

P R E S S E M I T T E I L U N G

Weltnichtrauchertag am 31. Mai 2017: Rauchen fördert Typ-2-Diabetes und Folgeerkrankungen

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. 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 Weltnichtrauchertags am 31. Mai 2017 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 steigert dies noch“, erklärt Dr. Kröger, Vorstandsvorsitzender von diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe und 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. Laut Studien sind vor allem Männer ab dem 40. Lebensjahr besonders stark betroffen. Es gibt Hinweise darauf, dass Rauchen die Empfindlichkeit der Körperzellen gegenüber Insulin senkt und somit die Insulinresistenz begünstigt. Auch Passivrauchen ist schädlich: Bei jungen Menschen fördert es die Entstehung des metabolischen Syndroms und einer Glukoseintoleranz.

Einer Studie des Deutschen Krebsforschungszentrums zufolge lohnt sich ein Rauchstopp immer, egal in welchem Lebensalter. 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 Weltnichtrauchertag wurde am 31. Mai 1987 von der Weltgesundheitsorganisation WHO ins Leben gerufen. In diesem Jahr steht er unter dem Motto „Rauchen – eine Bedrohung für die menschliche Entwicklung“.

Mehr Informationen unter:

[Rauchen und Diabetes](#)

[10 Schritte zum Nichtraucher](#)

[Aktionsbündnis Nichtraucher e.V.](#)

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