



**Universitätsklinikum  
Tübingen**



**Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung**

## **Gemeinsame Pressemitteilung**

### **IRIS-Onlineberatung für Schwangere**

#### **Mit IRIS unterstützt die BZgA beim Verzicht auf Rauchen und Alkoholkonsum in der Schwangerschaft**

*Köln/Tübingen, 07. Juni 2021.* Nicht allen Schwangeren fällt es leicht, auf das Rauchen, das Glas Wein oder Sekt zu verzichten, obwohl sie ihrem ungeborenen Kind damit schaden. Das qualitätsgeprüfte Online-Programm IRIS der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) unterstützt Schwangere darin, ihren Alkohol- und Tabakkonsum zu beenden – kostenlos, anonym und persönlich begleitet. Ab sofort ist IRIS mit verbesserter Funktionalität und aktueller Gestaltung unter [www.iris-plattform.de](http://www.iris-plattform.de) verfügbar und bietet Schwangeren, die rauchen oder Alkohol trinken, konkrete und praxisnahe Unterstützung bei einer Verhaltensänderung in den Phasen „Vorbereitung“, „Aufhörphase“ und „Erhaltung“. Über einen Chat kann eine persönliche psychologische Beratung in Anspruch genommen werden.

**Prof. Dr. Martin Dietrich**, Kommissarischer Direktor der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, erklärt: „Werdende Mütter sind sich in der Regel bewusst, dass Rauchen und Alkoholkonsum in der Schwangerschaft die Gesundheit ihres Kindes beeinträchtigen. Dennoch fällt es nicht allen leicht, darauf zu verzichten. Schließlich handelt es sich dabei um Substanzen mit einem Abhängigkeitspotenzial. Selbst wenn noch keine Abhängigkeit vorliegt, ist der Verzicht nicht immer einfach. Hier setzt die Onlineberatung IRIS an und unterstützt Schwangere mit einem persönlichen Beratungsangebot bei einer Verhaltensänderung.“

**Prof. Dr. Anil Batra**, Stellvertretender Ärztlicher Direktor und Leiter der Sektion Suchtmedizin und Suchtforschung am Universitätsklinikum Tübingen, ergänzt: „IRIS erklärt nicht nur, warum ein Leben ohne Tabak und Alkohol für die Schwangere gesünder und für das ungeborene Kind sogar dringend notwendig ist, um schwere Schädigungen zu verhindern. Vielmehr begleitet IRIS Schwangere durch den ganzen Prozess von der Willensbildung bis zum erfolgreichen und nachhaltigen Konsumstopp. Dabei werden nicht nur automatisierte Module eingesetzt, die nachweislich den Konsumstopp fördern, sondern auf Wunsch ist auch die persönliche Unterstützung im Chat mit psychotherapeutischen Fachkräften möglich.“

IRIS wurde von der Sektion Suchtmedizin und Suchtforschung des Universitätsklinikums Tübingen entwickelt und seit 2018 in enger Kooperation mit der BZgA wissenschaftlich begleitet und optimiert. Die Onlineberatung ist in Modulen aufgebaut und kann Schritt für Schritt und in selbst gewählter Reihenfolge von den Teilnehmerinnen durchlaufen werden. Neben Informationen und Tipps bietet sie interaktive Online-Übungen und bei Bedarf unterstützt eine Beraterin als sogenannter „E-Coach“. Maßnahmen zur Rückfallprophylaxe

>> Seite 2

und zur Einbindung des Partners oder der Partnerin gehören ebenso zum Programm wie die Förderung eines suchtfreien Lebens nach der Geburt des Kindes.

IRIS: Onlineberatung für Schwangere:

[www.iris-plattform.de](http://www.iris-plattform.de)

Informationen der BZgA zum Thema „rauchfrei in der Schwangerschaft“:

[www.rauchfrei-info.de/informieren/rauchen-gesundheit/schwangerschaft](http://www.rauchfrei-info.de/informieren/rauchen-gesundheit/schwangerschaft)

Informationen der BZgA zum Thema „alkoholfrei in der Schwangerschaft“:

[www.kenn-dein-limit.de/alkoholverzicht/alkohol-in-der-schwangerschaft](http://www.kenn-dein-limit.de/alkoholverzicht/alkohol-in-der-schwangerschaft)

Bestellung der kostenlosen BZgA-Materialien unter:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, 50819 Köln

Online-Bestellsystem: [www.bzga.de/infomaterialien](http://www.bzga.de/infomaterialien)

Fax: 0221/8992257

E-Mail: [bestellung@bzga.de](mailto:bestellung@bzga.de)

### **Kontakt:**

Pressestelle der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Maarweg 149–161

50825 Köln

[pressestelle@bzga.de](mailto:pressestelle@bzga.de)

[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

[www.twitter.com/bzga\\_de](https://www.twitter.com/bzga_de)

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist eine Fachbehörde im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Gesundheit