



Pressemitteilung

Ihre Pressekontakte:

Isabell Rabe, Pressesprecherin
Maike Schwarz, Pressereferentin
Fon: 07141 9790-8013
E-Mail: presse@mhplus.de

www.mhplus.de/presse

Studie: Über Hälfte der Deutschen zeigt Verständnis für Raucher und Vaper

Nichtraucherschutz steht für große Mehrheit aber klar im Fokus

Ludwigsburg, 24. Februar 2026. 60 Prozent der Deutschen können es nachvollziehen, wenn ihre Mitmenschen rauchen oder vaper – zumindest in Stresssituationen. Fast die Hälfte glaubt auch, dass unter anderem mehr Leistungsdruck und globale Krisen die Gründe sind, warum Menschen heute weiterhin rauchen. Über 80 Prozent halten Passivrauchen für mindestens so schädlich wie Rauchen und über 60 Prozent wünschen sich strengen staatlichen Nichtraucherschutz. Der Rauch von Zigaretten ist für die Mehrheit zudem störender als der von Cannabis. Das und mehr zeigt die repräsentative Online-Studie „Rauchen im Wandel“ der mhplus Krankenkasse mit mehr als 1.000 erwachsenen Bundesbürgerinnen und -bürgern. Bei der Umfrage wurde die aktuelle Haltung der Bevölkerung rund um die Themen Rauchen, Passivrauchen und Tabak-Alternativen betrachtet.

Überraschende Toleranz: Obwohl laut Angaben des Bundesgesundheitsministeriums nur noch 20 Prozent der erwachsenen Deutschen rauchen, hat über die Hälfte der Bevölkerung Verständnis dafür, dass Menschen aus Stress- oder Drucksituationen heraus rauchen oder vaper (60 Prozent). Von den 30- bis 39-Jährigen zeigen sogar über zwei Drittel (67 Prozent) Verständnis für gestresste Raucher. Jeder Zweite dieser Altersgruppe (51 Prozent) hält vermehrten Stress durch globale Krisen, wie die Corona-Pandemie, auch für den Hauptgrund, warum Menschen heutzutage immer noch rauchen. Unter allen Erwachsenen glauben das immerhin 44 Prozent. „Nikotin kann in bestimmten Mengen subjektiv entspannend wirken und Rauchenden das Gefühl geben, Stress besser zu bewältigen“, weiß Sarah Bialek, Expertin für Gesundheitsförderung bei der mhplus.

Besonders Jüngere für mehr Nichtraucher-Schutz

Die Interessen der nichtrauchenden Mehrheit halten die Deutschen weiterhin für relevant: 52 Prozent finden nämlich nicht, dass Raucher heute mehr Rücksicht auf Nichtraucher nehmen als früher. 63 Prozent fordern vom Staat, Rauchen in der Öffentlichkeit strenger zu beschränken, von den unter 30-Jährigen sogar 73 Prozent. Der Unmut der Nichtraucher gilt vor allem Zigaretten, auch nach der Cannabislegalisierung: Eine Mehrheit von 55 Prozent fühlt sich eher von Zigaretten- als von Cannabisrauch belästigt.

E-Zigaretten gehören – 15 Jahre nach ihrer Markteinführung – offenbar zum Straßenbild dazu. Eine Mehrheit von 63 Prozent der Befragten hat den Eindruck, dass mittlerweile mehr Menschen vapern statt rauchen, von den unter 30-Jährigen finden das 75 Prozent. Eine Mehrheit von 76 Prozent glaubt, dass Vapen eher zum Rauchen verführt, als dass es den Rauchern beim Aufhören hilft.

Rauchen wegen stressiger Lebensumstände

Ein Trend, der pessimistisch stimmt: 53 Prozent finden, dass seit den letzten fünf Jahren wieder mehr Menschen rauchen. Das erklären sich die Befragten vor allem mit sozialen oder politischen Gegebenheiten: Jeweils 48 Prozent nennen als Hauptgrund sozialen Gruppendruck oder mehr Leistungsdruck im Privaten oder Beruflichen. An zweiter Stelle nennen 44 Prozent globale Faktoren wie die Coronapandemie, Kriege oder die Klimakrise. 20 bis 26 Prozent nennen als Gründe zu wenig Aufklärung über die Schäden oder Ansprache durch Werbung oder Influencer. Nur 17 Prozent glauben, es liege an zu wenig Unterstützungsangeboten zur Rauchentwöhnung von den Krankenkassen.

„Bei Rauchstopp-Kursen von Krankenkassen lernen Rauchende alternative Verhaltensweisen kennen, die helfen, Stress auch ohne Zigaretten abzubauen“, so Sarah Bialek. Die mhplus unterstützt bei der Rauchentwöhnung mit zahlreichen Angeboten wie einem kostenlosen Nichtraucher-Newsletter.

Über Rauch-Schäden für Umwelt gut informiert

Sehr gut informiert sind die Deutschen darüber, wie weitreichend (E-)Zigaretten auch Unbeteiligten bzw. der Umwelt schaden: So hält der Großteil (83 Prozent) Passivrauchen für mindestens so schädlich wie Rauchen. In der Tat kann der sogenannte Nebenstromrauch sogar 100-mal konzentriertere krebserregende Stoffe enthalten als der Rauch, den Raucher selbst einatmen. Weggeworfene Zigarettenstummel oder E-Zigaretten gelten aufgrund ihrer Bestandteile außerdem als sehr schädlich für Gewässer, Pflanzen und Tiere. Diese umweltschädli-

chen Folgen von Zigaretten sind 80 Prozent der Befragten genauso bekannt wie ihre gesundheitsschädlichen.

Online-Umfrage mit über 1.000 Deutschen

Für die repräsentative Online-Studie „Rauchen im Wandel“ wurden im Auftrag der mhplus Krankenkasse im Dezember 2025 mehr als 1.000 erwachsene Bundesbürgerinnen und -bürger anonym zu ihrer Haltung zum Rauchen, Vapen, Passivrauchen und zu möglichen Gründen fürs Rauchen in der heutigen Zeit befragt.

Mehr Infos:

mhplus.de/presse/studien-umfragen | mhplus.de/rauchstopp

Über die mhplus Krankenkasse:

Die mhplus Krankenkasse wurde 1952 als Betriebskrankenkasse der MANN+HUMMEL GmbH in Ludwigsburg gegründet. Seit 1999 ist sie offen für gesetzlich Krankenversicherte. Rund 1.000 Mitarbeitende betreuen deutschlandweit eine halbe Million Versicherte. Unter dem Motto „Einfach.Mehr.Du“ setzt die mhplus auf umfassende Leistungen für die ganze Familie, attraktive Bonusprogramme und einen empathischen, verlässlichen Service. Mehr Informationen auf der Homepage www.mhplus.de.