

THEMA DES MONATS

Rauchen ist tödlich. Punkt.

Rauchen erhöht das Krebsrisiko

Wenn auch die Medizin das Allerheilmittel gegen Krebs noch immer nicht gefunden hat, ist sich die Krebsforschung seit längerem einig, dass neben der genetischen Veranlagung das Rauchen von Tabak der größte Risikofaktor für eine Krebserkrankung ist. So berichtet das Deutsche Krebsforschungszentrum DKFZ in seinem aktuellen, äußerst lesenswerten Tabakatlas, dass 2013 allein in Deutschland rund 121'000 Menschen an den Folgen des Tabakkonsums gestorben sind. Dies entspricht 13,5 % aller Todesfälle.

Durch Rauchen verursachte Krebserkrankungen

Anhand der statistisch ausgewerteten Sterbefälle ist die Anzahl von Rauchern bei Krebserkrankungen im Bereich der Lunge sowie des Herzkreislaufs besonders hoch:

- Lungenkrebs
- Krebs im Mund-, Nasen- und Rachenraum
- Kehlkopfkrebs
- Speiseröhrenkrebs
- Leberkrebs
- Bauchspeicheldrüsenkrebs
- Nierenkrebs
- bestimmte Formen der Leukämie
- Harnblasenkrebs
- Brustkrebs

Tabakrauch enthält unzählige Schadstoffe

Bei der Analyse von Tabakrauch lassen sich neben dem süchtig machenden Nikotin, dessen Wirkung je nach Dosis entweder als animierend oder beruhigend wahrgenommen wird, einige weitere tausend Komponenten feststellen, die als Schadstoffe die Gesundheit unmittelbar gefährden. Zu den wichtigsten gehören:

• Kohlenstoffmonoxid

Verringert die Sauerstoffaufnahme und sorgt für den typisch kurzen Atem bei Rauchern.

• Acetaldehyd

Ruft das Katergefühl am nächsten Morgen hervor.

• Cyanwasserstoff

Unter dem Namen Blausäure gefürchtetes Giftgas.

• Stickoxid

Reizt und schädigt die Atmungsorgane.

• Azeton

Ist für trockene Haut verantwortlich.

• Formaldehyd

Verursacht Allergien, Atemwegs- und Augenreizungen.

Auch Passivraucher sind gefährdet

Zu aller Unbill sind nicht nur Raucher, sondern auch Passivraucher von den Schädigungen durch Tabakrauch betroffen. Nichtraucher atmen durch den sogenannten Nebenstromrauch dieselben Schadstoffe ein wie Raucher. Das Deutsche Krebsforschungszentrum schätzt den erhöhten Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Schlaganfall auf 20 bis 30 Prozent.

Finger weg während der Schwangerschaft

Absolut tabu ist Rauchen jeglicher Art – ob aktiv oder passiv – während der Schwangerschaft. Hier konnte anhand von Messungen festgestellt werden, dass Babys von starken Raucherinnen (über 20 pro Tag) im Schnitt 1,5cm kürzer und 350g leichter sind als bei Nichtraucherinnen. Diese erschreckende Tendenz zeigt sich auch bei leichten Raucherinnen, die nur 1 bis 5 Zigaretten konsumieren.

Rauchen verkürzt die Lebenserwartung

Zu „guter“ Letzt mögen vielleicht diese Zahlen der Wissenschaftler am DKFZ verdeutlichen, wie schädlich Rauchen wirklich ist: Raucht ein Mann sein Leben lang über zehn Zigaretten pro Tag, verliert er ganze 9,4 Jahre an Lebenserwartung, eine Frau 7,3 Jahre. Auch ein moderater Konsum von weniger als zehn Zigaretten pro Tag reduziert die Lebenserwartung bei beiden Geschlechtern immer noch um etwa fünf Jahre.

