

St. Pölten, 25. Mai 2018
Dion/ÖA-Hei

Tabakrauch, der tödliche „Herzensbrecher“ NÖGKK-Rauchfrei Telefon als wirksame Hilfe beim Rauchstopp

Am 31. Mai ist Weltnichtrauchertag, die WHO hat ihn vor 30 Jahren ins Leben gerufen, um auf die schädlichen, vielfach tödlichen Folgen von Tabakrauch aufmerksam zu machen. Die NÖGKK schließt sich mit ihrem Rauchfrei Telefon diesem Tag der intensiven Aufklärungskampagne an. Der Weltnichtrauchertag 2018 steht unter dem Motto „Tabak bricht Herzen“ – tobacco breaks hearts – denn Rauchen ist für jeden sechsten aller Herz-Kreislauf-Todesfälle verantwortlich. Prominente Infarktpatienten, die Kette rauchten, waren etwa Hollywood-Größen wie Liz Taylor, Richard Burton oder Cary Grant.

Fakt ist, dass die Suchterkrankung vielfältige Schäden an Blutgefäßen und am Herzen anrichtet:

- Rauchen führt zu Verhärtung in den Blutgefäßen (Arteriosklerose). Wenn diese Ablagerungen aufplatzen, drohen Herzinfarkt und Schlaganfall. Gleichzeitig verengt es die Blutgefäße – damit steigt der Blutdruck.
- Es verändert die Zusammensetzung der Blutfette, das „böse“ LDL-Cholesterin nimmt zu, während sich das „gute“ HDL-Cholesterin verringert.
- Es macht das Blut zähflüssig, verklumpt die Blutplättchen und fördert so die Verstopfung von Blutgefäßen (Thrombose).
- Es verschlechtert die Versorgung der Herzmuskulatur mit Sauerstoff, sodass Rauchende häufiger an einer Herzinsuffizienz leiden.

MMag. Sophie Meingassner, Leiterin des Rauchfrei Telefons, sagt daher klar und deutlich: „Für die Herzgesundheit gibt es nur eine Alternative – den Rauchstopp! Raucherinnen und Raucher haben ein um 65 Prozent höheres Risiko für einen Herzinfarkt als Nichtraucher. Es gibt keine unschädliche Dosis – sogar eine Zigarette täglich erhöht das Risiko deutlich.“ Die gute Nachricht, so die Expertin: „Rauchstopp lohnt sich in jedem Alter. Exraucher haben zwei Jahre nach einem konsequenten Rauchstopp fast das gleiche Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen wie Nichtraucher.“

Doppelt schlimm dran sind Passivraucher, also Menschen, die unfreiwillig durch ihr rauchendes Umfeld den giftigen Dämpfen ausgesetzt sind. MMag. Meingassner: „Auch Passivrauch erhöht die Gefahr einer Herz-Kreislaufkrankung um 25 bis 30 Prozent, ebenso steigt das Risiko für Schlaganfälle!“ Raucher gefährden daher nicht nur sich selbst, sondern auch Nichtraucher! Täglich sterben in Österreich zwei bis drei Personen an den Folgen des Passivrauchens, die meisten davon an Schlaganfall und Herzinfarkt. Deshalb stößt das politische Nein zum absoluten Rauchverbot in der Gastronomie beim Obmann der NÖ Gebietskrankenkasse, Gerhard Hutter, auf völliges Unverständnis: „Damit werden von der Politik mit einem Strich jahrelange Bemühungen zum Nichtraucherschutz vernichtet!“

Das Rauchfrei Telefon der NÖGKK ist österreichweit unter 0800 810 013 von Montag bis Freitag zwischen 10 und 18 Uhr erreichbar. Die Beratung ist kostenlos. Informationen und Links zur „Rauchfrei App“ finden Sie auf www.rauchfrei.at.

Die NÖGKK im Internet: www.noegkk.at