

Rauchen als Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Koronare Herzkrankheit / Herzinfarkt



Tabakrauchen ist ein bedeutender und vermeidbarer Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, vor allem für die koronare Herzkrankheit (KHK). Berechnungen zufolge starben im Jahr 2013 über 121.000 Menschen in Deutschland an den Folgen des Rauchens, wovon ca. 30% auf Erkrankungen des Kreislaufsystems fielen. Die KHK ist eine Erkrankung der Koronargefäße, die das Herz mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgen und zählt zu den führenden Todesursachen im Erwachsenenalter (128.230 KHK-Sterbefälle 2015, davon 49.201 wegen akuten Herzinfarkts).*

Obwohl Alter, erbliche Belastung und Geschlecht eine Rolle spielen, ist die Hauptursache der KHK der heutige Lebensstil: Mangel an Bewegung, falsche Ernährung, Übergewicht, Rauchen und Stress schädigen diese Gefäße und führen zu den Risikokrankheiten Bluthochdruck, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen (erhöhtes Cholesterin). Es bilden sich Ablagerungen, sog. Plaques, die in die Gefäße hineinragen und sie verengen. Erst wenn die Engstellen so ausgeprägt sind, dass das Herz unter körperlicher oder seelischer Belastung nicht mehr ausreichend mit Blut versorgt wird, kommt es zur Angina pectoris, zu Brustschmerzen und/oder Atemnot. Bricht eine Plaque auf, kann sich ein Gefäß vollständig verschließen: Herzinfarkt. *** Raucherinnen und Raucher haben daher ein zwei- bis vierfach höheres Risiko einen Herzinfarkt zu erleiden als Nichtraucher.

Wer raucht wie viel in Deutschland?

Nach aktuellen Daten (GEDA 2014/2015-EHIS-Studie) rauchen 20,8% der Frauen und 27,0% der Männer ab 18 Jahren täglich oder gelegentlich. Bei beiden Geschlechtern ist der Anteil der aktuell Rauchenden in den Altersgruppen bis 44 Jahre am höchsten.*

Während im bevölkerungsreichsten Bundesland Nordrhein-Westfalen 30,3 % rauchten, lag in Brandenburg der Anteil der rauchenden Bevölkerung bei 42,6 % (in Hessen am niedrigsten mit 18,1 %). Im Vergleich zu anderen west- und nordeuropäischen Ländern ist der Tabakkonsum in Deutschland sehr hoch und innerhalb der Bevölkerung nach sozioökonomischen Kriterien sehr ungleich verteilt.**

In den niedrigen Bildungsgruppen ist das Rauchen sowohl bei Frauen als auch bei Männern, mit Ausnahme der Altersgruppe der 65-Jährigen und älteren, deutlich häufiger verbreitet als in hohen Bildungsgruppen.*

Tabakkontrolle: Deutschland ist Schlusslicht

Nach den Auswertungen der Tabak-Kontroll-Skala 2016, in der 35 europäische Länder hinsichtlich ihrer Bemühungen um Tabakprävention und Tabakkontrolle verglichen wurden, nimmt Deutschland den zweitletzten Platz ein. Deutschland hat 2005 das ratifizierte Rahmenübereinkommen zur Eindämmung des Tabakgebrauchs (FCTC), das die WHO verfasst hat, nicht in Gesetze umgesetzt. Um aber Kinder und Jugendliche vor dem Einstieg in die Raucherkarriere schützen zu können und Rauchern den Ausstieg aus der Nikotinsucht zu erleichtern, sieht die Deutsche Herzstiftung ein umfassendes gesetzliches Verbot von Zigarettenwerbung im öffentlichen Raum („Tabakwerbeverbot“) als die entscheidende Maßnahme. „Die Bundesrepublik ist das einzige Land in Europa, das die Außenwerbung für Zigaretten noch erlaubt, und nimmt damit international eine beschämende Außenseiterrolle ein. Eine absurde Situation für eine Industrienation wie Deutschland, wo jedes Jahr mehr als 120.000 Menschen an den vielfältigen Folgen des Rauchens sterben: an Herzinfarkt und Schlaganfall, an bösartigen Tumoren und an chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD)“, unterstreicht Prof. Dr. Gohlke vom Vorstand der Deutschen Herzstiftung. „Das längst überfällige Tabakwerbeverbot schützt unsere Kinder und Jugendlichen und erleichtert den Personen, die mit dem Rauchen aufhören wollen, den Ausstieg aus deren Tabakabhängigkeit.“

Literatur

* Deutsche Herzstiftung (Hg.), Deutscher Herzbericht 2017, Frankfurt a. M. 2017

** Kotz D, Böckmann M, Kastaun S, Dtsch Arzteblatt Int 2018, 115: 235-42.

*** Deutsche Herzstiftung (Hg.), Herz in Gefahr – Koronare Herzkrankheit und Herzinfarkt, Frankfurt/M. Okt. 2015.

Ratgeber-Service (kostenfrei) der Deutschen Herzstiftung

Deutsche Herzstiftung: Hilfen für Betroffene mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Betroffene und Interessierte erhalten kostenfreie Informationen über Diagnose, Therapie und Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen über die Herzstiftungs-Homepage www.herzstiftung.de oder bei der Deutschen Herzstiftung unter Tel. 069 9551280, E-Mail: info@herzstiftung.de

Ratgeber zur KHK und Herzinfarkt

Der Ratgeber „Herz in Gefahr – Koronare Herzkrankheit und Herzinfarkt“ (160 S.) informiert über Möglichkeiten der Vorbeugung, Diagnose und Therapie von KHK/Herzinfarkt und kann kostenfrei angefordert werden unter www.herzstiftung.de/khk-sonderband.html oder per E-Mail: unterbestellung@herzstiftung.de und per Tel. unter 069 955128400.

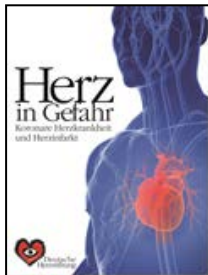


Bild-Download unter:

www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/khk-ratgeber.jpg

www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/khk-ratgeber-cover.jpg

Bildnachweis: Fotolia.com/Sebastian Kaulitzki

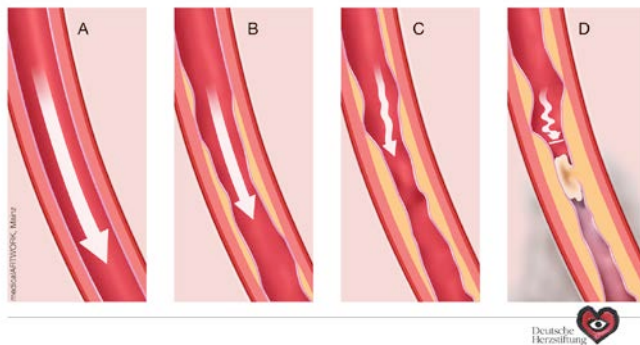
Weitere Ratgeber zu Bluthochdruck, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen (hohes Cholesterin) bietet die Herzstiftung kostenfrei unter:

www.herzstiftung.de/Bluthochdruck-Sonderband.html

www.herzstiftung.de/cholesterin-ratgeber.html

www.herzstiftung.de/Diabetes.html

Entstehung des Herzinfarkts (Arteriosklerose)



Download von Illustration und Erläuterungen:

www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/grafik-arteriosklerose-30-2016.jpg

www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/bildunterschrift-arteriosklerose-30-2016.pdf

Bildnachweis:

medicalARTWORK Mainz/DHS; Quelle: Deutsche Herzstiftung

Bild-Download unter:

www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/herzinfarkt-alarmzeichen.jpg

Kontakt:

Deutsche Herzstiftung e. V., Pressestelle: Michael Wichert (wichert@herzstiftung.de, Tel. 069 955128-114) oder Pierre König (koenig@herzstiftung.de, Tel. 069 955128-140).