unterthemen, Informationen sind gut organisiert und gegliedert (auf unterschiedlichen Seiten)	4
		Graue Hauptleiste mit den Oberbegriffen gibt guten Überblick, Hauptmenü und Untermenüs	2
Gestaltung	3	Keine Verwendung von Bildern, Informationen unter „Fakten“ ohne reisserische Bilder	2
		Farbige Gestaltung der Seiten	1
<b>Gesamt</b>	<b>61</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen nicht an der Website „at-schweiz“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Layout	16	Layout (nicht modern), Aufmachung, Gestaltung (grossmütterlich), ödes Design, Darstellung ist zu nüchtern/langweilig/nicht ansprechend	8
		Farbe: farbliche Gestaltung, grau, unharmonische Farben	5
		Mangelnde „Lesefreundlichkeit“: kleine Schrift, überfüllte Seiten, dichter Text, sehr viel Text	2
		Name der Website nicht ansprechend	1
Art der Website	8	Zu belehrend, von oben herab diktierend; in den Texten steckt etwas Erzieherisches und Herablassendes (vorherige Homepage war eher neutral → besser)	2
		Ein Hervorrufen von Schuldgefühlen gegenüber Nichtrauchern wird versucht	1
		„das Sektenhafte, die knappen, moralischen Begründungen“	1
		Total unmotivierend	1
		Die Seite regt eher zur Verdrängung des Themas an, sie macht eher Angst, was demotivierend ist. ZB: „Reduktion des Tabakkonsums macht kaum Sinn“	1
		Wirkt etwas starr, steif	1
		Zu spirituell: Startseite → News → „Nach dem Rauchstopp glücklicher als vorher... tut auch der Seele gut“	1
Übersicht	7	unübersichtlich (weniger übersichtlich als stop-tabac.ch)	5
		Beginn mit News-Seite ist bei diesem Thema nicht gut	1
		Strukturierung	1
Inhalte	6	Zu viele Informationen/Fakten (die direkte Botschaft fehlt, man wird erschlagen), zu viel Text	3
		Werbung für Medikamente, Empfehlung für Medikamente und Ersatzmittel	2
		News/Medien sind nervig	1
Ziel der Website / Zielgruppenspezifität	6	Nur für Kinder / Jugendliche geeignet	1
		Dem Aufhören wird zu wenig Gewicht geschenkt	1
		Direkt für Rauchausstieg nicht geeignet, eher als Hintergrund für die anderen konkreteren Websites	1
		Raucher werden nicht direkt angesprochen, sondern es wird eher davon berichtet, was auf dem Gebiet bereits getan wurde: Seite ist eher informativ als „antreibend“, um mit dem Rauchen aufzuhören	1
		Masse an Informationen aber die direkte Botschaft kommt nicht herüber (man fühlt sich erschlagen vor lauter Infos)	1
		Es wird viel geredet, aber es geht nicht direkt „zur Sache“	1
Interaktivität	3	Keine Selbsttests	1
		Kein aktives Forum zum Austausch	1
		Keine Interaktivität	1
„Internationalität“ / „Toleranz“	2	Onlineanmeldung in türkischer Sprache auf 1. Seite wird nicht gern gesehen; Bemänglung, dass auf britische Studien verwiesen wird und die Frage, ob es keine Schweizer Studien gäbe	2
Anderes	1	Shop zum Erwerb von „Klebern, Plakaten und Schildern“	1
<b>Gesamt</b>	<b>49</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen an der Website „at-schweiz“?**

<b>Übergeordnetes Thema</b>	<b>Anzahl</b>	<b>Untergeordnete Themen</b>	<b>Anzahl</b>
Inhalt: Rauchstopp- Unterstützung	7	Konkrete Tipps, z.B. Mustertagesablauf, Tipps und Tricks oder Wege zum Aufhören, tatsächliche Alltagstipps und „Ermutigendes“ (→Verhaltens-Tipps)	3
		Hilfen (Coaching) (Vergleich zu 1. Website) → Telefonberatung kostet unnötiges Geld, ausführliche Hilfestellungen während des Rauchstopps	2
		Verweise auf konkrete, webbasierte Ausstiegsprogramme	1
		Kommentare von Erfolgen (Vergleich zu 1. Website)	1
Inhalt: Wissen	3	Positive Auswirkungen bei Rauchstopp	1
		Entzugserscheinungen	1
		Bessere Informationen über Medikamente und alternative Präventionsmöglichkeiten (Akupunktur)	1
Motivation	2	Seite ist sehr objektiv, man fühlt sich nicht angesprochen, zu unpersönlich	1
		Kein direkter Ansporn, das Rauchen aufzugeben	1
Interaktivität	2	Keine Interaktivität, mehr interaktive Möglichkeiten für Website-Besucher	2
Layout	1	Bilder, was Rauchen für Schäden verursacht	1
Anderes	1	Situierung der Site	1
<b>Gesamt</b>	<b>16</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen**  
**Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „at-schweiz“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	17	Gestaltung/Layout: moderner, weniger geometrisch und etwas dynamischer, verbessern, farblich und graphisch mehr akzentuieren, Farben und Aufmachung verbessern, ansprechenderes Layout: frischer, zeitgemässer, weniger Text; Illustrationen	11
		„Lesefreundlichkeit“: Grössere Schrift, Seiten nicht so überfüllen, zu viele Wörter auf einer Zeile erschweren das Lesen, Zeilenabstand (vor allem bei Rauchstopp-Tipps) zu klein, schmaleres Textfeld, grössere Schrift + keine grauen Blöcke + keine Rechtschreibfehler	5
		Neues Logo gestalten (dieses sieht altmodisch aus)	1
Übersicht	9	Übersichtlicher und klarer gestalten; es wäre übersichtlicher, wenn weiterführende Links auf linker Homepage-Seite aufgelistet wären	4
		Strukturierung verbessern	1
		Weniger Untermenüs und Verdichtung des Inhaltes	1
		Navigation: man sollte immer wissen, wo auf der Website man sich befindet. ZB könnte der übergeordnete Menüpunkt markiert sein, damit man weiss in welchem Untermenüpunkt man sich befindet	1
		Nicht zu viele Informationen auf einmal „quetschen“ (z.B. persönliche Tipps (in: Rauchstopp))	1
		„Weniger ist mehr“ - oder mehr Unterordner	1
Inhalt	4	Ernährungstipps	1
		Mustertagesablauf (z.B.: wo ich wie die Zigarette verhindern kann)	1
		(Abhängigkeitstest kann aufgrund der wenigen Fragen nicht ernst genommen werden)	1
		Längere Texte	1
		Zu viel Text	1
Art der Website	7	Objektivität, neutraler gestalten (in den Texten steckt etwas Erzieherisches, Herablassendes)	2
		Website wirkt zu stark, als gehe es um staatliche Kontrolle. Es wird ein gewisser Druck erzeugt	1
		Weniger spirituell aufmachen	1
		Wenig motivierend und eher niederdrückend aufgrund der vielen Fakten, die die meisten bereits kennen	1
		Klar erkennbares Konzept: sowohl inhaltlich als auch gestalterisch muss roter Faden vorhanden sein, Eingrenzung der Themen	1
		Direkt an Raucher richten und weniger auf das eingehen, was bereits getan wird	1
Interaktivität	3	Interaktiver gestalten	3
Funktion der Website:	1	Informationen zu Selbsthilfeprogrammen sollten direkt auf der Website zur Verfügung stehen (momentan kann man sich Broschüren bestellen, dies ist umständlich)	1
Aufbau der Website	1	Nicht mit der News-Seite beginnen bei diesem Thema	1
Anderes	3	Shop abschaffen	1
		Fehler entfernen: Der Link zu Ziel Nichtrauchen ist ein ‚dead link‘- sollte entfernt werden, da dies als nicht sehr glaubwürdig erscheint	1
		Migrationssensitivität noch verbessern: z.B. findet man die türkischen Broschüren nicht sofort	1
<b>Gesamt</b>	<b>45</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website "dr-walser"?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	20	Verständliche, präzise, aufschlussreiche, neue Informationen	4
		Medikamente: Hinweis, dass diese nicht die Lösung sind; kritischere Sicht auf Medikamente/NPTs; Hinweis, dass diese kontraproduktiv sein können	3
		Heilungsschritte: Das Laufen ist sehr beeindruckend, Tipp: Lauftraining	2
		Hilfreiche Tipps, bei Rückfall, praktische Tipps zum Entzug	2
		Viele Informationen und Tipps und Tricks für den Alltag	1
		Viele gesundheitliche Aspekte und deren Auswirkungen	1
		Aktuelle Themen	1
		Umfassende medizinische Informationen	1
		Gute Informationen über Krankheiten und Nebenwirkungen, ohne pathetisch zu wirken	1
		Entwöhnungsprogramm und Fragebogen	1
		Verweis auf Haustiere, die auch Schaden nehmen	1
		Liste: Symptome und wie ich damit umgehe	1
		Gewisse Informationen bez. „Mythen“, wie BMI/Fettanteil der Raucher	1
Information allgemein	2	Informationen sind kurz und bündig beschrieben, kurz gehalten	2
Struktur der Webiste	2	Aufbau, Gliederung	1
		Lineare Anordnung der Informationen: wird als übersichtlich und beruhigend empfunden, man hat Lust, bis zum Ende zu lesen	1
Glaubwürdigkeit	2	Quellenangaben	1
		Informationen sind an Studien angelehnt	1
Website insgesamt	1	Gute Mischung aus Fakten, Motivation und Tipps	1
Art des Autors, (Wirkung der) Schreibweise	6	Persönliche Art von Herrn Dr. Walser	1
		Autor versucht dem Raucher einen gesunden Lebensstil schmackhaft zu machen, was diesem auch gelingt	1
		Seite hat Humor	1
		Mit Impotenz drohen funktioniert bei jedem Mann	1
		Positive Gesamtwirkung: Eine Überleitung von anfangs erschreckenden „negativen/deprimierenden“ Fakten, hin zu ermutigenden Tipps und Tricks, so dass ein positiver Eindruck bestehen bleibt (z.B. joggen usw.)	1
		„Der Mensch als Wesentliches soll gesund leben 'wollen'“ ist ein schöner Weg, um mit dem Rauchen aufzuhören	1
Sprache, Schreibweise	4	Texte sind ansprechend und einfach geschrieben	1
		Texte sind gut	1
		Lockere, aber bestimmte Art in der die Website geschrieben wurde	1
		Lockerer Ton	1
Anderes	9	Verschiedene Links, Links zu allgemeinen Gesundheitsthemen, gute Links um sich zu informieren	4
		Motivation für einen gesünderen Lebensstil: Wer mit dem Rauchen aufhört möchte gleichzeitig gesünder leben. Es gibt Informationen zum Thema Ernährung etc., was insgesamt zu einem gesünderen Lebensstil motiviert. Check ob man selbst gesund lebt, ist gut.	1
		Fagerström-Test: Schnelltest, auch wenn man ein starker Raucher ist dann wird man beim Ergebnis noch motiviert	1
		„Der wohl grausamste Augentest für Männer“	1
		Vielseitigkeit	1
		Rubrik „Lachen“	1
Arzt als Autor	3	Gut, dass es von einem Arzt geschrieben wurde; ein Hausarzt stellt diese sehr interessanten Informationen in das Internet; gut, dass ein Hausarzt aktiv wird	3
Anfang und Ende der Website	4	Eingehender Satz „Rauchen ist unsexy“, erster Satz, Einleitung	3
		Comic am Ende	1
Design, Gestaltung, Darstellung	2	Grüne Farbe, schöne Farben	2
<b>Gesamt</b>	<b>55</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen nicht an der Website "dr-walser"?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Übersicht, Struktur	17	Nicht übersichtlich (man kann nur herunterscrollen), es gibt keine Untergliederung	8
		Text: Reiner Fliesstext und keinerlei Strukturierung, zu viel Blocktext, langer Laufstext, Informationen komplett auf einer Seite; das Folgen und Finden von spezifischen Informationen ist schwierig; unordentliches Aussehen des Textes; Einfach ein langer Text, z.T. viel zu lange Texte ohne Pause: Macht es mühsam für den Leser alles zu lesen, gleicht einem Lexikon mit vielen Informationen, mit denen man aber nicht viel anfangen kann (besser kurz und knackig)	6
		Abschnitt Rauchen ist nicht leicht zugänglich	1
		Nicht Beachten von Reihenfolge/Zusammenhang der Themen (macht es schwer, das Interesse aufrecht zu erhalten)	1
		Aufbau	1
Design, Gestaltung	8	Layout, Darstellung, Aufmachung, alt gestaltet	4
		Farbe zu dunkel, sehr schlechte Farbgestaltung, Dunkles Grün (hell wäre ansprechender)	3
		Text-Illustrations-Verhältnis	1
Inhalt, Glaubwürdigkeit	4	Erscheint nicht seriös und wirkt wie selbstgebasteltes Sammelsurium, was zu Unsicherheit führt. Keine Quellenangaben für viele wissenschaftlich Informationen	2
		Fakten sind zu wenig erklärt und erscheinen deswegen unglaubwürdig: zB <ul style="list-style-type: none"> <li>- die Aussage, dass für Frauen 3-5 und für Männer 6-9 Zigaretten bereits schlecht für das Herz sind – warum ein so unterschiedlich?</li> <li>- Fakten () bemerkt die Testperson als Raucher nicht bei sich selbst, zB: Einschlafstörung, Fettanhäufung am Bauch etc. – diese Probleme werden als allgemein aufgefasst, die man auch ohne das Rauchen hat, also zu weit hergeholt</li> </ul>	1
		Endlose Aufzählung von Folgen des Rauchens verstärkt die Ablehnung der Seite, da jeder Raucher weiss, dass Rauchen ungesund ist	1
Einstieg ins Thema	2	Einstieg auf Site ist verwirrend bis vor Kopf stossend (alle wissen längst, dass Rauchen schlecht ist), der Satz „werden Sie als Mensch wesentlich...“ erscheint schwachsinnig und verursacht, dass der Benutzer die Seite direkt schliessen möchte	2
Art des Autors	4	Esoterischer Touch	1
		Befehlston	1
		Zu persönlich eingefärbt	1
		Zu fanatisch	1
Sprache	3	Belehrend	1
		Unerklärte Fachbegriffe	1
		Salopper Sprachstil: salopp, erniedrigend, polemisch, anprangernd	1
Anderes	3	Seite wirkt wie Werbung für Dr. Walser und ruft Ablehnung hervor	1
		Selbsttest zum Rauchen ist derselbe wie bei der AT-Schweiz	1
		Fast alles	1
<b>Gesamt</b>	<b>41</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website "dr-walser"?**

<b>Übergeordnetes Thema</b>	<b>Anzahl</b>	<b>Untergeordnete Themen</b>	<b>Anzahl</b>
Inhalt	4	Mehr Informationen	1
		Mehr Informationen zum Thema Rauchstopp (auf AT-Schweiz war dies gut)	1
		Krankheitssymptome und Verbesserung des Wohlbefindens detaillierter aufzeigen	1
		Einen praxisorientierten Mustertagesablauf: alltägliche Beispiele, wie man den Zigarettenkonsum reduzieren oder stoppen kann. Man sollte den Tagesablauf erstellen und in diesen eintragen können, wo man raucht.	1
Interaktivität	3	Mehr Interaktivität (nur der Test ist interaktiv)	3
Übersichtlichkeit	1	Übersichtlichkeit	1
Rauchstoppunterstützung	2	Coaching; eine Art Plan/Programm, ein konkreteres Unterstützungsangebot	2
<b>Gesamt</b>	<b>10</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Raucher/innen**  
**Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website "dr-walser"?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	16	Layout/Gestaltung verbessern, Design der Website verbessern, damit Seite für BenutzerInnen attraktiver wird; Darstellung verändern (diese soll nicht immer gleich sein), damit Lesen weniger anstrengt	7
		Interessantere Darstellung, damit zB jüngere Leute (zwischen 16-20 J.) mehr Interesse haben, sich solche Dinge durchzulesen	1
		Lustvollere, modernere, ästhetisch ansprechendere Gestaltung	2
		Farblich verändern, bessere Farbgestaltung, helles Grün	3
		Schriftwahl überdenken	1
		Bilder	1
		Interaktiver gestalten	1
Informationen	2	Genauere Informationen, informativer gestalten	2
Art/Sprache des Autors	5	Raucher nicht verbal diskriminieren/an den Pranger stellen, denn dies motiviert	1
		Drohungen und auch Quatsch (zB passivrauchende Katzen) vermeiden	1
		Gelassenheit	1
		Weniger esoterisch	1
		Gleich zu Beginn zu „Anti-Raucher“	1
Übersicht, Struktur	21	Struktur, strukturieren, Informationen mehr aufgliedern, Aufbaukonzept überarbeiten, verschiedene Themen mit Unterthemen versehen, um der Website mehr Struktur zu verleihen (mehr Klicken), Übersichtlichkeit Titel etc., eine bessere Aufgliederung der Themen, Übersicht der Kapitel am Rand	9
		Übersichtlichere Gliederung, Thema über das Rauchen übersichtlicher gestalten (zB mit Unterthemen/-kapiteln)	7
		Nicht alles auf einer Seite, mehr Verlinkungen würden die Handhabung erleichtern (man muss viel scrollen), Kapitelübersicht auf der Seite, damit nicht immer alles gescrollt werden muss	3
		Roten Faden/Aufhänger haben	1
		Ein Thema pro Homepage	1
Sprache	2	Sprache; seriösere Sprachwahl	2
Glaubwürdigkeit, Einordnung	2	Quellenangaben für Überprüfbarkeit	1
		Der Autor sollte klarer situieren, „aus welcher Ecke“ er kommt (Anthroposophe - Paracelsus), denn dann könnte man seine Aussagen/Ratschläge besser einordnen	1
Texte	4	Texte/Artikel verkürzen und mehr Absätze	3
		Längere Informationstexte	1
		Text in Themen strukturieren	1
Website insgesamt	5	Links	1
		Menü	1
		Spielerischeres Arbeiten mit der Website, was den Spassfaktor erheblich erhöhen würde	1
		Professionelleres Auftreten	1
		Alles neu überdenken	1
<b>Gesamt</b>	<b>57</b>		



**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen  
Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „stop-tabac“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	12	Coach	2
		Aufhörtricks	2
		Zahlreiche Informationen	1
		Ausführliche Informationen zum Rauchstopp	1
		Beiträge	1
		10-Pointplan-Ernährung ist sehr motivierend, Ernährungstipps	2
		Übersichtliche, einfache Regeln für Rauchstopp	1
		Ratschläge für Entzugserscheinungen	1
		Nichtraucher-Vertrag (geeignet für Leute, die sich als Erinnerung etwas vor die Augen halten müssen)	1
Übersicht, Struktur	2	Übersichtlichkeit	1
		Unterteilung des Forums	1
Design	7	Bilder (visuelle Unterstützung)	2
		Farbauswahl (blau wird mit Motivation assoziiert)	1
		Gestaltung (schön, zeitgemäss, jung)	2
		Fotos: Einfach immer wieder schockierend im positiven Sinne, machen richtig Angst	2
Interaktives	12	Forum (Austausch)	2
		Verschiedene Tests (zur Einschätzung, z.B.: Gewinn-Rechner seit Rauchstopp); Selbsttests, besonders der Ex-Raucher-Test	5
		Berechnung für Nichtraucher, wie viel man ohne das Rauchen spart	2
		Interaktiv	1
		E-Mail: Instruktionen, positiv, motivierende Zitate	1
		Viele verschiedene Links, auch innerhalb der kurzen Texte, sind z.B. hilfreich dabei, Fragen sofort zu klären	1
Verschiedenes	16	Sehr informative Seite, Fülle an Informationen	9
		Fast alles	1
		Der Raucher sieht, dass er nicht allein ist	1
		Vielseitigkeit, Verschiedene Möglichkeiten / Informationen, z.B. Coach	2
		Umfassend	1
		Von Experten verfasste Beiträge	1
		Startseite: Bilder sind klar aufgeteilt in Hilfen und Informationen (?)	1
Sprache	3	Viele verschiedene Sprachen	2
		Kurze, prägnante Formulierungen	1
<b>Gesamt</b>	<b>52</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen nicht an der Website „stop-tabac“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	5	Medikamente: Es wird einem suggeriert, dass man Hilfe von aussen oder Ersatzprodukte oder Medikamente benötigt, zu viel Werbung für Ersatzmedikamente, zu viele Informationen über Nikotinersatz; die Unterstützung durch Med. wird als etwas Sinnvolles angepriesen	4
		Kaum Informationen bez. psychischer Abhängigkeit	1
Funktion der Website, Technik	3	Man muss im Browser immer „eine Stelle zurück“ drücken; wenn man sich ein Thema näher anschaut und wieder die Themenübersicht haben möchte, so muss man immer wieder zur Hauptseite zurück gehen	2
		Nicht alle Links funktionieren einwandfrei (Krankheiten → Kehlkopf → Symptome)	1
Übersicht, Struktur	7	Zu viele Informationen	2
		Nicht übersichtlich und klar strukturiert	2
		Menüführung	1
		Umständliches, unübersichtliches Forum, zu wenig Beiträge	1
		2 mal „Willkommen“ ?	1
Design	11	Farbenkombination, Farbkombinationen: hellblau-weiss und zum Teil rot, grelles hellblau	5
		Relativ übersichtliches Design, allerdings nicht ansprechend und kühl	1
		Merkwürdige Symbole, die wie eine Art Würfel gezeichnet sind und denen keine besondere Bedeutung beigemessen werden konnte	1
		Gestaltung: nicht schön, nicht klar, Patchwork ohne durchgezogene Gestaltung	2
		Layout	1
		Typographie	1
Interaktivität	2	Motivationstest bez. des Aufhörens mit dem Rauchen wird als relativ sinnlos empfunden	1
		E-Mail des Coachs, Zitate anderer Ex-Raucher wirken wie Werbung und unglaubwürdig	1
Sprache	7	Sprache wechselt ohne zutun, z.B. wechselt die Sprache ins Französische (beispielsweise, wenn der BMI berechnet wird und man als nächstes einen Test machen möchte), Teile sind auf Französisch, obwohl die deutsche Sprache ausgewählt wurde, z.T. Links zu französischsprachigen Inhalten	4
		Inhalte sind in den Sprachen unterschiedlich oder fehlen ganz	1
		Multisprachliche Gestaltung gefällt nicht	1
		Zu viele Fehler im Deutschen, z.B. Body Mass Index, Ergebnisse (?)	1
<b>Gesamt</b>	<b>35</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „stop-tabac“?**

<b>Übergeordnetes Thema</b>	<b>Anzahl</b>	<b>Untergeordnete Themen</b>	<b>Anzahl</b>
Inhalt	6	Wieso rauchen Sie? Eine klar ersichtliche Rubrik, in der steht aus welchen Gründen Menschen rauchen	2
		Informationen zur Schadenminimierung (Konsumreduktion)	1
		Geschichte des Rauchens	1
		Veränderung: Kaum Informationen über psychische Abhängigkeit	1
		Farbenkombination verändern	1
Interaktivität	1	Forum für Angehörige von Rauchern, um diese zum Aufhören zu motivieren	1
Rauchstopp	2	Rauchprogramme anderer Anbieter	1
		Telefonische Hotline	1
Art	2	Humor	1
		Dass Aufhören keine Qual sein muss, sondern auch Spass machen kann	1
<b>Gesamt</b>	<b>11</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen**  
**Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für diese Website „stop-tabac“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	4	Informationen zur Schadenminimierung (Konsumreduktion)	1
		Rückfallprävention	1
		Weniger Informationen zu Nikotinersatz	1
		Mehr Informationen über psychische Abhängigkeit	1
Übersicht, Struktur	9	Klarere Struktur, übersichtlichere Gestaltung (weniger ist mehr)	3
		Eine klare Unterteilung in Raucher, die aufhören möchten, und Ex-Raucher	1
		Menüstrukturen	1
		Mehr Ordnung in den Anschriften (=Titeln?)	1
		Klarer darstellen, um wie viele Aufhörprogramme es sich handelt. Auf der Startseite steht links Aufhörprogramme (im Plural) geschrieben. Klickt man darauf, so gelangt man zu nur einem Programm.	1
		Eher weniger als mehr Informationen	1
		Das Forum steht 2mal angeschrieben, was evtl. Überflüssig ist	1
Design	14	Design gründlich überarbeiten	1
		Farben: Mildere Farbpalette, eine weitere Farbe verwenden, Farbkombination, Hintergrund verändern, da sich das viele Weiss als ermüdend beim Lesen auswirken könnte, mit mehr Kontrasten gestalten	5
		Schöner, ansprechender, besser, einfacher, einheitlicher gestalten	4
		Schrift: eine bessere/schönere Schrift verwenden	1
		Weniger Text	1
		Weniger Schockfotos	1
		Website weniger überladen gestalten	1
		Interaktivität	2
		Rechtschreibfehler korrigieren (im Teil „10 Regeln“ steht: „2. ... das RIKIO eines...“)	1
Technische Funktion der Website	5	Wenn mehrere Sprachen angeboten werden, dann sollten diese auch funktionieren	1
		Gestaltung verändern, besonders bei den Sprachen: Informationen sollten nicht von einer Sprache in die andere wechseln (zB vom Deutschen ins Französische nach dem Anklicken von Willkommen)	1
		Die englische besser an die deutsche Version anpassen	1
		Im Forum-Chat einen Zurück- oder Home-Button sichtbar machen	1
		Bilder in der Fotogalerie müssen nacheinander geöffnet werden - es wäre besser, wenn sie „verschoben“ werden könnten	1
Art der Website	4	Positiver auftreten: Dsa Aufhören soll als Gewinn dargestellt werden und nicht als Qual	1
		Persönliches Ansprechen der Benutzer	1
		Mehr Fröhlichkeit	1
		Weniger belehrender Ton	1
<b>Gesamt</b>	<b>38</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen  
Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „at-schweiz“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	15	Die Rubrik „Fakten“ (enthält spannende Informationen, ist besonders interessant, sehr informativ)	4
		Hilfe für Eltern, Elternbrief	2
		Aktuelles aus Medien/News, aktuelle Artikel über Zigaretten und Medien	2
		Originelle Informationen zum Rauchstopp	1
		Guter Newsletter	1
		Viel Material für Schule, Unterricht	1
		Ausführliche Informationen über verschiedene Programme; vor allem für Leute die Präventionsarbeit leisten wollen sehr hilfreich	1
		Themen der Gesetzgebung, Politik und Wirtschaft	1
		Auflistung der Schadstoffe	1
		Selbstkontrollblatt	1
Informationen insgesamt	8	Sehr informativ, viele Informationen, viele Informationen zu verschiedenen Themen des Rauchens und Rauchstopps	5
		Informationen: viele sachliche, fachliche, interessante Informationen	1
		Umfangreicher Blickwinkel der Problematik	1
		Vertrauenswürdig durch Angabe von Quellen	1
Übersicht, Struktur	2	Klar strukturiert, sehr übersichtlich gestaltet	2
Design	3	Relativ schlicht gestaltet, es ist „ruhig“, man kann gut und „gemütlich“ lesen	1
		Farben sind besser	1
		Die Gestaltung	1
Interaktivität	1	Abhängigkeitstest, der einem vor Augen führt, welche Hilfe man benötigt	1
Sprache	2	Viele Sprachen	1
		Informationen speziell für türkischsprachige Benutzer	1
Möglichkeiten auf der Website	8	Wettbewerb für die Jugendlichen; Jugendprävention: Wettbewerb; Angebot der Hilfe für Schüler + Wettbewerbe + Übungen	3
		Möglichkeit, zu diesem Thema gratis Broschüren zu bestellen (z.B. Wasserpfeife genauso schädlich wie Zigarette)	1
		Links	1
		Beratung per Telefon	2
		Option „Shop“	1
Technisches, Funktion der Website	1	Navigation oberer Frame / linker Frame	1
<b>Gesamt</b>	<b>40</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen  
Was gefiel Ihnen nicht an der Website „at-schweiz“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	4	Keine Unterstützung für Ex-Raucher	1
		Sehr viele Statistiken über die Schädlichkeit des Rauchens	1
		Es werden keine konkreten Rauchstopphilfen angeboten	1
		Wiederholte Querverweise auf Medikamente und Ersatzprodukte	1
Übersicht, Struktur	10	Unübersichtlich (unübersichtlicher „Dschungel“)	2
		Zu viele Informationen (Doku-Overkill), Zu überladen mit Informationen	3
		Zu viele Informationen auf der Startseite	1
		Zu viele Informationen bez. Beruf, Schule, Politischem	1
		Zu viele Informationen pro Website (Durchlesen ist mühsam, evtl. mit Stichworten abkürzen)	1
		Website ist ein bisschen kompliziert gestaltet	1
		Man muss sich intensiver auf dieser Seite einlesen und es braucht Zeit, bis man sich richtig orientieren kann.	1
Design, Gestaltung	8	Kleine Schrift	1
		Keine Bilder, visuelle Menschen möchten sich an (positiven) Bildern orientieren und nicht nur Text sehen, ohne Bilder wird es schwerfällig	2
		Rote Pfeile sind verwirrend und andere Zeichen wären von Vorteil	1
		Logo	1
		Farben, Farbauswahl	2
		Informationen sind immer in voller Textform dargestellt, schnell fassbare Informationen gibt es nicht. Die Motivation einen gesamten Text zu lesen ist geringer.	1
		Informationen sind immer in voller Textform dargestellt, schnell fassbare Informationen gibt es nicht. Die Motivation einen gesamten Text zu lesen ist geringer.	1
Interaktivität	3	Keine Interaktivität, wenig Interaktives	2
		Gestaltung insgesamt	1
Startseite	2	Startseite: zu viel Text und zu wenig Bild	1
		Zu viele Informationen auf der Startseite	1
Art der Website	6	Ein bisschen trocken	1
		Seite ist zu sachlich gestaltet, wie eine Zeitung	1
		Man fühlt sich nicht persönlich angesprochen	1
		Ziemlich aggressive Einstellung zum Raucher (dieser wird beinahe angegriffen anstatt bemitleidet)	1
		Website ist zu kommerziell	1
		Website entspricht nicht dem Medium, sie ist zu trocken und überladen und besteht nur aus Text	1
<b>Gesamt</b>	<b>33</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „at-schweiz“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	12	Zu wenig Informationen darüber, warum man raucht	1
		Fakten und Vorteile von Nichtrauchen	1
		Vorschläge / Ratschläge bei Entzugsserscheinungen	1
		Genauere Beschreibung der Entzugssymptome	1
		Es steht nicht geschrieben, wie man aufhören soll	1
		„Gefahren“, warum man wieder einen Rückfall haben kann	1
		Unterstützung für Ex-Raucher	1
		Persönliches zum Rauchfrei werden, so dass sich RaucherInnen selbst angesprochen fühlen. (Für allgemeine Rauchstopp Information ist die Seite in Ordnung, aber für konkrete Schritte, mit evtl. Ausnahme des Wettbewerbs, ist diese nicht geeignet.)	2
		Die Eignung der Seite für Raucher, die aufhören wollen	1
		Die begleitenden Themen wie Sport und Ernährung sind nicht sehr ausführlich	1
		Motivation zum Aufhören (?)	1
Interaktivität	1	Ein Forum	1
Art der Website, Anderes	2	Humor fehlt	1
		Unterhaltung	1
<b>Gesamt</b>	<b>15</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen**  
**Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „at-schweiz“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	4	Was man als NichtraucherIn gewinnt, Vorteile	1
		Mehr Informationen darüber, warum man raucht	1
		Weniger allgemeine Informationen auf CH-Ebene und mehr persönlich Ansprechendes	1
		Persönliche Erfahrungen von RaucherInnen, welche aufhören möchten/aufgehört haben	1
Übersicht, Struktur	6	Seite übersichtlicher gestalten	2
		Bestimmte Informationen sollten einfacher zugänglich gemacht werden	1
		Klarere Ordnung, weniger Unterpunkte	1
		Weniger auf Startseite schreiben	1
		Seiteninhalte/Informationen je Seite verringern , da „langes lesen“ mühsam ist. Evtl. kann man Inhalte durch Stichwörter verkürzen	1
Design, Gestaltung	16	Gestaltung verbessern	2
		Grössere Schrift	1
		Bilder, Fotos, Graphiken, Icons hinzufügen	5
		Bilder verwenden, z.B. Bilder zur Motivation, die durch sportliche, schöne Menschen (Nichtraucher) UND durch Menschen mit faltiger Haut (Raucher) dargestellt werden	1
		Mehr Bilder und Fotos verwenden, z.B. unter News/Medien oder unter Materialbestellung (wo Kleber und Plakate abgebildet sein könnten)	1
		Bilder zu den Statistiken und Fakten	1
		Farbe verändern: Website ist langweilig gestaltet und vor allem die grauen Balken wirken trostlos, denn grau erinnert an Rauch von Zigaretten	1
		Gestaltung professioneller machen (sieht gebastelt und provisorisch aus)	1
		Einen Gestalter an der Website arbeiten lassen und nicht nur Text verwenden (Person hätte damals bei Rauchausstieg diese Website eher nicht als Hilfsunterstützung verwendet)	1
		Man sollte weniger klicken müssen um zum Gewünschten zu gelangen, damit das Interesse nicht verloren geht	1
		Kurze Formulierungen und kurze Texte zum schrittweisen Durchklicken, ohne dass hinunter gescrollt werden muss	1
Interaktivität	1	Interaktiver gestalten	1
Startseite	1	Startseite: die drei „Spalten“ auf der Startseite auf eine reduzieren; andere Zeichen verwenden, da die Pfeile verwirrend sind, zB ein Brief-Symbol für Medien, ein @-Symbol für Online Anmeldung und ein (I)Symbol für Informationen	1
Angebote der Website	2	Shop: Probelektüre und Foto von einem Buch wären gut, wäre ansprechender	1
		Weniger downloads	1
Sprache	1	Bei dem Unterpunkt Gewichtskontrolle heisst es auf Hochdeutsch: „leckerer Essen“ anstelle von „feinem Essen“	1
<b>Gesamt</b>	<b>31</b>		



**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „dr-walser“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	16	(Viele) Fakten	2
		Der Satz direkt zu Beginn: „Rauchen ist unsexy“, Spruch am Anfang der Seite	3
		Der erste Leitsatz, und „nicht einmal bei Designerdrogen stossen wir auf eine so hochkomplexe Chemikalienbombe“	1
		Geht medizinisch sehr in die Tiefe und vermittelt wirklich den Eindruck, Rauchen ist ungesund und man wird belohnt/gewinnt wenn man aufhört	1
		Eindrückliche Auflistung der vielen Nachteile unter „Was man sich mit dem Rauchen antut“	2
		Kasten mit Symptomen und Verhaltensweise (besonders Analyse, wann, in welchen Situationen man raucht)	1
		Angaben, wie lange es dauert, bis sich der Körper erholt (Heilungsschritte)	1
		Aufzeigen von Nebenwirkungen bei Mittel zur Nikotinentwöhnung	1
		Arzt rät von Nikotinersatz-Medikamenten ab	1
		Viele gute Tipps zur Entwöhnung	1
		Konkrete Beispiele wie zB Impotenz	1
Es gibt gute, praktische und aus Erfahrung gut anwendbare Tipps	1		
Darstellung der Inhalte	5	Informationen sind kurz und prägnant, sprechen mich an, relativ kurz und knapp	2
		Informationen sind sachlich aus Perspektive eines Mediziners dargestellt, daher glaubwürdig	1
		Umfassende Information	1
		Schwerpunkte werden behandelt	1
Übersicht, Struktur	2	Aufbau (Struktur) der Seite	1
		Alles auf einer Seite kompakt	1
Design	5	Gestaltung	1
		Angenehme Farbpalette, Farben	2
		Farbe grün ist gut für einen Neuanfang (vielleicht gibt man durch die Hoffnung weniger schnell auf)	1
		Schrift	1
Interaktivität	2	Fragetest zur Nikotinabhängigkeit	1
		Sehr einfach gestaltet, bringt aber die wichtigsten Dinge knackig auf den Punkt	1
Art des Autors, Sprache	18	Direkte, persönliche Sprache, sehr direkte Sprache/ehrlich, klare und direkte Art des Autors	3
		Kontakt zwischen User und Admin, so wirkt die Website menschlicher; man fühlt sich persönlich angesprochen und es wird das Gefühl vermittelt, dass der Arzt persönlich spricht, Autor bleibt sachlich, dennoch hat man das Gefühl, sich eher in einer Diskussion zu befinden. Bis jetzt der beste Text.	3
		Sehr viel Witz und Humor (positiv wie negativ) des Autors, mit viel Humor verfasst, Humor gegeben durch Comic und Einleitung	4
		Schreibweise des Arztes wird als sehr interessant empfunden: konkret, unkompliziert und fast ein wenig witzig	1
		Sehr gute Sprache, Spannend zu lesen, sehr gut geschrieben, Nett geschrieben	3
		Positiver Groove, Seite ist ermutigend und ruhig	2
		Sehr professionelle Darlegung der Informationen	1
		Ein etwas mehr philosophischer Ansatz	1
Verschiedenes	5	Alles	1
		Sehr viel spannende weiterführende Literatur	1
		Zahlreiche Links	1
		Einfachheit der Seite	1
		Comic	1
<b>Gesamt</b>	<b>53</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen nicht an der Website „dr-walser“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	3	„Symptome und wie ich damit umgehe“ wird eher als ein witziger als ein nützlicher Beitrag angesehen	1
		Widersprüchliche Inhalte (im Vergleich) zu anderen Seiten (z.B. Medikamente)	1
		In der Rubrik „Rauchen“ geht es nicht um das Rauchen, sondern um einen Arzt, der sich über „check -ups“ „auslöst“ und informiert, ob jemand krebbsgefährdet ist oder nicht	1
Langer Text	7	Zu langer Text, zu viel Text (es wird nicht gern am Bildschirm gelesen)	2
		Man muss sich alles auf einer Seite durchlesen	1
		Viel im Laufertext mit wenig Absätzen und Pausen (das könnte für viele abschreckend wirken)	1
		Seite ist nicht übersichtlich gestaltet (zumindest Rubrik Rauchen, ein paar extra Seiten wären gut gewesen)	1
		Ein langer Text mit vielen Verweisen	1
		Sehr textlastig	1
Übersicht, Struktur, Aufbau	10	Alles in einer Spalte, „eine lange Seite“ ständig rauf/runter scrollen (nervig)	3
		Zu wenig strukturiert, zu lange Textabschnitte, Übersicht fehlt, unübersichtlich, Rubrik Rauchen sollte in Unterrubriken aufgeteilt sein, um übersichtlicher gestaltet zu sein, ein ganz langer Text, nicht übersichtlich, wenn man etwas wiederfinden will sucht man lange	4
		Informationen zum Rauchen mussten erst umständlich gesucht werden / sind schwer zu finden (ein direkter Link wäre dienlicher)	2
		Aufbau der Seite	1
Funktion der Website, Technisches	2	Bei Links werden keine neuen Fenster geöffnet, oder sie funktionieren nicht, Links sind „schwierig“	2
Design	11	Design, (schlechtes) Layout, bedrückendes Design	3
		Comics am Ende der Seite gesund/rauchen	1
		Aufmachung ist zu langweilig	1
		Schlechte Qualität des Bildes mittel der Website	1
		Zu dunkel	1
		Textgrösse unter der Überschrift „Viel schwerer wiegt aber Folgendes“	1
		Nicht besonders ansprechend (obwohl dies den Anschein von Seriosität erhöht)	1
		Graphiken / Tabellen, die den Text verkürzen, fehlen (Person war in der Mitte der Seite bereits müde, obwohl das Lesen angenehm war)	1
		Wichtige Tabelle ist nur als jpg vorhanden	1
Sprache, Glaubhaftigkeit	2	Pathetische Schreibweise	1
		Texte klingen nicht sehr professionell oder faktisch	1
<b>Gesamt</b>	<b>35</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „dr-walser“?**

<b>Übergeordnetes Thema</b>	<b>Anzahl</b>	<b>Untergeordnete Themen</b>	<b>Anzahl</b>
Inhalt	6	Ernährungstipps	1
		Mehr Inhalt	1
		Passivrauchen	1
		Mögliche finanzielle Einsparungen	1
		„übers Rauchen konkret“	1
		Persönliche Erfahrungen von (ehemaligen) RaucherInnen	1
Unterstützung	1	Telefonnummer (1. Hilfe bei Rauch-Notfall)	1
Design, Gestaltung	2	Bessere Navigation	1
		Abschreckende Bilder	1
Interaktivität	3	Mehr Interaktivität	1
		Mögliche interaktive Programme	1
		Austausch, Forum, Jammerecke	1
<b>Gesamt</b>	<b>12</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten erwachsener Ex-Raucher/innen**  
**Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „dr-walser“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	3	Wenn es um das Rauchen gehen soll, dann neu schreiben	1
		Kleine ½ -seitige Berichte von Leuten, die mit Hilfe dieser Seite das Rauchen haben aufgeben können, veröffentlichen; nennen, wie viele Leute es mit Hilfe dieser Seite geschafft haben	1
		Keine „Todesmeldungen“ zur Medikamenteneinnahme	1
Übersicht, Struktur	14	Übersichtlicher gestalten, Übersichtlichkeit nicht alle Informationen untereinander	4
		Bessere Gliederung der Themen, bessere Gliederung, besser strukturieren (inhaltlich belassen)	5
		Nur wenig Text pro Seite, weniger Text	2
		Inhaltsverzeichnis	1
		Auf der linken Seite ein direkter Link zur Rauchen-Info-Seite, Navigation mit Unterrubriken zu „Rauchen“	2
Design, Gestaltung	18	Flexibles Layout, Website Layout verbessern, lockerere Gestaltung	3
		Farben: Bessere farbliche Gestaltung, ansprechender gestalten, nicht weisse Schrift auf militärgrünem Hintergrund, Schrift schwarz und Hintergrund weiss (hell), helle, freundliche Gestaltung	4
		Auf der linken Seite ein direkter Link zur Rauchen-Info-Seite	1
		Ergänzungen mit Bildern, mehr Bilder	2
		Bilder zur Abschreckung des Rauchens	1
		Ein Bild des Arztes in der Einführung, um dem Namen ein Gesicht zu verleihen	1
		Grössere Buchstaben	1
		Website mit Links innerhalb der Seite auflockern, so dass nicht die ganze Seite von oben bis unten durchgelesen werden muss	1
		Herausstehende Überschriften	1
		Links	1
		Auflockern, Unterbrüche	2
Interaktivität	1	Mehr Interaktivität	1
Technisches	3	Links zum Spiel sollte funktionieren	1
		Der Test darf keine Doppelwahl erlauben (ja / nein gleichzeitig)	1
		Screen-Reader Kompatibilität	1
Rechtschreibfehler ausbessern	1	Fehler ausbessern: Tippfehler in der Tabelle (Strategien) „Anderes“ anstelle von „Andres“	1
Quellennachweis	1	Quelle nennen: Wer wird am Anfang der Website zitiert?	1
Updaten	2	Die Website mal wieder updaten (2007), Seite aktualisieren	2
Rauchstopp Unterstützung etc.	3	Ein Klick (Taste) bei dem man sich direkt zu einem ersten Termin verabreden / anmelden kann	1
		Support Telefonnummer	1
		Kontakt	1
Art der Website	2	Website weniger „wissenschaftlich“ gestalten	1
		Weniger Selbstverweise für besseren Lesefluss	1
<b>Gesamt</b>	<b>48</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „emox“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Tests	8	Allgemein, Einstieg mit Test, man merkt wo man steht	6
		(Nikotin-) Abhängigkeitstest	2
Informationen	6	FAQ und Antworten	2
		Linke orangene Leiste mit vielen guten und spannenden Informationen	2
		Entzugssymptome	1
Zielgruppenspezifität	4	Viele Themen	1
		Unterteilung in Raucher, Nichtraucher... (für jeden gibt es etwas)	3
Extramaterial	2	Für Jugendliche	1
		Spiel	1
Tipps	1	Videos	1
		Nützliche Tipps zum Aufhören	1
Auswahlmöglichkeiten	1	„Dass man nicht über Themen vollgelabert wird, sondern einfach ‚weiter‘ oder ‚nein‘ klicken kann“	1
<b>Gesamt</b>	<b>22</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen nicht an der Website „emox“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Übersichtlichkeit	4	Fehlende Übersicht / kein Inhaltsverzeichnis (spez. Infos können nicht gefunden werden)	4
Gestaltung	5	Farben (Farbgestaltung)	2
		Bilder	1
		Layout	1
		Langweiliges Design	1
Test	1	dass man nicht selbst nach Infos suchen, sondern nur den Test machen kann	1
Anderes	2	Alles	1
		„Man betritt die Site und kommt erst mal nicht drauf“	1
<b>Gesamt</b>	<b>12</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „emox“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Tipps zum Rauchstopp	1	Tipps zum Rauchstopp	1
Inhaltsübersicht	1	Inhaltsübersicht der Website: Inhaltsverzeichnis, Impressum	1
Hintergrundinformationen zum Rauchen	1	Hintergrundinformationen zum Rauchen : Geschichte des Rauchens (Entwicklung), Thema Rauchen in verschiedenen Kulturen	1
<b>Gesamt</b>	<b>3</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen**  
**Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „emox“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Übersichtlicher gestalten	5	Gesamtübersicht/Inhaltsverzeichnis, Impressum	5
Gestaltung	3	Layout/Gestaltung/Design verbessern	3
Tipps	1	Tipps	1
Unspezifisch	1	Alles	1
<b>Gesamt</b>	<b>10</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „feelok“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	11	Bilder	3
		Gestaltung allgemein	2
		Animationen	2
		Smileys	2
		Farben	2
Inhalt	7	Umfangreich (umfangreicher als emox), Themenvielfalt	5
		Themen über die Zigarette hinaus (wie z.B. Schnupftabak) werden behandelt	2
Übersichtlichkeit	6	Übersichtliche Gestaltung	4
		Übersichtlichkeit der Startseite	2
Zielgruppenspezifität	3	Sehr gut auf Jugendliche abgestimmt, gut für Jugendliche gestaltet	3
Art der Umsetzung	3	Persönliche Ebene (Persönliche / direkte Art der Seite)	1
		Motivierend und nicht bewertend (Seite motiviert und es wird einem nicht das Gefühl vermittelt, dass man falsch ist, nur weil man raucht.)	1
		Art des Schreibens (Informationen sind sehr interessant geschrieben worden)	1
Interaktives	2	Kostenrechner	1
		Bodymap	1
<b>Gesamt</b>	<b>32</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen nicht an der Website „feelok“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	2	Die Informationen auf der vorherigen Website waren besser	1
		Klare, unterstützende Informationen zum Rauchstopp fehlen	1
Gestaltung	1	Gestaltung	1
Design der Website	1	Sich ständig öffnende Fenster	1
Unspezifisch	1	Alles	1
<b>Gesamt</b>	<b>5</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „feelok“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	4	Tipps / klare, unterstützende Informationen zum Rauchstopp	2
		Informationen über das Kiffen	1
		Informationen für Gelegenheitsraucher	1
<b>Gesamt</b>	<b>4</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen**  
**Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „feelok“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Rauchstopp-Informationen	1	Klare, unterstützende Informationen zum Rauchstopp	1
Gestaltung	1	Weniger Blau	1
??? Inhalte korrigieren und Perspektive ändern	1	Einige Behauptungen stimmen aus Sicht eines jugendlichen Rauchers nicht. Die Sprache ist von „oben herab“, aus der Sicht von Erwachsenen auf Jugendliche.	1
Unspezifisch	1	Alles neu	1
<b>Gesamt</b>	<b>4</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucherinnen  
Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „feelreal“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Informationen	4	Viele Informationen, Links zu mehr Informationen	2
		Kurz und bündige Informationen	1
		Tipps	1
Gestaltung	4	Farben: pink und verschiedene, frohe Farben	2
		Bilder	1
		Weibliche Gestaltung	1
Zielgruppenspezifität	2	Nur für Frauen, gut auf junge Frauen abgestimmt	2
Themen, die nicht das Rauchen betreffen	2	Stylingtipps	1
		Tagebuch	1
<b>Gesamt</b>	<b>12</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucherinnen  
Was gefiel Ihnen nicht an der Website „feelreal“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Übersicht	2	Unübersichtliche Gestaltung	2
Thema Rauchen	1	Das Thema Rauchen wird nicht ausreichend behandelt	1
<b>Gesamt</b>	<b>3</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucherinnen  
Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „feelreal“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gesundheit	1	Wie verbessert sich der gesundheitliche Zustand des Körpers nach dem Rauchstopp?	1
<b>Gesamt</b>	<b>1</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucherinnen  
Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „feelreal“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Übersicht	3	Bessere (Themen-) Übersicht, einfachere Gestaltung	3
Inhalt	3	Mehr Informationen zum Rauchstopp und die Zeit danach	1
		Informationen über Gelegenheitsraucher	1
		Fokus sollte auf einem Thema sein	1
<b>Gesamt</b>	<b>6</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen  
Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „emox“?**

<b>Übergeordnetes Thema</b>	<b>Anzahl</b>	<b>Untergeordnete Themen</b>	<b>Anzahl</b>
Website insgesamt	2	Mischung aus Spass, Information und Ernsthaftigkeit	1
		Für fast alle gibt es etwas	1
Informationen	11	Passivrauchen	2
		Unterschiedliche Inhalte für Raucher vs. Nichtraucher	1
		Viele (interessante) Themen	2
		Gute informative Texte	1
		Ergebnisse anderer Jugendlicher	1
		Statistik rechts zum Rauchen	1
		Gute Tipps zum Aufhören und Erklärungen	1
		Unterschiedliche Inhalte für Raucher vs. Nichtraucher, viele Informationen für alle verschiedenen Gruppen	2
Interaktives	16	Emox-Spiel	7
		Tests (am Anfang, Umfrage als Anhaltspunkt)	3
		Fragebögen und Auswertung mit Informationen	2
		Interaktive Dinge (gut, dass man Fragen beantworten und selbst aktiv sein kann)	2
		Quiz	1
		Ankreuzen der Gründe aus denen man nicht raucht und Resultat	1
Einfacher Aufbau	1	Mit einem Klick ist man schon mitten drin	1
Art der Umsetzung	17	Alterssimulation	8
		Film / Clips zur Raucherprävention	4
		Weiterführende Links	2
		Bilder	2
		Animationen	1
Gestaltung	10	Gute Übersicht	8
		„Layout der Übersicht“	1
		Bunt	1
<b>Gesamt</b>	<b>57</b>		



**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen  
Was gefiel Ihnen nicht an der Website „emox“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt, Texte	4	Für Nichtraucher kaum Informationen oder Sonstiges	1
		Informationen zum Rauchen – z.B. was an der Zigarette Sucht verursacht, was mit dem Körper passiert – fehlen	1
		Zu viel Text, teilweise zu viele Informationen auf einmal, zu lange Texte	2
Übersicht, Struktur, Klarheit	13	Viel zu unübersichtlich, Darstellung ist viel zu unübersichtlich, chaotischer Aufbau	3
		Übersicht: Man könnte z.B. links eine Spalte machen mit allen Dingen, die auf der Seite angeschaut werden können, Übersicht ist entweder ganz unten auf der Website oder am Schluss des Fragebogens (es sollte übersichtlicher sein), es müssen erst alle Fragen beantwortet werden bevor die Übersicht gefunden wird, es muss zuerst ein Fragebogen ausgefüllt werden, es gibt keine Themen anzuwählen	4
		Kein Inhaltsverzeichnis / Menüleiste oder dergleichen, Inhaltsverzeichnis: Keine grosse Übersicht mit dem Vorhandenen in dieser Seite, Es gibt keine Registeransicht (und man kann meistens nur weiterklicken)	3
		Dinge auf der Website sind schwer zu finden, Orientierung (Links und Informationen) geht verloren“	2
		Erste Seite ist etwas verwirrend: Man weiss nicht genau, wo man draufklicken soll	1
Design, Gestaltung	17	Farbe, Farbgestaltung, hässliche/schreckliche Farbe, Farben passen nicht, wirkt deprimierend	9
		Layout, Gestaltung, Design, Design nicht ansprechend	4
		Bilder, zu wenige Bilder	2
		Das übertriebene Bild der alternden Frau	1
		Links falsch platziert (zu klein und zu unauffällig)	1
Interaktivität	6	Das Spiel(e), Spiel ist nicht spannend	4
		Tests bringen nicht besonders viel	1
		Ein Fragebogen nach dem Test (?)	1
Website insgesamt	8	„Website ist recht eintönig“, „man hat sich sehr schnell umgesehen und ist fertig“	2
		Nicht ansprechend	1
		Nicht informativ	1
		Präventions-Websites gefallen allgemein nicht so gut, weil sie als ziemlich unnötig empfunden werden und geglaubt wird, dass die wenigsten Jugendlichen freiwillig so eine Seite besuchen	1
		Ein bisschen kindisch / naiv gestaltet	2
		Es ist sehr: „Du bist Nichtraucher – super!“	1
<b>Gesamt</b>	<b>48</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „emox“?**

<b>Übergeordnetes Thema</b>	<b>Anzahl</b>	<b>Untergeordnete Themen</b>	<b>Anzahl</b>
Inhalt	16	Folgen des Rauchens (Körper, Schäden), Auswirkungen des Rauchens auf den Körper und das soziale Umfeld	3
		Mehr Informationen, noch mehr übersichtliche Informationen, Informationen über das Rauchen allgemein	3
		Erfahrungsberichte von Personen	2
		Eine gelungene Einleitung auf der Startseite	1
		Raucher auf häufigste Krankheiten hinweisen	1
		Passivrauchen etc., weitere Formen des „Rauchens“	1
		News	1
		Informationen, warum man nicht raucht /nicht rauchen soll	1
		Informationen oder Sonstiges für Nichtraucher	1
		Genauere Antworten auf häufig gestellte Fragen	1
		Kostenvergleich	1
Übersicht, Verständlichkeit	2	Übersicht	1
		Anzahl der Antworten, die man ankreuzen darf	1
Design	1	Bilder	1
<b>Gesamt</b>	<b>19</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen  
Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „emox“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	6	Mehr Informationen, nach den Umfragen können kaum noch Informationen eingesehen werden	2
		Mehr über die Risiken aufklären, evtl. Bilder von Raucherlungen etc.; Raucher auf die häufigsten Krankheiten hinweisen	2
		Mehr Tipps zum Rauchstopp	1
		Fragebogen entfernen	1
(Neue) Rubriken auf der Website	6	Erfahrungsberichte (von Personen)	2
		Frageforum	1
		Interviews	1
		News	1
		Fragebogen abschaffen	1
Informationen für Nichtraucher	5	Informationen: Mehr ansprechende oder auch abschreckende Informationen, damit auch Nichtraucher nicht mit dem Rauchen beginnen	1
		Allgemeinere Gesundheitsinformationen (denn auch Nichtraucher können sich für konkrete Schäden interessieren)	1
		Mehr Informationen zum Rauchen (für Nichtraucher)	1
		Attraktiver für Nichtraucher machen: evtl. Situationen aufzeigen, in denen es sich lohnt, nicht zu rauchen	1
		Aufzeigen, warum rauchen keinen Spass macht	1
Übersicht, Struktur	14	Übersichtlicher gestalten	8
		Einfacher gestalten	1
		Eine Übersicht (zusätzlich zur Startseite)	1
		Weniger Text	1
		Übersicht / Inhaltsverzeichnis (sollte am Anfang der Website stehen, die untenstehende Informationsleiste kann übersehen werden), (links könnte eine Spalte sein, die den Inhalt der Seite wiedergibt)	3
Links	3	Informationen und Tipps um mit dem Rauchen aufzuhören sollten direkt angeklickt werden können (Fragebogen sollte nicht ausgefüllt werden müssen); schnellere Verknüpfung zu der Information, wie man aufhören soll	2
		Button, um auf die Startseite zu gelangen	1
Design, Layout	22	Farben: Besser, schöner, freundlicher, fröhlicher, aufbauender, heller (nicht so düster), mehr Farben, Farben zusammenpassend gestalten	7
		Andere Hintergrundfarbe	2
		Mehr Bilder, andere Bilder	3
		Nicht so kindische Bilder	1
		Besseres Titelbild	1
		Bessere Animationen	1
		Kreativer gestalten, um die Seite ansprechender zu machen; ansprechender für Jugendliche gestalten	2
		Professioneller gestalten; Professionalität	2
		Komplett anderes Layout	1
		Die Links unten vergrößern	1
		Texte graphisch schöner gestalten	1
Technisches der Website	2	Mehr Links, so dass man auch ohne den Test an Informationen gelangen kann	1
		Links sind falsch platziert (zu klein und unauffällig)	1
Interaktivität	3	Spiel benötigt noch irgendetwas zusätzliches	1
		Mehr Tests	1
		Mehr Clips	1
Anderes	2	Weniger kindlich (ansonsten für 14-15 Jährige)	2
<b>Gesamt</b>	<b>63</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen  
Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „feelok“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Startseite	9	Icons, Buttons am Anfang der Website, kleine Bilder zu Themen auf Startseite, Icons verschaffen Übersicht	4
		(ansprechende) Startseite	3
		Vollständige Themenübersicht am Anfang	1
		Neugierde bei Anblick des übersichtlichen Inhaltsverzeichnisses: „Als ich auf diese Website kam, haben mich die vielen Symbole (Inhaltsverzeichnis) nur so angelacht und ich wollte am liebsten alles anklicken“	1
Übersicht	9	Übersichtlichkeit, gute Ordnung, übersichtlicher Aufbau; einfache Gestaltung, genaue Gliederung durch Themen, Unterthemen usw.	8
		Informationen sind sehr übersichtlich und kompakt	1
Gestaltung	29	(ansprechende) Gestaltung	10
		Farben, Farbkombination (durch die Farben wirkt alles frisch und macht nicht müde)	6
		Darstellung	4
		Design (-es ist besser als es früher auf dieser Seite war)	3
		Bilder	2
		Spielerische Gestaltung	1
		Freundlich, jugendlich	1
		Graphik	1
		Layout	1
Allgemeines	4	Vielfältigkeit, Vielseitigkeit	3
		Umfang	1
Inhalt	21	Gute Informationen und Tipps, unterschiedliche Themen und Tipps, viele ausführliche und gute Informationen; Verschiedene Themen; viele Themen, die nicht nur das Rauchen betreffen, viele verschiedene Sucharten und Informationen	8
		Viele Informationen, „viele Infos, die auch mit dem Rauchen zu tun haben“	3
		Viele verschiedene Themen werden mit einbezogen, z.B. Passivrauchen, Rauchen in der Schwangerschaft etc., viele interessante Themen zum Rauchen (Geschichte, Schwangerschaft usw.)	2
		Spezielle Information über „einem Freund oder einer Freundin helfen“	2
		Folgen etc. sind gut beschrieben; die verschiedenen Symptome	2
		Liste mit giftigen Inhaltsstoffen	1
		Erklärungen, was passiert, wenn man mit dem Rauchen beginnt oder aufhört	1
		Passivrauchen und Einflüsse des Rauchens auf die Umwelt („Informationen über die Umwelt und Mitmenschen, welche auch unter dem Rauch leiden“)	1
		Fragen und Antworten	1
Interaktives	13	Tests, Tests zum Wissen über das Rauchen	4
		Quiz	2
		Interaktives Stuff, viele interaktive Tätigkeiten	2
		Spiele	2
		Kosten(ersparnis)rechner, Kostenübersicht	2
		Body Map	1
<b>Gesamt</b>	<b>85</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen**  
**Was gefiel Ihnen nicht an der Website „feelok“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Inhalt	8	Texte sind teilweise zu lang	1
		Kaum Inhalte/Informationen für Nichtraucher	2
		Zum Aufbau der Texte: Viele Sätze innerhalb eines Textes werden wiederholt; Texte sind nicht detailliert genug und somit nicht tiefgründig; „teilweise etwas unklar“ (bis man z.B. beim Thema Shishas den Grund für die Gefährlichkeit findet)	3
		Inhalte werden als inkorrekt erachtet: „Dass es viele Jugendliche gibt, die nicht rauchen und keinen Alkohol trinken, denn fast jeder Jugendliche trinkt Alkohol“	1
		Unterthemen innerhalb der einzelnen Themenbereiche werden als unnötig empfunden und es wird vorgeschlagen, diese Unterthemen bereits auf der Hauptseite zu erwähnen	1
Aufbau der Website	4	Es wurde nicht verstanden, wo man welche Inhalte findet	1
		„Hin und her“ beim Wechseln zwischen Artikeln	1
		Schwierig, mit einem Klick wieder auf Homepage zu gelangen	1
		Seite zu langsam	1
Gestaltung	3	Bilder können nicht angesehen werden, Bilder fehlten teilweise bei Texten	2
		Farbe: die Seite ist zu blau, ein wenig Abwechslung wäre gut, Hintergrund sollte anders sein	1
Tests	2	Tests sind unnötig	1
		Fehler in/Kritik an einem Test: Es sollte die eine, richtige Antwort aus drei Antwortmöglichkeiten gefunden werden - jedoch ging es nach Anklicken der falschen Antwort trotzdem weiter, ohne dass der Benutzer die korrekte Antwort erfuhr	1
Zielgruppenspezifität	1	Teilweise zu kindlich	1
<b>Gesamt</b>	<b>18</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „feelok“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Informationen	4	Informationen darüber, wie man sich als Nichtraucherin schützen kann; Informationen für Nichtraucher	2
		Tipps zum Lesen	1
		Erfahrungsberichte, wie ehemalige Raucher aufgehört haben	1
Interaktives	2	Möglichkeit, selber Fragen zu stellen	1
		E-Mailadresse unter der man sich melden kann	1
Wirkung der Website	1	Die Website schreckt nicht richtig vor Zigaretten ab	1
Zielgruppenspezifität	1	Ansprechendes Material für Jugendliche über 14	1
Spiel	1	Spiel	1
<b>Gesamt</b>	<b>9</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen  
Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „feelok“?**

<b>Übergeordnetes Thema</b>	<b>Anzahl</b>	<b>Untergeordnete Themen</b>	<b>Anzahl</b>
Interaktives	6	Möglichkeit, Tests durchführen zu können; mehr Tests	2
		Mehr Tests über eigene Einstellung zum Rauchen	1
		Möglichkeit, selbst Fragen stellen zu können	1
		Fehler in/Kritik an einem Test: Es sollte die eine, richtige Antwort aus drei Antwortmöglichkeiten gefunden werden - jedoch ging es nach Anklicken der falschen Antwort trotzdem weiter, ohne dass der Benutzer die korrekte Antwort erfuhr	1
		Spassige Sachen	1
Gestaltung	5	Farbe: Gelbe Hintergrundfarbe	1
		Farbe: Entweder anderer Hintergrund oder weniger grelle Farbe verwenden	1
		Mehr Bilder	1
		Keine Comic Icons sondern richtige Bilder	1
		Ein weiteres Bild auf der Hauptseite: Ein schockierendes Bild	1
Informationen	3	Mehr Informationen für Nichtraucher	2
		Zielgruppengerechter Inhalt: ansprechendes Material für Jugendliche über 14 Jahren bereitstellen	1
Wirkung der Website	2	Website sollte vor Zigaretten abschrecken	1
		Etwas tun, das einen mehr inspiriert, die Website zu besuchen	1
Aufbau der Website	2	Mehr kurze Zusammenfassungen am Anfang der Texte	1
		Übersicht: Man sollte nicht so lange suchen müssen, um etwas Bestimmtes zu finden	1
<b>Gesamt</b>	<b>18</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen  
Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „nuitgrave“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Informationen	12	Persönliche Erfahrungsberichte	10
		Information allgemein	1
		Schreibweise	1
Aktivitäten	8	Quiz	5
		Forum	1
		Spiele	1
		Persönliches Profil	1
Übersicht	1	Gute Übersicht	1
Design	2	Design	2
Verschiedenes	1	Keine Werbung	1
<b>Gesamt</b>	<b>24</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen  
Was gefiel Ihnen nicht an der Website „nuitgrave“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	8	Farben: zu schwarz, zu dunkel	4
		Seitenlayout	3
		Veraltet	1
Gesamterscheinung	2	Aggressiv	1
		Depressiv	1
Schrift	1	Schriftstil	1
Information	1	Glossar	1
<b>Gesamt</b>	<b>12</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen  
Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „nuitgrave“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	5	Bilder, Animation, Illustration	3
		Farben	1
		Abschreckende Bilder	1
Stimmung	1	Willkommen fühlen	1
Informationen	1	Ratschläge	1
Aktivitäten	1	Profil erstellen für individuelle Ratschläge	1
Verschiedenes	1	Kontaktperson	1
<b>Gesamt</b>	<b>9</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen  
Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „nuitgrave“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	7	Farben	2
		Seitenlayout	4
		Mehr Bilder	1
Verschiedenes	1	Aktualität	1
<b>Gesamt</b>	<b>8</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen  
Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „ciao“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	8	Farben	2
		Layout	6
Übersicht	5	Präzise, klar, vollständig	3
		Einfach	2
Aktivitäten	1	Fragen-Antworten	1
Information	9	Viele Themen	5
		Erklärungen	1
		Unterstützung/Hilfe	1
		Ratschläge	1
		Probleme angesprochen	1
Verschiedenes	2	Alles gefiel	2
<b>Gesamt</b>	<b>25</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen  
Was gefiel Ihnen nicht an der Website „ciao“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Übersicht	2	Unübersichtlich	1
		Zu viel Text	1
Information	2	Fehlerhaft	1
		Nicht viel Information	1
Gestaltung	1	Layout	1
Verschiedenes	2	Nichts	1
		Alles	1
<b>Gesamt</b>	<b>7</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen  
Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „ciao“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Informationen	2	Mehr Erfahrungsberichte	2
Aktivitäten	1	Quiz	1
Gestaltung	2	Fotos	2
Zielgruppe	1	Probleme betreffen mich nicht	1
Verschiedenes	2	Sensibilisierung	1
		Nichts	1
<b>Gesamt</b>	<b>8</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Raucher/innen  
Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „ciao“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	3	Bilder und Animation	1
		Layout	2
Verschiedenes	1	Internet ist keine Lösung	1
<b>Gesamt</b>	<b>4</b>		



**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen  
Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „nuitgrave“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Informationen	20	Persönliche Erfahrungsberichte	14
		Glossar	2
		Information Alkohol & Tabak	1
		Viele Themen	1
		Viele aktive Links	1
		Folgerscheinungen	1
Aktivitäten	12	Quiz	6
		Forum	5
		Animation	1
Übersicht	10	Dinge gut zu finden, einfach zu benutzen,	8
		Inhaltsverzeichnis	2
Design	4	Design allgemein	1
		Startseite	1
		Farben rot und schwarz	1
		Schriftgrösse	1
<b>Gesamt</b>	<b>46</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen  
Was gefiel Ihnen nicht an der Website „nuitgrave“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	37	Farben: zu schwarz, zu dunkel	26
		Seitenlayout	7
		Grafik auf der Startseite	2
		Kindlich	1
		Zu wenig Bilder	1
Gesamterscheinung	5	aggressiv	3
		Depressiv, traurig	2
Zielgruppe	1	Auch für die, die nicht anfangen wollen zu rauchen	1
Aktivitäten	4	Quiz	2
		Spiele	1
		Kiosk	1
Schrift	3	Schriftstil	2
		Rechtschreibung	1
Funktionalität	2	Funktioniert nicht alles	2
<b>Gesamt</b>	<b>52</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „nuitgrave“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	8	Bilder, Animation, Illustration	4
		Farben	2
		Leichtere Erscheinung	1
		Einleitung	1
Stimmung	2	Fröhlichkeit, Freundlichkeit	2
Informationen	4	Antworten auf Erfahrungsberichte	1
		Ratschläge	1
		Reaktionen	1
		Graphik über Raucher	1
Aktivitäten	1	Chat für Diskussionen	1
Verschiedenes	3	Aktualität	1
		Infos über Autoren	1
		Ein kleines etwas	1
<b>Gesamt</b>	<b>18</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen**  
**Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „nuitgrave“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	30	Farben	14
		Seitenlayout	6
		Mehr Bilder	4
		Hintergrund	4
		Schrift	2
Stimmung	3	Fröhlicher, angenehmer	3
Informationen	5	Antworten auf Erfahrungsberichte	2
		Ratschläge	2
		Über unbekannte Krankheiten informieren	1
Aktivitäten	2	Spiele sollten funktionieren	8
Verschiedenes	3	Aktualität	2
		Links überprüfen	1
<b>Gesamt</b>	<b>43</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen  
Was gefiel Ihnen besonders gut an der Website „ciao“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	21	Farben	13
		Layout	4
		Inhaltsverzeichnis	2
		Fotos, Bilder	2
Übersicht	12	Präzise, klar, vollständig	6
		Struktur	3
		Menü	1
		Einfach	2
Aktivitäten	5	Quiz	2
		Fragen-Antworten	2
		Forum	1
Information	25	Viele Themen	8
		Erklärungen	5
		Erfahrungsberichte	4
		Unterstützung/Hilfe	3
		Ratschläge	2
		Experten	1
		Artikel	1
		Aktualität	1
Zielgruppe	1	Junge Leute	1
<b>Gesamt</b>	<b>64</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen  
Was gefiel Ihnen nicht an der Website „ciao“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Übersicht	9	Unübersichtlich	6
		Zu viele Rubriken	5
		Zu viel Text	2
		Nicht klar	1
Information	3	Fehlerhaft	1
		Antworten zu naiv	1
		Zu viele Einstellungen	1
Gestaltung	6	Anordnung	2
		Menüs	1
		Zu streng	1
		Bildmaterial fehlt	1
		Layout	1
Verschiedenes	3	Zu viel klicken	1
		Zu viele Links	1
		Moralprediger	1
<b>Gesamt</b>	<b>21</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen**  
**Welche wichtigen Inhalte fehlten Ihnen auf der Website „ciao“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Informationen	2	Informationen über Krankheiten	1
		Mehr Artikel übers Rauchen	1
Aktivitäten	3	Chat allgemein	2
		Nicht viele Themen im Chat	1
Gestaltung	6	Bilder und Animationen	5
		Grafik	1
<b>Gesamt</b>	<b>11</b>		

**Kategorisierte Freitextantworten jugendlicher Nichtraucher/innen**  
**Welche Verbesserungsvorschläge haben Sie für die Website „ciao“?**

Übergeordnetes Thema	Anzahl	Untergeordnete Themen	Anzahl
Gestaltung	9	Bilder und Animation	4
		Rauchen und Alkohol trennen	2
		Übersichtlicher	2
		Layout	1
Informationen	8	Zu viel Information	2
		Erfahrungsberichte	2
		Eindeutigere Texte	1
		Themen zusammenfassen	1
		Mehr Antworten	1
		Mehr Inhalte zum Rauchen	1
Aktivitäten	2	Chat allgemein	1
		Mehr Videos	1
<b>Gesamt</b>	<b>19</b>		