



Weltnichtrauchertag 2019 – Rauchen kann Diabetesrisiko erhöhen

Von *voelker-albert*

Erstellt am 23 Mai 2019 - 12:08

BZgA zum Weltnichtrauchertag 2019:

Rauchen erhöht auch das Risiko, an Diabetes zu erkranken

Aktuell rauchen bundesweit 20,8 Prozent der Frauen und 27,0 Prozent der Männer ab 18 Jahren zumindest gelegentlich. Rauchen ist mit vielen ernstzunehmenden Gesundheitsrisiken verbunden und die führende Ursache vorzeitiger Sterblichkeit. Jedes Jahr sterben in Deutschland etwa 120.000 Menschen an den Folgen des Rauchens. Mit einem Rauchstopp kann das Risiko, aufgrund des Tabakkonsums zu erkranken, deutlich reduziert werden. Daran erinnert die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) anlässlich des Weltnichtrauchertages am 31. Mai 2019.

„Für Menschen, die an Diabetes mellitus erkrankt sind, ist Tabakkonsum gesundheitlich besonders problematisch“, erklärt Dr. med. Heidrun Thaiss, Leiterin der BZgA. „Rauchen Menschen mit bereits bestehendem Diabetes Typ 1 oder Typ 2, erhöht der Konsum von Tabak die Wahrscheinlichkeit für Folgeerkrankungen zusätzlich. Der bei Diabetes erhöhte Blutzuckerspiegel schädigt die Blutgefäße ebenso wie das Rauchen. Die Gefahr, einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall zu erleiden, nimmt deutlich zu. Auch kann Rauchen umgekehrt die Entstehung von Diabetes begünstigen. Deshalb ist der konsequente Rauchstopp in jedem Falle eine wichtige Maßnahme, um Krebs, Herzinfarkte, Schlaganfälle und Typ-2-Diabetes zu verhindern.“

Nicht nur aktives Rauchen, sondern auch Passivrauchen hat einen negativen Einfluss auf die Entwicklung und den Verlauf einer Diabetes-Erkrankung. Menschen, die regelmäßig dem Tabakrauch anderer ausgesetzt sind, erkranken auch häufiger an Diabetes als rauchfrei lebende Menschen.

BZgA unterstützt Rauchstopp mit qualitätsgesicherten Angeboten

Alle aufhörwilligen Raucherinnen und Raucher unterstützt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung beim Rauchstopp, damit dieser mit höherer Wahrscheinlichkeit gelingt. Dafür bietet die BZgA qualitätsgesicherte Beratung und Begleitung an.

Ein Rauchstopp macht sich nicht nur für die Gesundheit bezahlt. Wer nicht mehr raucht, spart eine Menge Geld. Zum Weltnichtrauchertag können kostenfrei bei der BZgA rauchfrei-Spardosen bestellt werden, in denen das gesparte „Zigaretten-Geld“ gesammelt werden kann.

Telefonische Beratung zur Rauchentwöhnung unter der kostenfreien Servicenummer 0800 8313131, montags bis donnerstags von 10 bis 22 Uhr; freitags bis sonntags von 10 bis 18 Uhr.

Online-Ausstiegsprogramm mit bewährten Informationen und täglicher E-Mail unter www.rauchfrei-info.de [1] und persönlicher Unterstützung durch die Online-Mentoren „Rauchfrei-Lotsinnen und -Lotsen“ <http://www.rauchfrei-info.de/community/ueberblick-der-rauchfrei-lotsen/> [2]

Gruppenkurs „Rauchfrei Programm“ Informationen zum Kursangebot, zu Anbietern vor Ort und den Möglichkeiten der anteiligen Kostenerstattung durch die Krankenkassen gibt es unter: www.rauchfrei-programm.de [3]



START-Paket zum Nichtrauchen mit der Broschüre „Ja, ich werde rauchfrei“, einem „Kalender für die ersten 100 Tage“, einem Stressball und anderen hilfreichen Materialien sowie weitere Broschüren, wie „Ihr Kind raucht mit“ oder „Rauchfrei in der Schwangerschaft“.

Bestellung der kostenlosen Materialien unter:
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
50819 Köln

Fax: 0221 8992257

E-Mail: order@bzga.de [4]

<https://www.bzga.de/infomaterialien/> [5]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 04:11): <http://www.medkom24.eu/node/24024>

Links:

[1] <http://www.rauchfrei-info.de>

[2] <http://www.rauchfrei-info.de/community/ueberblick-der-rauchfrei-lotsen/>

[3] <http://www.rauchfrei-programm.de>

[4] <mailto:order@bzga.de>

[5] <https://www.bzga.de/infomaterialien/>