

## **PRESSEMITTEILUNG**

**Welt Nichtrauchertag am 31. Mai 2016:**

**Rauchen erhöht Risiko für Typ-2-Diabetes und verschlechtert die Prognose**

**Berlin – In Deutschland rauchen laut der "Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS1)" circa 30 Prozent der Erwachsenen, das entspricht ungefähr 20 Millionen Menschen. In der Altersgruppe von 20 bis 29 raucht sogar fast jeder Zweite. Erfreulicherweise hat sich der Anteil der rauchenden 12 bis 17-Jährigen seit 2001 mit 9,7 Prozent mehr als halbiert. Hier zeige sich der positive Effekt der Verhaltens- und Verhältnisprävention sagt Dr. med. Jens Kröger, Vorstandsmitglied von diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe. Durch den Zigarettenkonsum steigt nicht nur das Risiko für Krebs und Herz-Kreislauf-Erkrankungen, sondern auch die Wahrscheinlichkeit, an Diabetes zu erkranken. Umgekehrt ist Rauchen für Menschen mit bereits bestehendem Diabetes noch gefährlicher, da ihr Herz-Kreislaufsystem durch die vielen Giftstoffe der Zigarette zusätzlich belastet wird. Anlässlich des Welt Nichtrauchertags am 31. Mai 2016 macht diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe auf das Thema Rauchen und Diabetes aufmerksam.**

Greifen Menschen mit Diabetes Typ 1 oder Typ 2 zum Glimmstängel, steigt bei ihnen die Gefahr für Folgeerkrankungen. „Da bei ihnen häufig der Blutzuckerspiegel erhöht ist, haben sie von vornherein ein größeres Risiko für Gefäßerkrankungen als Gesunde. Zigarettenkonsum verstärkt dies noch“, erklärt Dr. Kröger, niedergelassener Diabetologe aus Hamburg-Bergedorf. Rauchen fördert bei Menschen mit Diabetes Erkrankungen wie Herzinfarkt, Raucherbein, Schlaganfall und Durchblutungsstörungen in Auge und Niere.

Darüber hinaus haben bislang stoffwechselgesunde Raucher ein doppelt so hohes Risiko, einen Typ-2-Diabetes zu entwickeln wie Nichtraucher. Studien zeigen, dass vor allem Männer ab dem 40. Lebensjahr besonders stark betroffen sind. Es gibt Hinweise darauf, dass Rauchen die Empfindlichkeit der Körperzellen gegenüber Insulin senkt und somit die Insulinresistenz begünstigt. Bei jungen Menschen fördert auch das Passivrauchen die Entstehung des metabolischen Syndroms und einer Glukoseintoleranz.

Einer Studie des Deutschen Krebsforschungszentrums zufolge ist es nie zu spät mit dem Rauchen aufzuhören. Selbst wer erst als über 60-Jähriger aufhört zu rauchen, senkt sein Risiko innerhalb weniger Jahre erheblich. Wer mit dem Tabakkonsum aufhören möchte, findet professionelle Hilfe in Raucherentwöhnungskursen. Unter anderem Arztpraxen, Volkshochschulen oder Krankenkassen bieten diese an. Der Welt Nichtrauchertag wurde am 31. Mai 1987 von der Weltgesundheitsorganisation WHO ins Leben gerufen. In diesem Jahr steht er unter dem Motto „Kein Platz für giftige Botschaften. Stoppt Tabakwerbung jetzt“.

**Mehr Informationen unter:**

[Rauchen und Diabetes](#)

[10 Schritte zum Nichtraucher](#)

[Aktionsbündnis Nichtrauchen e.V.](#)

\*\*\*\*\* **Bei Abdruck Beleg erbeten!** \*\*\*\*\*

**Antwortformular:**

O Ich möchte ein Interview mit \_\_\_\_\_ führen.

Bitte stellen Sie den Kontakt her.

O Bitte informieren Sie mich kontinuierlich über Themen von diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe.

Ich bin besonders interessiert an folgenden Themen:

O Gesundheitspolitik

O Stoffwechselerkrankungen

O Ernährung

O Bitte schicken Sie mir keine Infos mehr zu diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe.

**Meine Kontaktdaten:**

NAME:

MEDIUM/RESSORT:

ADRESSE:

TEL/FAX:

\*\*\*\*\*

**Ihre Kontakte für Rückfragen:**

diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe  
Nicole Mattig-Fabian (Geschäftsführung)  
Albrechtsstr. 9  
10117 Berlin  
Tel.: [+49 \(0\)30 201677-12](tel:+49(0)30201677-12)  
Fax: [+49 \(0\)30 201677-20](tel:+49(0)30201677-20)  
E-Mail: [mattig-fabian@diabetesde.org](mailto:mattig-fabian@diabetesde.org)

Pressestelle diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe  
Julia Hommrich  
Pf 30 11 20, 70451 Stuttgart  
Tel.: [+49 \(0\)711 8931-423](tel:+49(0)7118931-423)  
Fax: [+49 \(0\)711 8931-167](tel:+49(0)7118931-167)  
E-Mail: [hommrich@medizin kommunikation.org](mailto:hommrich@medizin kommunikation.org)

[www.diabetesde.org](http://www.diabetesde.org)  
[www.deutsche-diabetes-hilfe.de](http://www.deutsche-diabetes-hilfe.de)

**diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe** ist eine gemeinnützige und unabhängige Organisation, die Menschen mit Diabetes, Diabetesberater, Ärzte und Forscher vereint. Gemeinsam schaffen wir Öffentlichkeit für das Thema und vertreten die Interessen der Menschen mit Diabetes. Wir setzen uns für eine bessere Prävention, Versorgung und Forschung im Kampf gegen die Volkskrankheit Diabetes ein. Die Krankheit breitet sich auch in Deutschland rasch aus. 6 Millionen Menschen sind in Behandlung, und jeden Tag kommen fast 1000 Neuerkrankte hinzu.

Gegründet wurde diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe von der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) [www.ddg.info](http://www.ddg.info) und dem Verband der Diabetes-Beratungs- und Schulungsberufe in Deutschland (VDBD) [www.vdbd.de](http://www.vdbd.de). Die Selbsthilfe ist innerhalb von diabetesDE durch die selbstständige Selbsthilfeorganisation Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes (DDH-M) [www.ddh-m.de](http://www.ddh-m.de) vertreten.