

Gesundheitsschäden durch Rauchen und Passivrauchen

Hintergrund

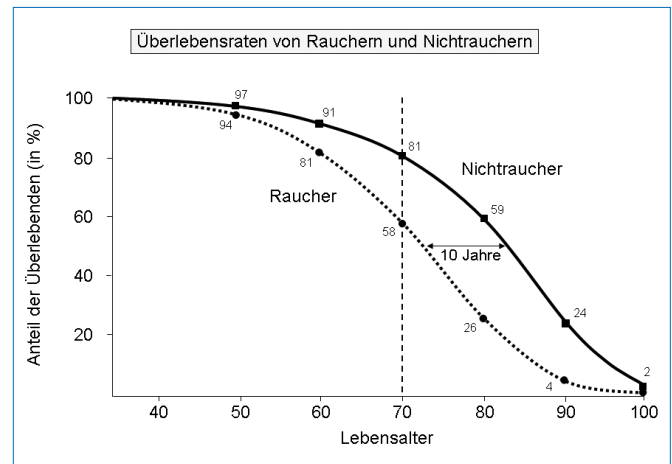
Rauchen ist neben mangelnder Bewegung und ungesunder Ernährung einer der wichtigsten Risikofaktoren für chronische, nicht übertragbare Krankheiten wie Herz-Kreislauferkrankungen, chronische Atemwegserkrankungen, Krebs und Typ 2 Diabetes⁹. In Deutschland sterben jedes Jahr 110 000 bis 140 000 Menschen an den Folgen des Rauchens^{22,26,39}.

Das Einatmen von Tabakrauch aus der Raumluft wird als Passivrauchen bezeichnet. Passivraucher erleiden – wenn auch in geringerem Ausmaß und in geringerer Häufigkeit – die gleichen akuten und chronischen Erkrankungen wie Raucher. Insgesamt sterben in Deutschland jedes Jahr über 3300 Nichtraucher an den Folgen des Passivrauchens¹³.

1. Gesundheitsschäden durch Rauchen

Rauchen schädigt nahezu jedes Organ des Körpers³⁴. Besonders stark betroffen sind die Atemwege und das Herz-Kreislaufsystem: Rauchen verursacht bis zu 90 Prozent aller Lungenkrebsfälle und ist die bedeutendste Ursache für die Entwicklung chronisch obstruktiver Lungenerkrankungen^{1,2,31,37}. Raucher haben außerdem ein mehr als doppelt so hohes Risiko wie Nichtraucher, an einer Herz-Kreislaufkrankheit zu erkranken^{6,33}. Zudem haben Raucher ein doppelt so hohes Risiko für Schlaganfälle wie Nichtraucher^{3,19,29}.

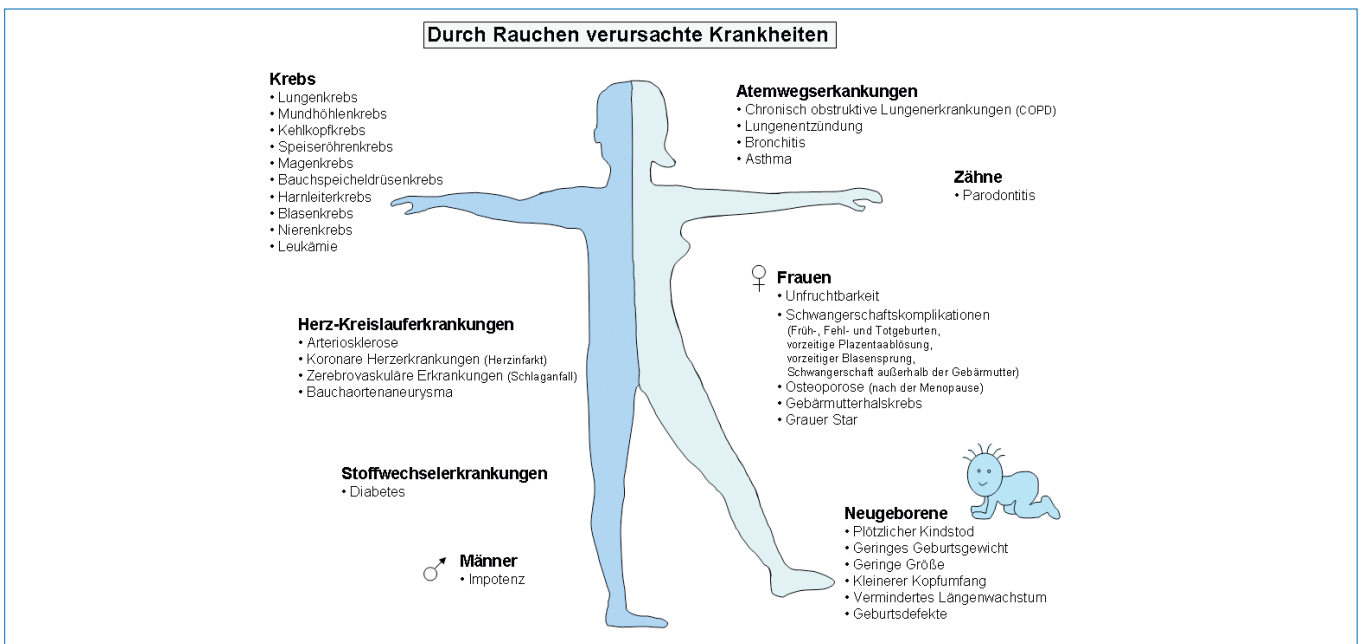
Daneben erzeugt das Rauchen zahlreiche weitere Krebsarten und schädigt die Augen, den Zahnhalteapparat, den Verdauungstrakt, das Skelett, die Geschlechtsorgane und die Fruchtbarkeit. Außerdem beeinträchtigt das Rauchen die Schwangerschaft und schadet dem Ungeborenen und dem Neugeborenen³⁴.



Quelle: Doll R et al., 2004¹⁵, Bearbeitung: Deutsches Krebsforschungszentrum, Stabsstelle Krebsprävention, 2008.

Rauchen verkürzt das Leben um durchschnittlich 10 Jahre²⁷. Mehr als die Hälfte aller regelmäßigen Raucher stirbt vorzeitig an den Folgen ihres Tabakkonsums¹⁶. Die Hälfte dieser tabakbedingten Todesfälle ereignet sich bereits im mittleren Lebensalter zwischen 35 und 69 Jahren²⁶. Nur 58 Prozent der Raucher erreichen das siebzigste Lebensjahr und sogar nur 26 Prozent das achtzigste Lebensjahr, demgegenüber werden 81 Prozent der Nichtraucher 70 Jahre und 59 Prozent 80 Jahre alt^{15,16,26}.

Ein Rauchstopp wirkt sich sofort positiv auf die Gesundheit aus und reduziert langfristig das Risiko für die durch das Rauchen verursachten Erkrankungen³⁴.



Quellen: International Agency for Research on Cancer, 2004²⁰, US Department of Health and Human Services, 2004³⁴.
Bearbeitung: Deutsches Krebsforschungszentrum, Stabsstelle Krebsprävention, 2008.

2. Gesundheitsschäden durch Passivrauchen

Der Tabakrauch, der beim Passivrauchen eingeatmet wird, enthält die gleichen giftigen und krebserzeugenden Substanzen wie der vom Raucher inhalierte Rauch. Daher verursacht auch das Passivrauchen zahlreiche, zum Teil schwere, Erkrankungen.

So reizt schon kurzzeitiges Passivrauchen die Atemwege und führt zu Augenbrennen und -tränen und zu Schwellungen und Rötungen der Schleimhäute. Außerdem können Kopfschmerzen, Schwindelanfälle, Atemlosigkeit und Müdigkeit entstehen^{12,36} und es erhöht sich die Infektanfälligkeit²¹.

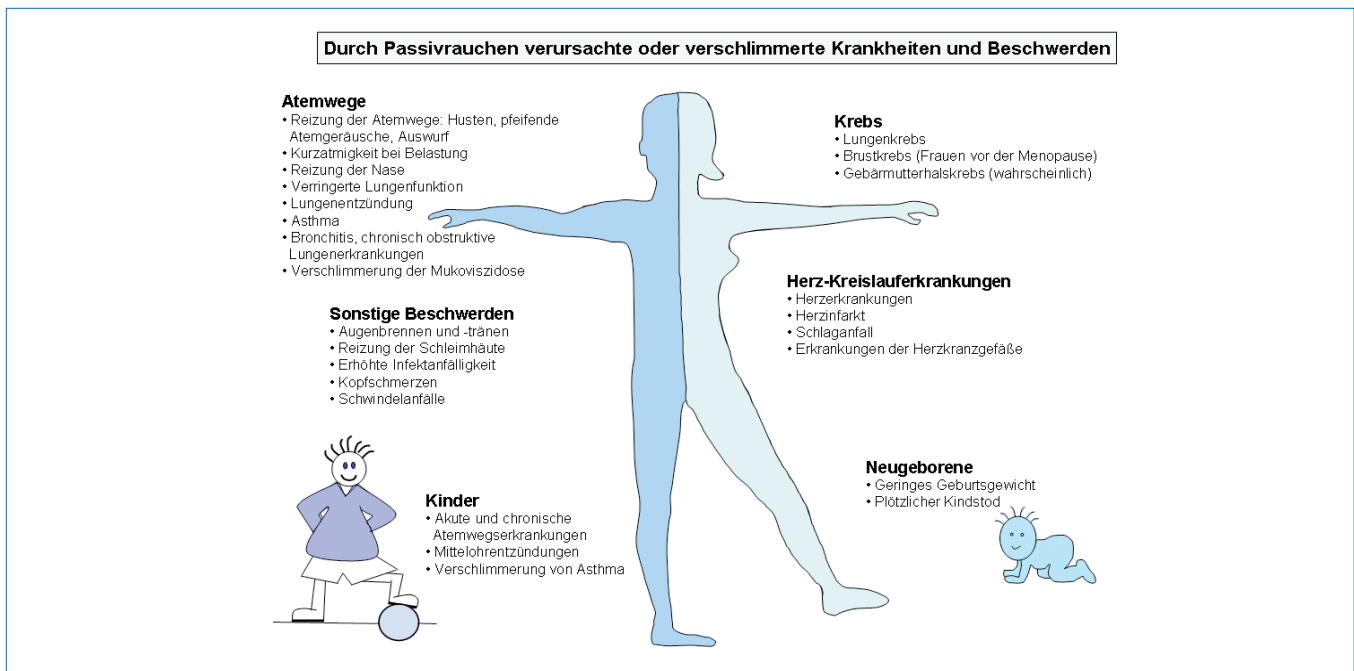
Passivrauchen schädigt auch sehr schnell das Blutgefäßsystem: Das Blut verklumpt, die Blutgefäßwände werden geschädigt und alle Organe, insbesondere der Herzmuskel, werden geringer durchblutet. Langfristig drohen Arteriosklerose, Angina pectoris, akute und chronische Herzkrankheiten, Herzinfarkt und Schlaganfall^{10,11,20}. Wer mit einem Raucher zusammenlebt oder bei der Arbeit Tabakrauch ausgesetzt ist, hat ein um 25 bis 30 Prozent erhöhtes Risiko, an koronarer Herzkrankheit zu erkranken³⁵. In Deutschland sterben jedes Jahr rund 2150 Menschen an durch Passivrauchen bedingter koronarer Herzkrankheit und über 770 Nichtraucher sterben an einem passivrauchbedingten Schlaganfall¹³.

Passivrauchen erhöht auch das Risiko für Lungenkrebs: Wer mit einem Raucher zusammenlebt oder bei der Arbeit Tabakrauch ausgesetzt ist, hat ein um 20 bis 30 Prozent erhöhtes Risiko für Lungenkrebs³⁵. In Deutschland sterben jedes Jahr rund 260 Menschen an durch Passivrauchen bedingtem Lungenkrebs¹³.

Außerdem verursacht Passivrauchen Brustkrebs bei jungen Frauen²⁴, Atemwegserkrankungen und stärker ausgeprägte und häufigere Asthmaanfälle^{23,35,36}.

Müssen Frauen während der Schwangerschaft Tabakrauch einatmen, können die Kinder bei der Geburt kleiner sein, einen geringeren Kopfumfang und ein geringeres Körpergewicht haben³⁵. Bei Säuglingen kann Passivrauchen den plötzlichen Säuglingstod verursachen³⁵. In Deutschland sterben jedes Jahr rund 60 Säuglinge am plötzlichen Säuglingstod, weil die Mutter während der Schwangerschaft rauchte oder weil die Eltern nach der Geburt in Anwesenheit des Kindes rauchten¹³.

Kinder rauchender Eltern leiden häufiger unter akuten und chronischen Atemwegserkrankungen wie Husten, Auswurf, pfeifenden Atemgeräusche und Atemnot^{4,7,8,17,32} und sie haben häufiger Mittelohrentzündungen als Kinder nicht rauchender Eltern^{14,35}. Bei Kindern, die bereits unter Asthma leiden, führt Passivrauchen zu einer Verschlechterung der Krankheitssymptome^{5,18,25,28,30,38}.



Quellen: California Environmental Protection Agency, 1997⁴, International Agency for Research on Cancer, 2004²⁰, Miller, MD, 2007²⁴, US Environmental Protection Agency, 1992³⁶, US Department of Health and Human Services, 2006³⁵.

Bearbeitung: Deutsches Krebsforschungszentrum, Stabsstelle Krebsprävention, 2008.

Impressum

© 2008 Deutsches Krebsforschungszentrum, Heidelberg

Autoren: Dr. Katrin Schaller, Dr. Martina Pötschke-Langer

Verantwortlich für den Inhalt:
Dr. Martina Pötschke-Langer
Deutsches Krebsforschungszentrum
Stabsstelle Krebsprävention und

WHO-Kollaborationszentrum für Tabakkontrolle
Im Neuenheimer Feld 280
69120 Heidelberg
Fax: 06221 423020
E-mail: who-cc@dkfz.de

Zitierweise:
Deutsches Krebsforschungszentrum (Hrsg.):
Gesundheitsschäden durch Rauchen und Passivrauchen
Heidelberg, 2008