



Die Krebshilfe OÖ informiert – über die Rauchsituation 2018

Krebs ist eine der häufigsten, schweren Erkrankungen weltweit. Aber Krebs ist kein Schicksal mehr – immer öfter werden Patienten geheilt oder leben mit einer „chronischen Erkrankung“ ein – fast – normales Leben. Immer noch wissen viele Menschen zu wenig über seine Entstehung, seine Risiken und die Möglichkeit, Krebs zu vermeiden.

Dies möchten wir gemeinsam mit dem Freien Radio Freistadt mit der monatlichen Reihe „Die Krebshilfe informiert“ ändern..

1. Österr. Krebshilfe Oberösterreich

Die Krebshilfe gibt in Österreich seit 1910 – in Oberösterreich seit 1966 mit den drei Säulen Forschung, Beratung und Information. Bei der Forschung geht es darum mitzuhelfen, dass Krebs rasch geheilt wird. Der Verein zur Forschungsförderung der Krebshilfe OÖ organisiert dazu klinische Projekte.

Die Krebshilfe OÖ als mildtätiger Verein betreibt 14 Beratungsstellen, um Patienten und Angehörige in dieser Lebenssituation zu begleiten. Dabei helfen Psychologen, Psychotherapeuten bei allen Fragen rund um die Krebserkrankung – anonym und kostenlos.

Eine Beratungsstelle gibt es auch in Ihrer Nähe. Jeder kann sich mit Harald Schierer Gespräche und Beratungen ausmachen, die dann im Roten Kreuz stattfinden.

Alle Fragen können hier Thema sein – von der Diagnoseverarbeitung, über Alltagsfragen bis zur Trauerbegleitung für Angehörige.

Die Krebshilfe möchte auch über jene Schritte informieren, die mithelfen, dass wir gesund bleiben - gesunde, abwechslungsreiche Ernährung, viel Bewegung und ein Leben ohne Rauch.

Dazu gehen wir in Kindergärten, um den Kleinen den richtigen Umgang mit der Sonne näher zu bringen, in Schulen, um über eine gesunde Lebensweise – vor allem ohne Zigarette – zu informieren. Bei den Brusttastseminaren lernen Frauen das richtige Abtasten der Brust. Dazu kommt noch die Information über die wichtigsten Früherkennungsuntersuchungen. Natürlich kann dies alles in unseren kostenlosen Broschüren nachgelesen werden.

2. Krebserkrankung generell

Der menschliche Körper besteht aus 100.000.000.000.000 Zellen. Bei der einfachen Zellteilung, verdoppelt sich die DNS. Die Chromosomen werden kürzer und dicker, bis sie sich schließlich in der Mitte spalten und nun zweifach vorhanden sind. Es entsteht eine neue Zelle! Dieser Vorgang der Zellteilung geschieht beim Menschen 50.000.000 Mal pro Sek.! Dabei können sogenannte „Kopierfehler“ auftreten.

Diese „Kopierfehler“ werden durch Reparaturmechanismen „korrigiert“ oder – wenn dies nicht möglich ist, schaltet sich die Zelle ab. Trotzdem überleben „Kopierfehler“ - und eine Krebszelle entsteht. Die „innere Polizei“ versucht mit „Killerzellen“ diese Krebszellen zu erkennen und deren Tod herbeiführen.

Wenn eine Krebszelle überlebt, teilt sich diese rascher weiter und stirbt nach der Zellteilung nicht mehr ab, es entstehen Zellwucherungen im befallenen Organ und oftmals kommt es zur Metastasierung in anderen Organen. Der Grund für den möglichen Tod ist multiples Organversagen und allgemeiner Kräfteverfall sowie Infektionen.

In Österreich erkranken fast 40.000 Menschen jährlich an Krebs – meistens an Brustkrebs (5.480), Lungenkrebs (4.860), Prostatakrebs (4.845) und Darmkrebs (4.386).



3. Rauchen – die derzeitige Situation

Zuerst ein kleiner Rückblick: Das „freie Rauchen“ hatte Jahrzehnte lang Vorrang. Alle älteren Leute können sich sicher noch an die Zeit erinnern, wo immer und überall geraucht wurde. Im Freundeskreis, bei Veranstaltungen und Vorträge, im Parlament und natürlich in Gaststätten und Restaurants. Und alle haben dies toleriert. Fasch formuliert – die Nichtraucher haben es toleriert und die Raucher sich hier das Recht der Luftverschmutzung herausgenommen.

Rauchen war einfach „in“. Dann kamen die ersten Forschungs-ergebnisse und die Gefahren des Rauchens für die Raucher wurden nachgewiesen – und das Rauchen ging zurück. Als dann auch noch die Gefahren des Passiv-Rauches verdeutlicht wurden, gab es bei vielen eine Bewusstseinsänderung.

Mit Beitritt zur EU wurden Entscheidungen nicht nur als national betrachtet. Als dann im Jahr 2004 Irland ein umfassendes Rauchverbot beschloss, kam Bewegung in ein sehr starres System; aber Irland war weit weg.

Als 2005 auch Italien seine Restaurants rauchfrei machte, konnte dieser Trend auch bei uns nicht mehr negiert werden. In Bayern wurde am 1. Januar 2008 das Rauchverbot – auch in Lokalen – erlassen. Der Kreativität der Raucher wurden aber keine Grenzen gesetzt, so wurden Lokale in „Clubs“ oder „Kulturvereine“ umgewandelt, um weiter ungestört rauchen zu können. Nach einem Volksbegehren, bei dem sich 61% für rauchfreie Lokale entschieden hat, wurde das Rauchverbot in der Gastronomie mit 1.8.2010 erlassen.

Zu diesem Zeitpunkt hat sich Österreich, nämlich am 1. Juli 2010 auch zu einem generellen Rauchverbot – mit Ausnahme der Gastronomie – durchgerungen. Das bedeutet, dass Rauchen beim Wirten nur dann zulässig ist, wenn

- a) im Lokal eigene Raucherräume, die von Nichtraucherräume getrennt sind, zur Verfügung stehen (jedoch nicht – wie in vielen anderen Staaten Europas mit separater Lüftung) oder
- b) das Lokal kleiner als 50 Quadratmeter ist und als Raucherlokal definiert wurde.

Die grundsätzliche Kritik ging in eine andere Richtung. Während man in ganz Europa in Richtung „Rauchfreiheit“ geht, hat man in Österreich wieder einmal einen Mix aus Rauchverbot und Rauchzulassung gewählt. Das bedeutete für viele Lokale Umbauarbeiten und einen Aufwand.

Das größte Problem dabei war, dass es zwar ein Gesetz – mit einem Strafenkatalog bei Missachtung - gab, aber keine Kontrolle dafür eingerichtet wurde. Auch ich wurde gefragt, ob ich nicht als „Rauchsheriff“ durch die Lokale ziehen möchte und die Einhaltung des Gesetzes zu überprüfen. Da dies aber nicht zu meiner Persönlichkeitsstruktur passte, habe ich abgelehnt.

Wie überall gab es weiße und schwarze Schafe, wobei die schwarzen deutlich in der Mehrzahl waren. Eine Erhebung der Uni Wien über die Einhaltung des Nichtraucherschutzes in Lokalen hat folgendes ergeben: Im 7. Wiener Gemeindebezirk gibt es 90 Lokale. Bei 10 war alles in Ordnung, bei weiteren 10 gab es Formalfehler und bei 70 von 90 Lokalen wurde das Gesetz nicht befolgt – ganz nach der Philosophie „Wo kein Kläger, da kein Richter“!



4. Rauchen in Österreich

Im Jahr 2014 wurde dann die Initiative „Don't Smoke“ von der Österreichischen Gesellschaft für Hämatologie & Medizinische Onkologie unter der Präsidentschaft vom Grazer Universitäts-Professor Dr. Hellmut Samonigg ins Leben gerufen, um Österreich auf den internationalen Standard beim Kampf gegen das Rauchen zu führen.

Einer der wichtigsten Mitstreiter war der Journalist Kurt Kuch, der seine Nikotinabhängigkeit und die daraus resultierende Lungenkrebserkrankung öffentlich machte: „Rauchen tötet. Es war die schlechteste Entscheidung meines Lebens, mit dem Rauchen zu beginnen. Heute kann ich nur versuchen, mitzuhelfen, dass Österreich zumindest europäisches Niveau erreicht, wenn es darum geht, die fatalen Folgen des Rauchens gering zu halten“ so Kuch bei der Gründung der Initiative. Er selbst verlor im Jänner 2015 seinen Kampf gegen den Krebs. Auch die Krebshilfe war von Anfang an bei dieser Aktion sehr aktiv und viele Hundert Unterstützer nutzten diese Plattform, um eine rauchfreie Umwelt zu bekommen.

Auf Reaktion auf diese Initiative wurde im Jahr 2015 von der österreichischen Regierung per Gesetz beschlossen, ein generelles Rauchverbot – auch in der Gastronomie - einzurichten. Um den Gastwirten, bei den neuerlichen Umbauarbeiten entgegen zu kommen, wurde die Umsetzung mit Mai 2018 beschlossen.

Aufgrund der Auflösung der Regierung 2017 bekam dieses Thema neue Brisanz. Bereits während der Wahlkampfphase hat sich die FPÖ immer als „Partei für die Raucher“ dargestellt. Als dann die Koalitionsverhandlungen zwischen ÖVP und FPÖ begonnen haben, wurde es klar, dass hier versucht wird, ein bestehendes Gesetz zu kippen. Verhandlungsinhalte wie u.a. „direkte Demokratie“ waren dem Parteiführer der FPÖ weniger wichtig, als überall rauchen zu können. Aufgrund dieser „neuen“ Situation hat sich rasch eine breite Front gegen die Zurücknahme des Gesetzes gebildet.

Die Krebshilfe hat mit der Übernahme der „Don't Smoke“-Aktion auch die Themenführerschaft für ein rauchfreies Österreich übernommen. Somit war es klar, dass hier eine rasche Aktion notwendig war. Dies hat die Krebshilfe mit der Online-Petition „Wir fordern ÖVP und FPÖ auf: Das Nichtrauchergesetz muss bleiben!“ auch sofort gestartet. Bis gestern um 15 Uhr haben 462.500 Österreicherinnen und Österreicher diese Petition unterschrieben!

Im Dezember 2017 hat dann die Wiener Ärztekammer beschlossen, gemeinsam mit der Österreichischen Krebshilfe ein Volksbegehren zu starten, damit das beschlossene Gesetz bestehen bleibt. Auch wenn es den Anschein hat, dass die derzeitigen Regierung mit dem wichtigen, hohen europäischen Standard zum Schutz der Bevölkerung gegen Rauch nicht mithalten kann oder will, soll und muss gezeigt werden, die vielen Österreicherinnen und Österreicher sehr wohl diese Standard zu schätzen wissen.

Aber es sei bitte nochmals konkret gesagt – es geht nie und niemals um die Raucherinnen und Raucher. Als ehemaliger Raucher kenne ich beide Seiten. Es geht einzig und alleine darum, dass - was in vielen Haushalten als ganz normal angesehen wird - am Balkon, auf der Terrasse, vor dem Haus geraucht wird, auch in Gaststätten und Lokalen umgesetzt werden soll.

5. Rauchen und Jugendschutz

Ein besonderer Punkt ist natürlich das Österreich sowohl bei den Jugendlichen als auch bei den Erwachsenen Raucherinnen und Rauchern einen sehr hohen Anteil – verglichen mit anderen europäischen Ländern – hat.



ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE **OBERÖSTERREICH**

Bei der Länderkonferenz im Jahr 2017 wurde dem Jugendschutz hinsichtlich Rauchen ein großer Stellenwert eingeräumt und eine – sehr rasche – Umsetzung geschaffen.

So soll mit Mai 2018 – gemeinsam mit dem Gesetz für rauchfreie Lokale – auch das Rauchen für Jugendliche verboten werden. Das bedeutet eine Anhebung der Altersgrenze von 16 auf 18 Jahre – so wie in fast allen europäischen Ländern.

Im neuen Regierungspaket sollen hier noch einige Veränderungen passieren. So ist es Jugendlichen (unter 18 Jahren) nicht erlaubt, sich in Lokale aufzuhalten, wo geraucht werden darf. Weiters ist es Erwachsenen nicht gestattet, im Auto zu rauchen, wenn Kinder und Jugendliche anwesend sind.

So gut beide Vorschläge klingen – wieder hapert es an der Umsetzung, an der Kontrolle. Bei den Lokalen ist es noch leichter – die Wirte müssten, so wie in Tankstellen und Trafiken, die Ausweise kontrollieren. Bei der Autofahrt wird dies aber sehr schwierig. Dazu kommt dann ja noch die Passivbelastung, wenn knapp vorher geraucht wurde.

Jede Initiative, die Jugendlichen hilft, nicht in die Rauchfalle zu tappen, ist zu begrüßen, aber diese sollte auch sinnvoll durchführbar und vor allem kontrollierbar sein.

Die Krebshilfe Oberösterreich bietet den Schulen kostenlose Nichtraucher-Vorträge an. In einer Unterrichtseinheit wird gemeinsam mit den Schülern über das Rauchverhalten, die gesundheitlichen und andere Folgen bzw. „wie das Aufhören auch gelingen kann“ gesprochen und alle anstehenden Fragen beantwortet. Besonders wichtig ist dabei das Herausarbeiten des „MEHR DURCHS NICHTRAUCHEN“ – mehr an Geld, Attraktivität, Gesundheit und Fitness! Das Feedback auf die Vorträge ist durchwegs positiv, wie eine Evaluierung bei Lehrern und Schülern zeigt.

Solange aber unsere Regierungsverantwortlichen das Rauchen als „Freiheit des einzelnen“ definieren und selber rauchen, wird hier eine starke Vorbildwirkung gesetzt

6. Passivrauch

Tabakrauch ist der gefährlichste vermeidbare Schadstoffmix in Innenräumen, Arbeits- und Wohnräumen sowie Fahrzeugkabinen.

Über 4.000 schädliche chemische Substanzen sind im Zigarettenrauch enthalten. Darunter giftige Substanzen wie z. B. Blausäure, Ammoniak, Formaldehyd, Kohlenmonoxid.

Über 50 davon sind krebserregend wie z. B. Nor-Nikotin, Ammoniak, Blausäure, Benzopyren, Cadmium, Formaldehyd und das radioaktive Isotop Polonium 210.

Für die krebserregenden Stoffe (Kanzerogene) kann kein unbedenklicher Grenzwert definiert werden. Auch kleinste Belastungen fördern die Entstehung von Zellentartung und Tumoren.

Unter Mit- oder Passivrauchen versteht man das ungewollte Einatmen des Nebenstromrauches (der von der glimmenden Zigarette ungefiltert an die Umgebung abgegeben wird) bzw. des vom Raucher ausgeatmeten Hauptstromrauches.

Der Raucher selbst bekommt den konzentrierten Hauptstromrauch ab, in Gesellschaft ihresgleichen sind sie zugleich Aktiv- und Passivraucher, was auch für rauchendes Personal in verrauchten Gaststätten gilt. Passivrauch (Second-Hand-Smoke) enthält, wie der Hauptstromrauch, nicht nur gasförmige Substanzen, sondern auch Rauchpartikel (= Tabakfeinstaub) und flüchtige organische Verbindungen (= VOCs). Diese weniger als 10 Mikrometer kleinen Partikel sind deswegen so gefährlich, weil sie tief in die Lunge gelangen. Gase, VOCs und feinste Rauchteilchen lagern sich an Wänden, Böden, Decken und Gegenständen, aber auch an Kleidern, Haaren, Zähnen und menschlicher Haut ab und werden



ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE **OBERÖSTERREICH**

wieder in die Umgebung abgegeben, auch wenn aktuell gar nicht mehr geraucht wird (Third-Hand-Smoke).

Die Feinstaub- und Schadstoffbelastung liegt in verrauchten Innenräumen oft deutlich über den im Freien erlaubten Werten, in verrauchten Gaststätten 10 – 20-fach und in Diskotheken bis 80-fach höher als auf der Straße! Österreich hat beim gesetzlichen Nichtraucherschutz in Europa noch einiges aufzuholen. Rauchfreie Wohnungen kann kein Gesetz schaffen, da braucht es die Einsicht und Rücksicht der Raucher, wenigstens draußen (im Freien) zu rauchen.

Und jetzt noch die konkreten Gesundheitsschäden durch Passivrauchen:

Atemwege

- Asthma (40 % – 60 % erhöhtes Risiko)
- Lungenentzündung
- Bronchitis und Atemwegsinfekte
- Mittelohrentzündung bei Kindern
- Verringerte Lungenfunktionswerte
- Reizung der Nase und Augen
- Reizung der Atemwege mit Husten und Auswurf

Krebserkrankungen

- Lungenkrebs (20 % – 30 % erhöhtes Risiko)

Herz- und Kreislauferkrankungen:

- Koronare Herzerkrankung
- Herzinfarkt (32 % erhöhtes Risiko)
- Schlaganfall (bis 82 % erhöhtes Risiko)
- Periphere Gefäßverschlüsse v. a. der Beine
- Arteriosklerose (allgemeine Gefäßverkalkung)

Ich möchte jetzt die WHO-Empfehlungen zum Passivrauchen vorstellen. Auch Österreich hat sich bereit erklärt, diese umzusetzen.

Zahlreiche wissenschaftliche Studien über die gesundheitsgefährdende Wirkung von Tabakrauch einerseits und die Vorteile einer rauchfreien Umgebung andererseits veranlassten die Weltgesundheitsorganisation WHO, anlässlich des Weltnichtrauchtages 2007, folgende Empfehlungen zum Schutz vor Tabakrauch am Arbeitsplatz und in der Öffentlichkeit zu geben*:

1. 100 % rauchfreie Umgebung statt Lüftungssysteme

Die WHO empfiehlt Rauchfreiheit als einzig wirksame Strategie, um die Belastung von Tabakrauch in Innenräumen auf ein sicheres Maß abzusenken. Sie bezieht sich dabei auf mehrere Studien der obersten Gesundheitsbehörde der USA, laut denen die Luftreinigung oder ein technischer Luftaustausch nicht verhindern können, dass Nichtraucher Tabakrauch ausgesetzt sind.

2. Umfassender Schutz durch Gesetze

Die WHO sieht freiwillige Vereinbarungen wegen Wirkungslosigkeit als keine akzeptablen Schutzmaßnahmen und empfiehlt daher Gesetze, die alle Innenraum-Arbeitsplätze und alle öffentlichen Bereiche 100 % rauchfrei machen. Sie bezieht sich dabei auf den Schutz der Menschenrechte: Das Recht auf den höchstmöglichen Gesundheitsstandard und das Recht auf



eine gesunde Umgebung (reine Luft und sauberes Wasser). Die Belastung durch Tabakrauch beschneidet lt. WHO diese fundamentalen Rechte und Freiheiten des Menschen.

3. Korrekte Einführung und angemessene Umsetzung wie Kontrolle des Gesetzes

Für die WHO ist es nicht ausreichend, Gesetze für eine rauchfreie Umwelt zu erlassen, sie sieht die korrekte Einführung, angemessene Umsetzung und Kontrolle der Gesetze als entscheidend an.

4. Reduzierung des Tabakrauches in Wohnungen

Für die WHO sind außer Gesetzen für eine rauchfreie Umwelt auch der Schutz vor Tabakrauch in Wohnungen entscheidend. Laut WHO animieren rauchfreie Arbeitsplätze wie rauchfreie Gaststätten zur Einschränkung des Tabakkonsums. Sie erhöhen zudem die Wahrscheinlichkeit, auch zu Hause für Rauchfreiheit zu sorgen.

7. Vorteile eines rauchfreien Lebens

Über die gesundheitlichen Gefahren, die durch das Zigarettenrauchen entstehen, habe ich bereits ausführlich berichtet. Jedoch - ein Rauchstopp verhilft immer zu einer Verbesserung. Gleich nach der letzten Zigarette beginnt sich der Körper zu erholen. Nach wenigen Minuten sind Blutdruck, Puls und Körpertemperatur wieder auf Normalwerte. Nach ca. 8 Stunden normalisiert sich der Sauerstoff- und Kohlenmonoxidspiegel im Blut. Bereits nach 24 Stunden beginnt das Herzinfarktrisiko zu sinken. Nach zwei bis drei Monaten stabilisiert sich der Kreislauf und die Lungenfunktion verbessert sich deutlich. Nach einem Dreiviertel-Jahr beginnen sich die Luftwege regenerieren. Nach einem Jahr ist das Herzinfarktrisiko bereits um 50% gesunken. Das Krebsrisiko senkt sich zwar langsam aber doch.

ES geht aber auch um viele andere Vorteile im Leben. Freieres Atmen, besserer Schlaf und keine verrauchten Räume führen zu einer deutlich besseren Lebensqualität.

Als Nichtraucher können Sie Geschmack und Gerüche besser wahrnehmen und intensiver genießen. Und Sie riechen und schmecken für andere selber besser. Ein geläufiges Zitat dazu: „Küsse einen Nichtraucher und schmecke den Unterschied!“ Es geht aber nicht nur ums Küssen. Rauchende Männer haben früher und häufiger Potenzprobleme als Nichtraucher!

Ein rauchfreies Leben unterstützt auch Ihre Fitness. Kohlenmonoxyd bindet sich an die roten Blutkörperchen und verdrängt den Sauerstoff. Nikotin verengt die Gefäße. Darunter leiden Organe wie Muskeln. Sofort nach dem Rauchstopp stellt sich eine höhere Leistungsfähigkeit ein, nach 2 Monaten ist diese schon 30 % höher. So kommen beim 12-Minuten-Lauftest gesunde Raucher bis zu 14 % weniger weit als Nichtraucher, kranke Raucher noch deutlich weniger weit. Grundsätzlich nimmt nach einer Zigarette bei Sportlern die Muskelkraft um rund 10 % ab und die Koordination beim Ballzielwurf ist nach einer Zigarette um 10 %, nach zwei Zigaretten um 15 % schlechter.

Bewegung ist auch ein wichtiger Schritt, um den Teerabbau in der Lunge zu beschleunigen.

Auch die Schönheit wird vom Rauchen beeinflusst. Schon nach 10-jährigem Rauchen verliert die Haut Elastin und damit die jugendliche Spannkraft. Die typische stumpfe, zu Falten neigende Raucherhaut ist die Folge. Nichtrauchen ist damit die beste Anti-Aging-Maßnahme. Auch Zähne, Zahnfleisch und Mundgeruch leiden unter Tabak. Vergilbte, gelb-braune Zähne, braune Finger und ein brauner Schnauzer sind oft

Merkmale des männlichen Rauchens.

Außerdem brauchen Raucher mehr Pausen, sind anfälliger für Krankheiten und melden sich im Durchschnitt häufiger krank als rauchfreie Altersgleiche. Eine britische Studie konnte nachweisen, dass



ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE **OBERÖSTERREICH**

rauchende Arbeitnehmer deutlich weniger produktiv waren als nichtrauchende Kollegen. Und - sie waren dreimal so häufig krank wie Nichtraucher. Außerdem steigerten Ex-Raucher ihre Arbeitsleistung nach ihrer letzten Zigarette um 5 %.

Und jetzt zum Geld - im Schnitt konsumiert ein Raucher in Österreich 20 Zigaretten am Tag. Bei einem Packungspreis von 4,50 Euro ergibt das im Monat 135 Euro und im Jahr 1.800 Euro!

Zusammenfassung:

Das war aus der Sendereihe „Die Krebshilfe OÖ informiert“ alles Wichtige zu der derzeitigen Situation um rauchfrei Lokale.

Ich bedanke mich für eine Kooperation mit dem Freien Radio Freistadt – ein herzliches Dankschön, dass es diesem wichtigen Thema Raum gibt. Die Sendung ist auf www.frf.at Archiv nachzuhören.

Sollten Sie noch Fragen haben oder genauere Informationen wollen, steht die Krebshilfe OÖ gerne zur Verfügung – Tel. 0732 777756 bzw. office@krebshilfe-ooe.at.

Es gibt auch kostenlose Broschüren zu diesem sowie zu vielen anderen Themen.

Die Beratungsstelle in Freistadt, Herrn Harald Schierer erreichen Sie unter 0664 / 452 76 34. Bitte reden Sie auf das Band Herr Schierer ruft verlässlich zurück.

Zum Abschluss noch ein Denkanstoß, den der Deutschland-Chef des US-Tabakriesen Philip Morris, Markus Essing, unlängst Zeitungen der Funke-Mediengruppe diktieren hat: "Rauchen ist schädlich, fangt nicht damit an." Früher hätte ein Topmanager eines Zigarettenkonzerns mit so einer Aussage seine Kündigung unterschrieben. Aber auf die Frage, was er seinen eigenen Kindern empfehle, wollte Essing offensichtlich nicht lügen. Und er ist bis heute nicht gefeuert.

Mag. Peter Flink
Krebshilfe OÖ
Februar 2018