

Rauchen – eine sehr gefährliche Suchtkrankheit

Chefarzt Dr. Wolfgang Sieber stellte bei Vortrag einige Möglichkeiten der Entwöhnung vor

Wörth. Eine der effektivsten Methoden, das Leben zu verlängern, ist die Raucherentwöhnung. Chefarzt Dr. Wolfgang Sieber, Facharzt für Innere Medizin, stellte am Dienstag im Rahmen des Gesundheitsforums im Kreiskrankenhaus den Risikofaktor Rauchen und dessen Folgen vor. Zudem zeigte er Wege aus dieser Sucht auf.

Dr. Sieber arbeitet seit zwölf Jahren am Wörther Krankenhaus. Seine Spezialgebiete sind Pulmologie, Allergologie sowie Umwelt- und Sportmedizin. Der Chefarzt ging auf die schwerwiegenden Folgen der Suchtkrankheit ein: Jeder achte Raucher stirbt an Lungenkrebs. In Deutschland rauchen etwa 39 Prozent der Männer – deren Anteil nimmt etwas ab – und 31 Prozent der Frauen, bei denen leichte Steigerungsraten zu verzeichnen sind. Je früher man mit dem Rauchen anfängt, desto größer sind die Gefahren. Trotzdem rauchen immer mehr Jugendliche.

Enormer Wirtschaftsfaktor

Jeder fünfte Deutsche stirbt an einer Krankheit, die man mit dem Rauchen in Verbindung bringt. 1,25 Milliarden Raucher gibt es weltweit und diese stellen somit einen beachtlichen Wirtschaftsfaktor dar. Bei 110 000 Todesfällen in Deutschland im Jahr gilt Rauchen als Ursache,



Chefarzt Dr. Wolfgang Sieber bietet hier nicht etwa Zigaretten an, sondern Schachteln, die Karten mit Tipps zur Raucherentwöhnung enthalten. -sol-

che, durch Mord und Totschlag kommen nur 1 000 Personen ums Leben. Eine Zigarette verringert das Leben um etwa elf Minuten. Wer 20 Jahre lang täglich 20 Zigaretten raucht, hat ein 20-fach erhöhtes Lungenkrebsrisiko. Wer an einem Arbeitsplatz tätig ist, an dem viel geraucht wird, bei dem verdoppelt sich das Risiko, an Lungenkrebs zu erkranken.

Viele Raucher bekommen im Laufe ihres Lebens eine chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD). Dazu zählen Bronchitis und Lungenemphysem. Symptome sind Husten, vermehrter Auswurf und Atemnot. Die COPD nimmt stark zu und viele sterben daran. 90 Prozent der Patienten mit dieser Krankheit sind Raucher. Bei einer ganzen Reihe von Krankheiten führt das Rauchen zu Verschlechterungen, zum Beispiel bei Asthma. Wer frühzeitig mit dem Rauchen aufhört, hat große Chancen, dass die Lun-

genfunktion gut bleibt. Es bringt aber auch noch etwas, wenn man spät aufhört. Manche schaffen es, ihren Konsum zunächst einzuschränken und dann aufzuhören, andere stoppen das Rauchen sofort.

Die Raucherentwöhnung ist der wichtigste Schritt der Behandlung. Die meisten Raucher brauchen etwa mehr als eine Schachtel Zigaretten am Tag. Je mehr man raucht, desto größer sind die Gefahren. Bei Lungenkrebs kommt eine Therapie oft zu spät, weil die Krankheit nicht rechtzeitig erkannt wurde und eine Operation nicht mehr möglich ist. Es bleibt häufig nur die Chemotherapie.

Nikotinrezeptoren im Gehirn bewirken den Drang, zur nächsten Zigarette zu greifen. Bei einem Raucher führt dies dann zur Entspannung. Die Rezeptoren bilden sich allmählich aus. Wer auf den Glimmstängel verzichtet, hat am Anfang häufig Beschwerden. Man wirkt oft

gereizt, hat Schlafstörungen und Angstgefühle. Es kommt zur Gewichtszunahme. Depressive Stimmungen können auftreten, auch Konzentrationsschwächen. 90 Prozent der Raucher geben einen Abstinenzversuch an.

Der Weg aus der Sucht

Es gibt eine ganze Reihe an Verfahren zur Raucherentwöhnung. Bei der Nikotinersatz-Therapie nimmt der Patient keine gefährlichen Stoffe mehr in seinem Körper auf. Ein Nikotinpflaster wird oft an der Schulter angebracht. Es gibt auch Kaugummis, Tabletten und Inhalatoren zur Raucherentwöhnung. Membranpflaster für sieben Tage kosten etwa 18 Euro und sind somit meist billiger als das Rauchen. Mit dieser Methode rauchen nach einem halben Jahr etwa 20 Prozent weniger, nach einem Jahr sind es nur zehn Prozent, denen es gelingt nicht mehr zur Zigarette zu greifen. Ein Nikotinkaugummi eignet sich gut bei Patienten, die ab und zu nach einem „Nikotinkick“ verlangen. Nikotinsprays wirken am schnellsten, sind allerdings verschreibungspflichtig und erzeugen bei manchem ein komisches Gefühl. Spezielle Inhalatoren werden bei der Entwöhnung auch zusätzlich zum Nikotinpflaster verwendet.

Eine Frau schilderte bei der Aussprache ihre Erfolge bei der Raucherentwöhnung. Sie hatte früher etwa zwei Schachteln Zigaretten an einem Tag verkonsumiert und braucht jetzt nur noch vier Mal täglich einen halben Glimmstängel. Der Chefarzt fand es gut, dass ihr Partner mitgekommen war und sich für die Fortschritte der Frau interessiert. Es wäre sinnvoll, wenn sie in einigen Monaten versuchen würde, ganz mit dem Rauchen aufzuhören. -sol-